

Jak se zbavit parazitů

Fyzických a energetických

Tato kniha předkládá širokou škálu hodnotných rad a doporučení, jak se bránit parazitům různého druhu. Každý člověk má nějaké parazity: ať už jde o mikroby, viry, hlísty či energetické cizopasníky. Ovšem zdaleka ne každý kvůli nim onemocní. To hrozí pouze těm, kteří si nevhodnými omocemi, životním stylem, zvyky a stravováním znečistili organismus a oslabili si obranyschopnost těla. Na kvalitu tělesných sil a míru nečistot mají největší vliv naše emoce, způsob života, zvyky, stravování, věk, klima a energetičtí parazité. Těchto sedm aspektu také ovlivňuje naše zdraví.

- Druhy nejškodlivějších parazitů
- Jak zjistíme přítomnost parazita v tele?
- Praktické metody očisty organismu od parazitů přírodními prostředky
- Energetičtí parazité (myšlenkové formy, energetické bytosti, energetičtí upíři)
- Očista životního pole -jak se zbavit uhranutí, očarování a dalších

Gennadij Malachov

Jak
se zbavit
parazitů

Геннадий Малахов
Жизнь без паразитов

Gennadij Malachov
JAK SE ZBAVIT PARAZITŮ
Přeloženo z ruského originálu
Copyright Malachov 2001

Překlad Anana Trávníčková

První vydání

Obsah

| | |
|--|-------------|
| Místo předmluvy | |
| OBRANYSCHOPNOST ORGANISMU..... | 7 |
| Obranné síly organismu..... | 11 |
| Jak si posílit imunitu..... | 30 |
| | |
| PRVNÍ ČÁST: FYZIČTÍ PARAZITÉ..... | 41 |
| | |
| První kapitola: Co jsou parazité a co o nich musíme vědět..... | - 42 |
| Výskyt a rozšíření parazitů..... | 45 |
| Parazité, kteří nejvíce ovlivňují život člověka..... | 46 |
| Jak člověk chytí parazity (například hlísty)?..... | 53 |
| Diagnostika aneb Jak zjistíme přítomnost parazita v těle..... | 55 |
| Diagnostika podle zevnějšku..... | 56 |
| Nejčastější příznaky parazitózy..... | 57 |
| | |
| Druhá kapitola: Parazité, kteří člověku škodí nejvíce..... | 62 |
| Prvok toxoplasma..... | 62 |
| Bičinky (trichomonády)..... | 68 |
| Teorie Tamary Sviščevé o trichomonádovém původu rakoviny. . . . ,..... | 84 |
| Chlamydie..... | 86 |
| Plísně a houbová onemocnění..... | 93 |
| Bradavice a jejich léčba přírodními způsoby..... | 96 |
| Lamblie..... | 98 |
| Helminti..... | 102 |
| Motolice (trematody)..... | 114 |
| Stadia vývoje parazitózy..... | 120 |
| | |
| Třetí kapitola: Faktory, které působí na parazity..... | 122 |
| Rostliny proti parazitům a hlístům..... | 124 |
| Hořká tonika..... | 125 |
| Rostliny, které stimulují a podporují trávení..... | 126 |
| Jak připravit a užívat rostliny s antiparazitárním účinkem..... | 127 |
| Důležité informace o antiparazitárních rostlinách..... | 134 |
| Výživou proti parazitům..... | 138 |
| Zvýšení tělesné teploty..... | 152 |
| Jedovaté látky..... | 152 |

| | |
|------------------------------------|-----|
| Léčba ionty stříbra a mědi..... | 153 |
| Kvalita vzduchu..... | 155 |
| Prostředky na zvýšení imunity..... | 156 |

Čtvrtá kapitola Praktické metody očisty organismu

| | |
|---|-----|
| od parazitů..... | 161 |
| Očista od parazitu podle Naděždy Semjonové..... | 161 |
| Léčba hlístů podle Taťány Abramovské..... | 173 |
| Metodika antiparazitárního léčení podle Huldy Clark..... | 180 |
| Očista od parazitů elixírem Trojčátka..... | 181 |
| Ruská varianta elixíru Trojčátka..... | 187 |
| Detoxikace pelyňkem podle A. I. Afanasjeva..... | 188 |
| Odčervení koňakem a ricinovým olejem..... | 191 |
| Odčervení dětí..... | 192 |
| Hladovění a antiparazitární léčba..... | 205 |

DRUHÁ ČÁST: ENERGETIČTÍ PARAZITÉ..... 229

| | |
|--|-----|
| Pátá kapitola: Co jsou to energetičtí parazité? | 230 |
| Očista životního pole a mimovědomé formy života..... | 233 |
| Principy očisty životního pole..... | 234 |
| Metodika očisty životního pole..... | 245 |
| Šestá kapitola: Démoni, běsové a jak se jich zbavit... 253 | 253 |
| Co je to parazit životního pole?..... | 253 |
| Příčiny pronikání parazitů do lidského organismu..... | 262 |
| Sedmá kapitola: Jak se zbavit uhranutí, uřknutí, očarování a dalších..... | 272 |
| Co je uhranutí?..... | 272 |
| Čím se vyznačuje uhranutí..... | 272 |
| Ochrana před uhranutím a parazity životního pole..... | 278 |
| Jak se chránit před uhranutím..... | 280 |
| Osmá kapitola: Energetický vampyrismus..... | 286 |
| Co je vampyrismus a kdo je upír..... | 286 |
| O psychických upírech..... | 286 |
| Závěr..... | 295 |
| Poznámky | |

Místo předmluvy

Obranyschopnost organismu

Tato kniha předkládá širokou škálu hodnotných rad a doporučení, jak se bránit parazitům různého druhu. Boj s parazity je zapeklitá záležitost. Na jednu stranu je jednoduchý a spočívá hlavně ve správném užívání antiparazitárních prostředků a různých receptů: užívej je a budeš mít pokoj. Avšak podíváme-li se na věc z jiného zorného úhlu, zjistíme, že je všechno mnohem složitější. Každý člověk je hostitelem různých parazitů - virů, bakterií, plísní, hub, hlístů a dalších. Vždyť všichni žijeme ve světě založeném na vzájemném využívání, kdy každý živý tvor žije na úkor nějakého jiného živého tvora. Člověk si žije svůj život - a parazit (virus, mikrob, houba, hlíst) pobývá v jeho organismu a také si žije svůj život. Mezi organismem hostitele parazita (člověka) a samotným parazitem existuje zvláštní vztah. Parazit hostitele potřebuje, neboť bez něho by nemohl žít. Ale i hostitel potřebuje parazita, aby si mohl udržovat funkční obranný systém (imunitu) na vysoké úrovni. To je normální a přirozený způsob života. Nepřirozeným se stává v případě, jestliže se rovnováha mezi imunitou hostitele a cizopasníky naruší, neboť tehdy hrozí takzvaná *parazitóza*. Některé druhy parazitózy bývají obzvláště nebezpečné, a po-

kud se nemocnému nedostane zavčas pomoci, může i umřít.

Čady narážíme na tři pojmy, s nimiž budeme pracovat: *nezbytné znalosti*, *imunita* (obranné síly organismu) a *parazité*.

Nejprve se obrátím ke starotibetskému traktátu zvanému *Čžud-ši*, jehož učení trochu poupravím a dále v něm budu hledat vysvětlení. Aby si člověk udržel zdraví na určité úrovni, je k tomu nutný určitý vzájemný poměr mezi choroboplodným prvopočátkem (parazité), tělesnými silami a nečistotami. Skutečnost, zda tyto komponenty' zůstávají ve svém obyčejném stavu, nebo zda se změni, určuje, jestli organismus bude zdravý, anebo onemocní. Ke zmiňovaným *tělesným silám* patří imunita organismu, *nečistoty* znamenají usazené vnitřní toxiny a odpadní produkty a *choroboplodný prvopočátek* představují různé parazité.

Na kvalitu tělesných sil a míru nečistot mají největší vliv naše emoce, způsob života, zvyky, stravování, věk, klima a takzvaní *démoni* čili *energetičtí parazité*. To je sedm aspektů, které ovlivňují, zda se v našem životě objeví nemoci, či zda zase odejdou.

Každý člověk má vždy nějaké parazity, ať už jde o mikroby, viry nebo hlísty. Ovšem zdaleka ne každý kvůli nim onemocní; to hrozí pouze tem, kteří si nevhodnými emocemi, životním stylem, zvyky a stravováním znečistili organismus a oslabili si obranyschopnost. Člověk si sám ve svém organismu vytváří podmínky pro nemoc' /vysuje se o něho celková míra intoxikace a snižuje se imunita. takže parazité, kteří se až dosud v tichosti a mírumilovnosti skrývali v hostitelově těle. nyní za

čnou vystrkovat růžky, zdárně rostou a svou životní činností mu škodí, vyvolávají řadu různorodých nemocí, a v nejhorším případě mu mohou způsobit dokonce i smrt.

Podle všeobecně uznávaných statistických údajů umírá nejvíce lidí na nemoci srdce a cév, na druhém místě jsou onkologické nemoci a na třetím místě pak mozkové příhody - mrtvice. Parazitózy nacházíme „až“ na čtvrtém místě. Pokud bychom však odhlédli od statistik, podívali na věc z hlediska příčiny a následku a hledali důvod vzniku prvních tří kategorií chorob, zjistili bychom, že nemoci srdce a cév, nádory a mrtvice představují jen konečný článek řetězce. Řetězec příčin a následků začíná nevinnými a skrytými články a *prvním* z nich je absence důležitých vědomostí a nedostatečná kultura života. *Druhý článek* řetězce, který je zároveň následkem toho prvního, je *intoxikace organismu* a ukládání škodlivých a odpadních látek, což jsou věci, které přitahují parazity a potlačují imunitu. *Třetí článek*, jenž je následkem druhého, spočívá v tom, že se u člověka skrytě rozvíjejí parazitózy. Cizopasnici se v tichosti a takřka bez povšimnutí usazují v organismu a - kolonizují jej. Rozmnožují se v krvi nebo cévách, vyvolají různé nemoci a napadají intoxikované a opotřebované orgány, jež si podmaňují a tvoří v nich kolonie - *tumory*. Ucpávají cévy a způsobují proděravění jejich stěn, čímž vytvářejí podhoubí pro mozkovou mrtvici. Tudíž můžeme konstatovat, že srdeční a cévní nemoci, rakovina, AIDS, cukrovka, skleróza, náhlé cévní příhody a další takzvané *civilizační choroby* vyvolávají parazité usazení v organismu.

Nebezpečné jsou také *jednoduché houby, plísně a prvoci*, z nichž jmenujme například *bičenky'*, protože právě z nich vznikají nádory. Virus lidského imunodeficitu (HIV) narušuje spolehlivou ochranu před obrannou reakcí organismu člověka - v tělech bíčenek. Žije a rozmnožuje se v nich a přitom je doslova nutí k agresivnějšímu chování.

Výzkum krve pacientů se srdečními a cévními chorobami prokázal že jejich organismy trvale hostí bičenky, houby, plísně a další mikroparazity, kteří jim požírají červené krvinky, zavrtávají se jim do cév, narušují je a vytvářejí nebezpečné krevní sraženiny - *tromby*. Odsud pramení infarkty, mozkové mrtvice a další srdeční i cévní choroby.

Celé kolonie cizopasníků se dostávají do pojivových tkání, kde způsobují řadu dalších onemocnění, zejména kloubních, například *artritidu* a další.

Mikroparazité jsou také příčinou různých vrozených a dědičných nemocí. *Bičenky poševní* žijí v plodové vodě těhotných žen, takže se v nich nenarozené dítě doslova koupe. Pronikají mu do tělíčka ústy, konečníkem, plícemi, očima i kůží. Děti se nakazí už před narozením v matčině lůně anebo při porodu a nemůžeme se divit, že některá novorozeňata přicházejí na svět s vrozenými srdečními vadami, cévními nemocemi, a dokonce i nádory a AIDS.

Dále uvádím několik obrázků, na nichž názorně vidíte, jakým způsobem parazité ničí organismus.

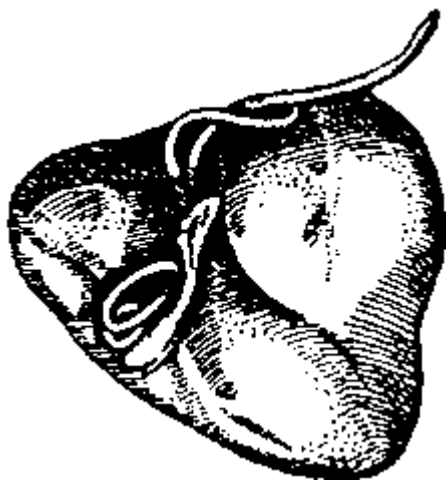
Obranné síly organismu

Základní obrannou silou člověka je jeho *imunita*; alespoň tak se to oficiálně uvádí. A je to pravda, ale jen zčásti, protože ve skutečnosti je nejdůležitější obrannou složkou člověka jeho *vědomí*. Musí být však správně orientované, naladěné a řízené; v opačném případě nenormální emoční činnost rychle naruší vnitřní harmonii, oslabí organismus a vytvoří předpoklady k tomu, že ji napadnou různé parazité.



Obrázek č. 1

Hlísti se ponoří do některé tkáně lidského organismu a začnou se v ní rozmnožovat, a tím vyvolávají specifické nádory. Na obrázku a vidíme otevřený vyoperovaný nádor s klubkem hlístu, na obrázku b se hlísti usadili na stěně konečníku a vytvořili nádor.



Obrázek č. 2

játra a žlučník jsou oblíbenými místy pro parazity. Na obrázku je znázorněn žlučník zasažený askaridózou².

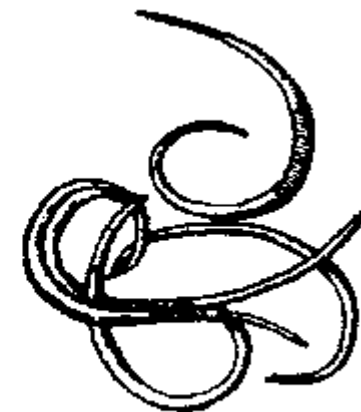


Obrázek č. 3 Takhle to vypadá, když se parazité zabydlí pod kůží.

Obrázek č. 4 Mikroparazité se snadno dostanou do chrupavčitých tkání a způsobují dystrofické změny. Na tomto obrázku vidíte, jak se změnila hlavička stehenní kosti - tak vzniká artritida a artróza.



a



b

Obrázek č. 5 Když se člověk začne léčit z parazitózy a pročistí si organismus, začnou z něho vycházet různé cizopasníci v podobě zatočených patvarů, shluků, šnečků nebo borovicového jehličí (na obrázku).

První obranná síla člověka - vědomí

Vědomí pracuje se smyslovými orgány, pamětí a rozumem. Bez vědomí by nemohly probíhat žádné životní procesy.

Co znamená, když je vědomí nesprávně orientované a jak může člověku uškodit? Stane-li se to, pak namísto toho, aby vhodně řídilo životní procesy, přináší různá neštěstí: nejprve skrytě a potom i otevřeně.

- **První zásada.** Smyslové orgány představují funkční nástroje k určování kvalitativních a kvantitativních vlastností předmětů okolního světa. Dodávají člověku „příjemnou“ i „nepříjemnou“ informaci. Například vjem chuti je pro člověka nezbytný, aby uspokojil pocit hladu. Někteří lidé jej však rozvíjejí nadměrně, podřizují se mu

a /vykají si na něj, načež ztratí schopnost jej **spit** a vně využívat. Takový člověk neustále mlsá nějaké dobroty a přejídá se, takže se mu tělo víc a víc znečišťuje, jeho obranné síly organismu slábnou a jsou potlačovány. To jsou příhodné podmínky pro parazity; kteří se v člověku zabydlí a začnou plodit nemoci.

- Druhá zásada. Pokračování rodu je doprovázeno slastí. Člověk chce onu nádhernou rozkoš prožívat znovu a znovu a vrhá se do intimních vztahů s různými lidmi. Tu a tam se od někoho nakazí venerickou nemocí, to ale v dnešní době a naší úrovni medicíny není zdaleka ta nejhorší věc, která ho může potkat. Mnohem horší je *výměna mikroflóry* při polibcích a během sexuálního styku. Proč? Každý člověk má svou mikroflóru přizpůsobenou k podmínkám jeho těla a ta když se dostane do jiného těla, vypukne jakási válka parazitu. Pokud se mikrobi ocitnou v cizím organismu, jsou nuceni vydobýt si své místo u místních mikrobů, a proto se chovají mnohem agresivněji než v domácím organismu. Místní mikrobi, kteří dříve jen mírumilovně dřímali v těle hostitele, rovněž odpovídají zvýšenou agresivitou, protože se nechtějí vzdát svých pozic. Dříve přízniví mikrobi jsou proto nyní škodliví a začnou vyvolávat řadu nemocí.

A nyní si představte, nakolik se zvýší agresivita mikroflóry u člověka, který má řadu pohlavních kontaktů s různými partnery. Takový nešťastník přenáší obzvláště škodlivou nákazu, jejíž účinky

mohou být nedozírné - mohou doslova skolit několik generací. Toho si naši předkové byli dobře vědomi, a proto bylo cizoložství zakazováno.

Jak se vlastně rozšířila nemoc AIDS? Existuje teorie, že se vyvinula jako důsledek pohlavních styků Afričanů s opicemi. Mezi mikroflórou lidí a opic se rozhořel boj a objevil se velmi agresivní druh mikroorganismů, jenž se v důsledku sexuálních kontaktů mezi bílými lidmi a Afričany dále rozšířil do celého světa. Vidíte, kam až může dojít slepá touha po ukojení perverzních choutek - až ke vzniku nové zákeřné nemoci.

- Třetí zásada. Je to příklad nesprávné péče o zdraví. V organismu člověka přežívají druhy, které jsou si vzájemně nepřátelské - bakterie a plísně. Při nadměrném a nepravidelném stravování zahrnujícím hodně sladkostí se v organismu hromadí hleny, jež představují vhodné podhoubí pro růst a rozmnožování bakterií i plísní. Člověk je nachlazený a bolí ho v krku (hleny mají tendenci shromažďovat se v horní části těla): je nutné nasadit antibiotika, která mění plísně v houby. Navíc ale ničí veškeré bakterie, škodlivé i užitečné, a slouží jako potrava houbám, jimž už nyní v nekontrolovaném mstu a rozmnožování nic nebrání (jejich úhlavní nepřátelé - bakterie - jsou zneškodněny). Tak vznikají plísňová onemocnění.

Užívání hormonů stimuluje rozmnožování mikroorganismů, které tím získají dodatečný podnět k dělení a růstu. Stejný efekt má ozařování, které potlačuje přirozené obranné síly organis-

mu. a také chemoterapie. Zato hormonální léčba podněcuje (dodatečnou energií) růst a dělení jednoduchých parazitů. Takováto „léčba“ má za následek to, že nemoc je ještě zhoubnější a rychle se zhoršuje.

- **Čtvrtá zásada.** Jaký následek mají nevhodné emoce. Alexandr Leonidovič Ciževskij³ ve své knize *Pozemské následky slunečnic* popisuje souvislosti mezi epidemiemi na Zemi a sluneční aktivitou. Při zvyšování sluneční aktivity se totiž silně mění energoinformační prostředí na Zemi - a to tak, že se tvoří vhodné podmínky pro mikroorganismy. Právě v tomto období často vypuknou těžké epidemie, například mor, cholera, tyfus, chřipka nebo další infekční nemoci. A s emocemi člověka je to podobné jako se sluneční aktivitou: emoční činnost má za následek specifickou explozi energie organismu. Vylučované energie přitahují různé druhy parazitů a vytvářejí vhodné prostředí pro rozmnožování. Týká se to nejen mikrobů a plísní, ale také jemnohmotných parazitů.
- **Pátá zásada.** Když se sloučí rozum a emoce, zrodí se různé programy, například program uražení, rozzlobení, pomsty, nespokojenosti či sebezníčení, které navíc rodiče předávají dětem. Při analogickém srovnávání s počítačem to vypadá takto této dítěte (ale i dospělého) představuje harddisk, hlavní životní program odpovídá operačnímu systému Windows a malý příduze-

ný program uražení, nespokojenosti nebo zlosti se nevědomě přimíchá do hlavního životního programu jako *vir*. Takovýto vir usazený v těle dítěte brání jeho normálnímu rozvoji a životní činnosti, způsobuje různé zdravotní potíže, nemoci, vrozené anomálie a tělesné hendikepy, přitahuje parazity všeho druhu a nakonec dítě ponouká k nepromyšleným činům sebezníčení nevyjímaje. Zkrátka od počátku negativně ovlivňuje osud dítěte.

Po rodičích se dětem předává také *dědičná paměť o původcích nemocí lidstva*. Konkrétní příklad: pokud se předek léčil na určité nemoci Jeho potomci zdědí jak paměť o samotné nemoci, která se projevuje sklonem k tomuto onemocnění, tak paměť o užitých lécích. Lékařka a vědkyně Olga Jelisejeva vypráví příběh dítěte, které bylo od tří let neustále nemocné, mělo zahleněný nos a ucpané nosní dutiny, začaly se mu kazit zuby a trpělo bolestmi hlavy a páteře. Diagnostika dítěte s pomocí speciálních přístrojů prokázala nadbytek rtuti v organismu a počínající syfilis! Odkud by mohlo mít tříleté dítě syfilis? Zjistilo se, že touto nemocí trpěl jeho praděd a dlouho se na ni léčil. Nemoc i následná léčba zanechaly na dětském organismu stopy (předaly se dědičně) a při odpovídajících faktorech v organismu se také projevily.

Také otec homeopatie Samuel Hahnemann se věnoval problematice dědičné paměti nemocí

vyvolaných parazity a také dospěl k závěru, že se tyto choroby mohou objevit i dědičně. Osobně si myslím, že tato teorie platí v případech pacientů, kteří onemocněli a léčili se před tím, než měli děti. V organismu se nahromadí informace o nemoci a o léčení, jež se předávají potomkům.

Dále platí:

- Pokud někdo v rodině onemocněl svrabem, jeho potomci budou náchylní na různá kožní onemocnění.
- Pokud měl někdo v rodině kapavku, jeho potomci mohou mít nádor (lipom, myom, bradavice a další).
- Pokud měl někdo v rodině syfilis, jeho potomci mohou mít v různých orgánech vředy.
- Pokud měl někdo v rodě tuberkulózu, jeho potomci budou trpět různými vředy v jakýchkoli orgánech.

Jistá teorie hlásá, že každá buňka má svůj vlastní paměťový aparát a v něm uchovává informace nejen o organismu, ale o všech ostatních mikroorganismech a také o zvířatech. Jestliže se organismus dostane do nerovnovážného stavu, dědičná paměť se změní tak, aby se vytvořily příhodné podmínky pro rozmnožování mikroorganismů. A ty se začínají rozvíjet od primitivních forem (jednoduchý organismus) k vyšším (kolonie a mnohobuněčný organismus). To vyvolává různé nemoci: v první fázi je infekce způsobená několika jednotlivými mikroorganismy (různé

záněty) a ve druhé celými koloniemi (různé nádory).

Tyto nemoci dále způsobují následující jevy: dědičnou paměť o nemocích, zhoršují zdravotní stav organismu (intoxikací, zanesením produkty odpadu, stravováním), a především ovlivňují emoční život člověka. Jakmile začnou převládat negativní emoce, které potlačují obranný aparát buněk, ihned se aktivuje dědičná paměť patogenních mikroorganismů. Jejich dalšímu vývoji nejvíce nahrávají nečistoty uvnitř organismu, nadměrná spotřeba jídla a slabá imunita.

Z toho si můžeme udělat závěr, že rodiče před svými dětmi nesou obrovskou morální i fyzickou odpovědnost. Pokud se necháme ovládat vlastními egoistickými a nerozumnými přáními, onemocníme z toho, a navíc nemoci přeneseme na budoucí generace. Chceme-li své děti ochránit před nemocemi, změňme svůj postoj k životu a udělejme všechno, co je v našich silách, abychom si svým vlastním nerozumem neuhnali nějakou nebezpečnou nemoc.

Sestá zásada. Sociální napětí. Lidstvo vstoupilo do třetího tisíciletí a mělo by být rozumné, ale nic tomu nenasvědčuje, ba spíše všechno vypovídá o opaku. To je zákonitý důsledek panujících celospolečenských vztahů, které jsou ve svém jádru nesprávné. Dokud bude společnost ovládána materiálními hodnotami a peněžním systémem, lidstvo zůstane trvale nespokojené a v napětí. Neustále se bude vynořo-

vat stejná otázka: proč někdo žije lépe než já? A doprovázet ji bude stejné přání: chc₁ ovládnout jakýmkoli způsobem to, co si vydobyl jiný člověk, a není důležité, jakým způsobem, zda čestně, či nikoli, hlavní je, že ten druhý má víc, a je tedy nepřítel.

Z výše uvedeného se zrodil obrovský vynucovací aparát, uzákoněný jako - *instituce státu*. Stát plodí sociální napětí, které utlačuje každého člověka od prezidenta republiky až po obyčejného občana. Tlak společnosti tvoří ve vědomí člověka skrytý nebo viditelný emoční stres a dlouhodobé prodlévání v tomto stresu si vynucuje nadměrnou spotřebu nervové i životní energie.

- Sedmá zásada. Nesprávné metody řízení průmyslu a zemědělství otrávil vzduch, půdu i vodu. Chlorování vody je na první pohled prospěšné, ale - organismus se kvůli němu zasytí různými sloučeninami chloru. Pravidelné užívání chlorované vody několika generacemi za sebou má za následek oslabení obranyschopnosti organismu.

Vzduch, který běžné dýcháme, a zejména pak ten městský, je nasycen různými karcinogeny. Je plný splodin z automobilu, dýmu z cigaret, odpadu z kuchyní a kotelen, freonů z ledniček a ventilátoru a dále výparu z linolea i jiných syntetických materiálů, laků z nábytku či práchu a stavebnin; to vše se dostává do organismu a kodí mu.

Osmá zásada. Potraviny a nápoje obsahují látky, které jsou pro organismus nepřírodní a zanášejí jeho tkáň. Vylučovací orgány se s takovou zátěží nedokážou vyrovnat a organismus nefunguje, jak má.

Oděvy, obuv, kosmetika, chemické přípravky pro domácnost či různé dekorační předměty člověku nic dobrého nepřinášejí, ba naopak se podílejí na jeho celkovém oslabení. Některé kosmetické přípravky, deodoranty nebo prací prášky pronikají hluboko do organismu, kde se ukládají, a my se pak divíme, proč jsme nemocní a odkud se berou všechny ty nepochopitelné nevyлéčitelné nemoci a alergie, vznikající zdánlivě bez příčiny.

Různá rozpouštědla, technický líh a olovo se usazují ve slinivce břišní a lákají tam zvláštního parazita, který způsobuje *diabetes mellitus*. Ano, používám slovo *lákat* záměrně, protože někteří parazité milují mlsání stopových prvků. Benzol se ukládá v brzlíku, přitahuje parazity a ti ničí jeden z nejdůležitějších orgánů imunitního systému. Rozpouštědla typu toluol nebo xylol často poškozují mozek, methylethylketon a methylbutylketon likvidují pohlavní orgány a způsobují různé zánětlivé procesy. Konzumace jídel z kovového nádobí vnáší do organismu řadu nežádoucích kovů. Zubní plomby s obsahem rtuti a thalia i plastové plomby pomalu otravují organismus. Na tepelnou izolaci se používá azbest

a skleněná vata, které se vylučují do vzduchu a mohou vyvolávat plicní nádory. Zvlášť nebezpečné jsou freonv. pokud unikají bytí jen v malých dávkách z ledniček a ventilátorů, protože se z nich tvoří mimořádně zhoubné nádory. Některé mycí prostředky obsahují arzén, který proniká do organismu skrze kůži a pomalu jej otravuje. Nebezpečný je také formaldehyd, hojně využívaný při výrobě syntetických matrací, polštářů, obrouček na brýle a kontaktních čoček, protože způsobuje kožní alergie, zánět spojivek a plicní nemoci. A to zdaleka není konec seznamu škod, které přinášejí člověku předměty, jež jej obklopují

Co tady vlastně smíme využívat? To, co bylo prověřeno časem -jednoduché a přirozené prostředky a metody.

- **Devátá zásada.** Škodlivé masové užívání hormonu a antibiotik. Medicína uvěřila lživému předpokladu, že antibiotika pomáhají organismu bojovat s infekcí a že hormony je posilují, ale následkem byl přesný opak - organismus ztratil přirozenou schopnost s nemocemi bojovat.

Jak vlastně tento škodlivý mechanismus působí, na to se podíváme v následujícím příkladu:

Člověk onemocní a organismus na to hned odpovídá - zvýší tělesnou teplotu, a tím aktivuje obranné síly, zejména leukocyty a enzymy, určené k ničení cizorodých látek. Po uzdravení antibiotiky tato přirozená reakce organismu narůstá je

už nyní nepotřebná, a v důsledku jejich užívání mizí. Jenže se infekce mezitím změní, zmutuje a přizpůsobí se přijatým antibiotikům, začne být agresivnější a více odolává léčení. Zásluhou antibiotik si v sobě vypěstujeme takové druhy bakteriálních kultur, které se v přírodě běžně nevyskytují. Na svět přicházejí noví rafinovaní parazité a člověku slábnou imunita. AIDS je toho smutným důkazem. Ale co víc, parazité se umí spojit a vytvořit samostatný jednoduší živý organismus, jenž má jediný cíl - přežít, kolonizovat a podrobit si (zkonzumovat) organismus svého hostitele - člověka.

Medicína se pokouší léčit část nemocí zvýšenými dávkami hormonů, ale tím dosáhne jen toho, že organismus přestane produkovat vlastní. Po takové léčbě je organismus stále závislejší na umělých hormonech, a čím jich člověk užívá víc, tím víc slábnou jeho přirozená hormonální soustava. Kromě toho jejich vysoké dávky dostávají organismus do hormonální nerovnováhy a z toho pramení další nemoci.

Navíc hormony stimulují růst a rozmnožování mikroorganismů, neboť je to pro ně mimořádně výživný roztok a příhodné prostředí.

Důležitý závěr. Pokud člověk nevyužívá svůj nejdůležitější obranný prostředek - vědomí a rozum, snadno zahyne a jeho rod vymře,

Druhá obranná síla - imunita

Slovo *imunita* pochází z latiny a znamená *osvobození se od něčeho*. My však imunitu chápeme jako schopnost organismu rozpoznávat, ničit a odstraňovat geneticky cizorodý materiál. Jeho nositeli jsou bílkoviny, které se z nějakého důvodu dostaly přes bariéru jater až do krve; a dále viry, bakterie, jednoduché mikroorganismy, helminti⁴, cizí buňky a zmutované vlastní buňky. Pokud se kterýkoli z výše uvedených činitelů dostane do těla, tělo jej vnímá jako cizorodý prvek a spustí se imunitní reakce (rozpoznání, zničení a vyloučení).

Funkci imunity plní *imunitní soustava*, která sestává z orgánů a tkání s rozpoznávacími schopnostmi. Odlišuje, co je vlastní (vlastní tkáň) a co je cizí (například bílkoviny cizího původu, viry, bakterie a další). Hlavními výkonnými identifikátory a „demoliční četou“ cizorodého genetického materiálu jsou *lymfocyty*, speciální buňky imunitní soustavy, které se tvoří nebo dozrávají v orgánech imunitního systému.

Lidská imunitní soustava je celkem složitá a má různé orgány, nicméně obrazně ji dělíme na dvě části: *primární* (k níž se řadí především brzlík a kostní dřeň) a *sekundární*.

Primární imunitní soustava. V brzlíku dozrávají *T-lymfocyty*, schopné zničit veškeré cizorodé prvky, zejména viry a pozměněné buňky. V kostní dřeni zase dozrávají *B-lymfocyty*, které působí na cizorodé prvky svými protilátkami. Vůči každému cizorodému vetřelci se vytváří speciální protilátka. Oba dva druhy lymfocytů se snadno pohybují krevními cévami

a štěrbinami mezi tkáněmi a pronikají do míst, kde se shlukují geneticky cizorodé látky, jež zneškodňují.

Třetím typem buněk imunitní soustavy jsou *makrofágy*. Mají vlastní enzymový aparát, jímž dokážou zničit, ba doslova přetavit veškeré cizorodé látky.

Všechny buňky imunitní soustavy, tedy T-lymfocyty, B-lymfocyty i makrofágy, fungují koordinovaně, neboť tak se jim lépe daří chránit organismus. Lidský organismus je tedy doslova přeplněný od hlavy až k patě imunitními buňkami, které jsou připravené v libovolný okamžik napadnout geneticky cizorodý materiál (i vlastní pozměněné buňky, viry, plísně, bakteriální parazity, helminty a další).

A nyní se vrátíme k **sekundární imunitní soustavě**, která zahrnuje slezinu, lymfatický systém, lymfatické uzliny, lymfu, lymfoidní tkáň a krev. Ve slezině probíhá syntéza protilátek: slezina filtruje krev, a tím dodatečně ničí všechny cizorodé prvky, především bakterie a houby. V lymfatické soustavě převládají T-lymfocyty (mimořádně lymfocyty tvoří jedno procento celkové hmotnosti těla). Lymfatické uzliny „kontrolují“ jednotlivé úseky organismu, a pokud do některého z nich proniknou cizí tělíska nebo jiné látky, mohou včas zareagovat. Buňky imunitní soustavy se pohybují organismem spolu s krví a lymfou. Lymfoidní tkáň se nachází v takových místech v organismu, kde dochází ke kontaktu s vnějším prostředím (kůže, oční, nosní a krční sliznice, sliznice pohlavních orgánů, plíce a trávicí trakt).

Věnujme se i **dalším obranným nástrojům organismu**. Zdravá, nenarušená pokožka spolehlivě brání

cizorodým prvkům a mikroorganismům proniknout do těla. Významnou roli tu hraje *pot*, v němž má kyselina mléčná ve spojení se sekretem tukových žláz silný baktericidní účinek. Sliznice aktivně ochraňuje organismus před průniky patogenních mikroorganismů a podobných vetřelců. Sekret sliznice je baktericidní: slzy chrání oči, *lyzozim*⁵ obsažený ve slinách chrání sliznici v ústech a kyselina solná zase žaludeční stěny. Také v pochvě je kyselé prostředí a ochranný hlen. Normální mikroflóra trávicího traktu, a především tlustého střeva ničí choroboplodné mikroby, které se do ní dostali s jídlem. Také moč zabraňuje, aby skrze sliznici močovodu pronikaly bakterie, protože má zvýšenou kyselost a v takovém prostředí přežije jen málo mikroorganismů. Jako doplněk k výše uvedeným způsobům ochrany bych dodal ještě *ochranné biopole* neboli energetický štít těla (*auru*). *Aura* působí jako stěna, přes níž se parazité polí ani různé mikroorganismy nedostanou ven, a prostor kolem člověka je díky ní bezpečnější. Vědci tento přirozený obranný systém člověka (působící skrze kůži, sliznici, moc, mikroflóru nebo *auru*) nazývají různými jmény - *vrozená* nebo *nespecifická imunita*. A specifická imunita začne působit teprve tehdy, pokud je tato obrana (nespecifická imunita) oslabená.

Jak už víme, imunita se tedy dělí na specifickou a nespecifickou. *Specifická imunita* probíhá díky takzvané *imunitní paměti*. Odpovídají za ni hlavní buňky imunitní soustavy T-lymfocyty, B-lymfocyty a makrofágy. Její specifická vlastnost tkví v tom, že se vytvoří teprve poté, co se buňky lymfatické soustavy dosta-

nou do přímého kontaktu s geneticky cizorodým materiálem, jež identifikují jako cizí. To vyžaduje určitý čas, od několika hodin do několika dní, a potom je vetřelec zničen. Nicméně organismus si o tomto cizorodém prvku uchová v paměti informaci, a pokud by se do něj prvek opakovaně dostal, bude neprodleně zničen.

Nespecifická (přirozená) imunita funguje na jiném principu: některé buňky imunitní soustavy ničí geneticky cizorodý prvek spontánně, anebo v sobě vypěstují jiné prvky, napomáhající zničení vetřelců. V takovém případě je geneticky cizorodý materiál, který se dostal do organismu jakýmkoli způsobem nebo se tam vytvořil v důsledku buněčné mutace, do několika hodin, nebo dokonce minut zničen. V jiných případech to nestačí a dále se zapojuje specifická imunita.

Nespecifická imunita se od specifické imunity odlišuje třemi parametry:

1. Rozpoznává veškerý geneticky cizorodý materiál, a tím se liší od specifické, která funguje pouze na „staré známé“. Tudíž nádorové buňky většinou zaznamenává přirozená imunita.
2. Přirozená imunita působí na rozdíl od specifické okamžitě a nevyžaduje bezprostřední kontakt.
3. Přirozená imunita se aktivuje spontánně a na všechny druhy cizorodých látek.
4. Nemá specifickou paměť.

Přirozená imunita má mimořádně silné rozeznávací schopnosti, například si všimne i ojedinělých nádorů

rových buněk v těle. Specifická imunita má mnohem slabší rozpoznávací schopnosti a nádorových buněk si všimne teprve tehdy, až jich je již několik desítek.

Hlavní činnou silou přirozené imunity jsou buňky podobné lymfocytům, jimž se říká *přirození zabijáci* neboli *NK buňky*⁶. Z organismu vylučují buňky napadené virem, nádorové buňky nebo takové, které jsou pozmeněné z jiných důvodů. Proti nádorovým buňkám a virům jsou mimořádně efektivní, sledují a kontrolují počet zdravých buněk v organismu a neškodí vlastním tkáním.

Zvláštní roli v imunitním systému hraje krev a pojivová tkáň (85 % celkové hmotnosti organismu). Zdravé krevní složky objevují, ničí a pohlcují bakterie a cizorodé částice. Pojivová tkáň organismu také vylučuje zvláštní látky schopné ničit viry a bakterie. Reakce pojivových tkání na vetřelce určuje, jak zareaguje celý organismus. To závisí také na tom, zda je pojivová tkáň zdravá a čistá.

Nyní už víme ve zkratce, jak funguje a z čeho se skládá imunitní soustava, a podíváme se na to, co ji oslabuje a potlačuje.

Funkční nedostatečnost imunitní soustavy, která se projevuje sníženou odolností, nese název *imunodeficit*. Imunodeficit může být prvotní čili vrozený, nebo druhotný čili získaný. My se podíváme především na druhou variantu, tedy když se člověku sníží odolnost v průběhu života.

Příčiny získaného imunodeficitu:

- *první - stresové situace*, zejména pokud se často opakují. Stres obecně vnáší do vědomí člověka napětí, které vzniká pod vlivem nějakého dojmu, emoce nebo vnějšího působení.
- *Druhý - nezdravá strava*, přejídání a konzumace netypických jídel a potravin, které intoxikují pojivové tkáně organismu a způsobují deficit biologicky aktivních prvků, minerálů, vitaminů a podobně.
- *Třetí - antibiotika*. Dlouhodobé užívání antibiotik, jež mají působit jako „umělá imunitní soustava“, přirozenou imunitu snižují.
- *Čtvrtá - chemikálie*. Chemické látky také zhoršují přirozenou obranyschopnost, a navíc znečišťují prostředí, v němž člověk žije.
- *Pátá - geopatogenní a technopatogenní zóny*, především takové, které vylučují *ionizační záření* (televizní obrazovky, jež využívají katodovou paprskovou trubici), a vysokofrekvenční elektromagnetická pole.
- *Šestá - nesprávné léčení* ozdravnými preparáty, které potlačují činnost lymfoidních tkání (cytostatika při léčbě onkologických onemocnění a *imunopresiva*, užívaná zejména při transplantacích orgánů).
- *Sedmá — těžké úrazy a chirurgické operace*. Nejhorší jsou takové, při nichž musí být vyjmut brzlík nebo slezina.

Jak si posílit imunitu

Naštěstí existují léčebné metody, jak se zbavit získaného imunodeficitu, i profylaktické k jeho předcházení.

První příklad. Moderní člověk se stresu prostě nevyhne. Čekají ho nepříjemnosti v práci, tedy pokud ji má. A pokud ji nemá, tak přichází chudoba a ruku v ruce s ní rodinné problémy, mezilidské problémy, sociální nejistota a další potíže. Vlivem stresu člověk myslí negativně a prožívá různé obavy, emoce zla, uražení a nespokojenost. To všechno člověk potlačuje, ale někdy silné emoce vytrysknou na povrch a projeví se jako krizová situace.

Brzlík neboli *thymus* je těsně spojen s nervovou soustavou. Proto má dlouhodobý stres vliv především na činnost brzlíku, a v důsledku toho se narušuje tvorba T-lymfocytů (jsou defektní). Organismus je pak nechráněný před virovými a houbovými infekcemi či tuberkulózou, je náchylný k různým alergiím a nádorovým onemocněním. Praxe ukazuje, že právě negativní prožitky a duševní trápení jsou nejčastější příčinou výše uvedených nemocí.

Jak se tedy chránit před stresem? Nejprve je třeba změnit postoj k probíhajícím událostem a potom pracovat s některými vlastnostmi - těmi, které reagují na vaši neutěšenou situaci v každodenním životě a zasévají vám do duše strach, nenávisť, zlost a nespokojenost. Na každou situaci se dá reagovat bez emočního stresu a trápení. Ničeho se nebojte a na nic se nevažte, prostě se jen naučte, jak efektivní postupovat. Dej-

me tomu, že na vás je někdo hrubý: vy byste neměli hned vyskočit jako čert z krabíčky, nýbrž reálně zhodnotit situaci. Možná jde jen o obyčejné hulvátství, a to je možné pustit jedním uchem dovnitř a druhým ven. Musíte procítit vnitřní svobodu, směle se pouštět do činů, otevřeně milovat a ničeho se nebát, to je ten nejlepší lék a profylaktický prostředek proti stresu.

Na celkovou energetiku organismu mají neblahý vliv různé zlozvyky a vášně včetně narkomanie, alkoholismu, kouření a neaktivního životního stylu. Potlačují ji, snižují obranyschopnost biopole, a tak působí na imunitu. Proto radím: udělejte všechno, co je možné, abyste se těchto negativních vlivů zbavili.

Druhý příklad. Bičem dnešní doby je přejídání, zejména potravou, která není člověku jako biologickému druhu vlastní (to je další cesta k získání imunodeficitu). Největší nebezpečí představují čištěné a rafinované produkty - cukr a jiné potraviny obsahující sacharidy, hladká mouka, různé oleje, umělé tuky a jejich směsi s bílkovinami. Když se člověk přejídá, jeho organismus se přeplní živinami a nakonec jich je v něm tolik, že už je tělo, respektive jeho humorální složky: krev, lymfa a další, neuřídí. Přijatá potrava bez problémů užívá nejen člověka samotného, ale i jeho veřelce - různé parazity a mikroorganismy, kteří žijí ve velkém množství v krvi a v lymfě. A zahleněný organismus (připomínám, že zahlenění je důsledkem nadměrného příjmu potravy) představuje nejideálnější prostředí pro vývoj parazitů.

Organismus člověka se sníženou imunitou v důsledku humorálních faktorů napadají bakterie (stafy-

kokky, streptokoky). Navenek to poznáme například podle toho, že na kůži vyskakují různé uhříky, vyrážky, vřidky, nežity a další projevy onemocnění krve. Následuje nachlazení v různých podobách a plicní choroby, a pokud se k tomu přidruží nedostatek protilátek v krvi, člověk se často může těšit na alergie, nádory a artritidu.

Konzumace nezvyklé stravy má za následek také dysbakteriálu. V žaludku, střevech a celém trávicím traktu se usazují cizorodé a patogenní mikroorganismy, které pokládají člověka, jeho tkáně a buňky za potravu a pohodlné „bydliště“. Činnost makrofágů a neutrofilů⁸ je potlačena, a to znamená příležitost pro viry, bakterie, houby a plísně. Pokud ji využijí, způsobují nemoci, jež přecházejí do chronického stadia, čas od času nastává zhoršení a nemoc je stále těžší a těžší.

Neodpovídající a nezvyklá strava je prvním článkem celého zhoubného řetězce. Spouští se proces růstu cizorodého materiálu, bakterií a plísní v trávicím traktu. Ovšem ne všechny potraviny jsou stejně škodlivé: na první místo podle škodlivosti stavím chléb a pečivo, jelikož obsahují kvasnice, a za ně cukr, protože vyvolává v organismu kvasné procesy. Jakmile se bakterie nebo plísně pevně usadí ve střevech a žaludku, začnou se odtud šířit do celého organismu a hledají si příhodná místa, kde by se jim nejlépe žilo a kde by mohly založit kolonie. V některých orgánech se hromadí určité prvky a ty lákají jisté typy parazitů. Usazená měď přitahuje jeden druh parazitů, železo jiný a průmyslový líh třetí. Pak z toho tento orgán one-

mocní určitou chorobou. Plísně, mikrobi či jiní parazité začnou požírat buňky tohoto orgánu, rostou v něm a vytvářejí choroboplodné podhoubí, které je moderními přístroji často charakterizováno jako onkologické. A všechno začalo zdánlivou maličkostí: nesprávným stravováním (a nesprávné stravování začalo snahou vyhovět vlastním chutím).

Při antiparazitární léčbě vyřadíme z jídelníčku kravské mléko, neboť obsahuje kasein⁹, a proto je špatně stravitelné. Lidský organismus už v dětství ztrácí enzymy nutné k trávení mléka, takže se zcela nevstřebává, a nestrávený kasein představuje živnou půdu pro řadu parazitů.

Maso a masné výrobky jsou při antiparazitární léčbě rovněž tabu - to proto, že mohou být samy silně nakažené parazity. Zde uvádím přehled zjištěného množství bakterií v jednom gramu masa a masných potravin podle druhů. A pro zajímavost dodávám, že stejné množství obsahuje i mrva domácích zvířat!

Biftek - 1 500 000

Sekaný řízek - 15 000 000

Vepřová játra - 95 000 000

Čerstvá telecí mrva - 15 000 000

Čerstvá kozí mrva - 20 000 000

Čerstvá koňská mrva - 30 000 000

Vzorky masa k měření pocházely ze sedmi různých tržišť, bylo čerstvé a přímo od producenta. Ukázalo se, že obsahují stejnou nebo velmi podobnou skladbu bakterií jako chlěvská mrva. Nechyběly mezi nimi ani takové, které jsou charakteristické pro člověka s nemocným střevním traktem.

Mnohé bakterie jsou velmi odolné a přežijí i vysoké teploty, běžně používané při přípravě jídla. Na jejich zničení potřebujeme minimálně 115 stupňů Celsia a alespoň dvouhodinové tepelné působení. Zde se naskytá otázka: jak tedy máme maso připravovat, aby bylo zdravé a neškodné pro konzumaci? Aby nás maso neotráвило, je třeba vědět, jak správně porazit zvíře, jak jeho maso upravit, připravit z něj pokrm a také s čím je potom jíst.

Zvíře by při porážce v žádném případě nemělo trpět stresem, tedy měla by to být rychlá, nečekaná a bezbolestná smrt. Po porážce a následné úpravě je nutné maso zbavit krve a nejvhodnější metodou je kaserování.

Odsud vyplývá, ať si to přejete či nikoliv, imuno-deficitu se člověk zbaví především tak, že začne užívat potraviny, které jsou typické pro jeho druh. A to je ovoce a zelenina, případně šťávy z nich, ořechy, bylinky, krupice, obilniny, med a další včelařské produkty, v některých případech pak vajíčka a kysané i nekysané mléčné výrobky, ale spíš jen jako výjimky.

Není třeba to s množstvím jídla přehánět: objem jednoho denního jídla by se měl vejít do dlaní člověka. Každé sousto dobře pokousejte, až se vytvoří kašička, a jezte v souladu s biorytmologickou aktivitou trávicích orgánů (od sedmé do deváté hodiny ranní a od třinácté do patnácté hodiny odpolední).

Velmi zdravé je provádět pravidelné hladovkové kury střednědobé čtyřadvacet až dvaadvaceticet hodin jednou za dva týdny a dlouhodobé hladovění o délce

sedmi až čtrnácti dnů jednou za tři až čtyři měsíce. Při hladovění je nutné brát ohled na věk, klimatické podmínky a zvláštnosti individuální konstituce¹⁰. Hladovění je rychlá a účinná metoda k upevnění a posílení imunity. Opakovaná šestatřicetihodinová ozdravná hladová kúra zvyšuje aktivitu lymfocytů a jejich schopnost ničit cizorodé organismy.

Pokud ve vašem jídelníčku z nějakých důvodů nejsou biologicky aktivní produkty, můžete je dodávat v kvalitních přirozených potravinových doplncích. Všechna doporučení platí dvojnásob pro nemocné a uzdravující se osoby a také pro ty, kteří k ozdravení organismu teprve přistoupili.

Jak nám škodí antibiotika

Škodlivost antibiotik spočívá v tom, že tlumí přirozenou aktivitu imunitní soustavy. Abyste si to lépe představili, krátce popíšu, jak vlastně funguje imunitní soustava, pokud se do těla dostane infekce.

Dejme tomu, že infekce pronikla do těla a začala se rychle šířit. Imunitní soustava na to odpovídá zvýšenou teplotou a aktivací tvorby imunitních buněk – T-lymfocytů, B-lymfocytů a makrofágů. Naskytá se otázka, proč tělo potřebuje zvedat teplotu, když bez tak aktivuje lymfocyty? Teplota se zvedá proto, aby se nevytvořily maximálně příhodné podmínky pro rozvoj infekcí (kvůli vysoké teplotě se okysličuje vnitřní prostředí organismu a brání rozmnožování patogeních mikroorganismů), a také proto, že některé enzymy, využívané buňkami imunitního systému k napadání infekce, jsou mnohem účinnější při teplotě, která

Již o trochu vyšší než normální teplota lidského těla tedy osmatřicet až čtyřicet stupňů Celsia. Dále zvýšená teplota aktivuje cirkulační procesy v organismu, například pocení, močení nebo průjem, jež pomáhají vylučovat z těla toxiny. Následkem toho je člověk celkově slabý a malátný, má pocit, že zvětšují se mu lymfatické uzliny a jsou bolestivé a on se silně potí, často močí a defekuje. To jsou normální projevy ozdravné krize. Pokud organismus pracuje v tomto „pohotovostním režimu“ dva až tři dny, podaří se mu zcela zbavit toxinů i infekce a poté se úplně uzdraví.

Jak působí antibiotika? Vypukne krize a teplota těla se zvyšuje, a to je doprovázeno dalšími nepříjemnými jevy, důsledky aktivace imunitního systému. Antibiotika doslova zabíjejí patogenní mikroorganismy, normalizují teplotu a odstraňují symptomy ozdravné krize - bolesti, slabost a další. Zdálo by se, že to jsou samé pozitivní jevy, ale podívejme se na celou věc do hloubky:

1. Až antibiotika ukončí v těle svou práci, musí se vyloučit ven.
2. Vylučovat se ovšem musejí i uhynulí mikrobi, a to je ve skutečnosti pomalý proces. Zde tkví příčina celkové intoxikace organismu.
3. Po několika opakovaných příjmech antibiotik vlastní imunitní soustava ochabne a člověk prostě zapomene používat vlastní obranné síly. Už neumí aktivně produkovat imunitní buňky, jež jsou navíc línější a méně aktivní, a nestihá včas zvednout teplotu. Zde působí stejný neomylný

biologický zákon a funkce atrofuje. Tohle dělají s imunitní soustavou antibiotika.

4. Zároveň bakterie, které se dříve daly úspěšně potlačit antibiotiky, se natolik změní a zmutují, až jsou vůči lékům rezistentní a mohou na organismus v budoucnu znovu zaútočit - a protentokrát mnohem úspěšněji. Organismus pak bude bezbranný a nic nezmůže.
5. Lidský organismus je hustě osídlen jak bakteriemi, tak plísněmi. A s antibiotiky je jeden jediný problém: a sice že působí pouze na to první, ale nikoli na to druhé. Pro plísně jsou antibiotika naopak potravou! Je známo, že po antibiotikové kúře zcela vymizí bakteriální infekce, ale o to silněji se projeví infekce plísňové, jinými slovy se člověk dostane z louže pod okap.
6. Antibiotika ničí normální mikroflóru organismu, a tím pádem napomáhají (po léčebné kúře) vzniku dysbakteriózy.

Jak vidíme, následkem užívání antibiotik se rozpadá a atrofuje imunitní systém.

Na imunitu působí negativně také některé chemické prvky: patří sem prostředky proti hmyzu, například naftalín, prostředky na mytí nábytku, čisticí prostředky, prací prášky nebo kosmetické přípravky a deodoranty. K další skupině se řadí chemikálie z ledniček a ventilátorů (unikající chladicí plyn proniká i těmi nejmenšími štěrbinami chladicího agregátu), automobilové oleje, palivo a další materiály. Všechny tyto výše jmenované látky pronikají do organismu plícemi

a kůži a usazují se v něm. Po uplynutí nějakého času se z nich vyvinou alergie, zdravotní potíže a choroby.

Když se člověk dlouhodobě nachází v geopatogenních nebo technogenních zónách, jeho organismus začne slábnout a buňky se začnou měnit. Na to existuje jedna rada - nenavštěvujte tyto zóny, pokud opravdu nemusíte.

Léčení a chirurgický zásah přicházejí na řadu jedině v případě krajní nouze, a navíc se netýkají brzlíku ani sleziny: s vynětím těchto orgánů byste nikdy neměli souhlasit, bez nich je organismus odsouzen k velkému trápení a jisté smrti. Prudce vzrůstá nebezpečí zhoubných nádorů. Ještě nebezpečnější však jsou transplantace orgánů a následná léčba imunosupresivou (za účelem potlačení obranné reakce, aby tělo proti novému orgánu nezačalo produkovat protilátky). Riziko vzniku nádorového onemocnění je u takovýchto lidí v porovnání s obyčejnými lidmi desetkrát až tisíckrát vyšší. Dále radím - nechte si vyndat z úst veškeré amalgámové plomby, protože obsahují rtuť a v podstatě člověka pomalu otravují. Obecně platí, že jakákoliv léčba by měla probíhat v souladu s přirozenými silami organismu a přírody.

Prostředky k posílení obranyschopnosti organismu

Jsou to

- " antiparazitární léčba s pomocí elixíru Trojčátko¹¹, petrolejem a dalšími preparáty
- očista tlustého střeva¹² (různé klystýry)
- " čista krve a lymfy (pára a čerstvé šťávy)

- očista pojivové tkáně (hladovění, pití čerstvých šťáv, pára)
- očista dutiny ústní (cucání oleje a žvýkání česneku)
- očista, ozdravení a posílení pokožky (pára a vtírání odpařené uriny¹³, tím získáte pevnější ochrannou kůži)
- šank prakšalána - posiluje imunitu, protože čistí sliznici žaludku a střev od patogenních mikroorganismů (nemají rádi solný roztok, který se užívá při tomto cvičení)
- přechod na stravu, která je vlastní člověku jako druhu (druhovú strava); tím se zlepší mikroflóra trávicího traktu a vyrovná se hodnota pH sliznic
- pro ženy: promývání pochvy urinou, protože normalizuje kyselost v těchto místech a zlepšuje její obranyschopnost
- dostatečný pohyb a otužování, vodní procedury (kontrastní sprcha, kontrastní polévání vodou, pára)
- dostatečný pobyt na čerstvém vzduchu

Budete-li dodržovat tyto body, vytvoříte si a udržíte vysokou odolnost organismu proti nemocím.

Staří lidé a děti do sedmi až deseti let nemají tak silnou imunitu jako dospělí, proto jsou pro ně daná doporučení důležitá dvojnásob.

Poznámka Pamatujte, že existují tři linie obrany imunity - ochrana biopolem, kůží a sliznicí; přirozená imunita a specifická imunita, se kterou může-

me g také bychom měli pracovat samostatně. Každý *Člověk* dokáže udržovat všechny tři linie obrany na vysoké úrovni vědomé a samostatně jen s pomocí jednoduchých ozdravných metod a prostředku.

Jak říkali starodávni léčitelé, lymfa, krev, svaly a imunita tvoří takzvané *síly těla* - a ty musejí být čisté a *zdravé*. V těle by mělo být jen minimum nečistot (týká se to bakterií v kalu, kyselosti moči a složení potu), protože tak přinesou organismu další ochranu.

Nakolik budou síly těla čisté a výkonné, to záleží na každém člověku a na jeho znalostech a také na tom jak si uspořádá emoční život, zda se bude správně stravovat a jaký životní styl bude vyznávat. Nakonec může kontrolovat choroboplodnou podstatu ve svém těle a plnit důležitou funkci - aktivaci imunity.

První část

Fyzičtí parazité

První kapitola

Co jsou parazité a co o nich musíme vědět

V roce 1988 udělala americká lékařka přírodní medicíny Hulda Clark senzační objev, který dodal nový rozměr lékařské diagnostice. Sestavila převratný přístroj *sychrometr*, jímž se dala měřit elektromagnetická rezonance veškerých přírodních objektů se specifickým spektrem elektromagnetického vyzařování: toxinů, mikrobů, medikamentů, nádorových buněk a tak dále. Tak se zrodila *magnetická rezonance pro diagnostiku a terapii (MR)*.

První měření Hulda Clark prováděla sama na sobě a byla nepříjemně překvapená: přístroj poukázal na přítomnost obrovského množství parazitů, mikrobů, virů a dalších vetřelců v jejím těle, kteří si tam v klidu žili a nedali se jinými metodami identifikovat, dokonce ani metodou Reinharda Volla¹⁴. Aby toho nebylo málo, ukázalo se, že Hulda Clark má všechny orgány intoxikované *ekotoxiny*, *toxiny* ze životního prostředí - těžkými kovy, herbicidy, radioaktivními izotopy, konzervačními přísadami, medikamenty a dalšími odpady.

Hulda Clark se rozhodla otestovat s pomocí svého přístroje i jiné lidi a vždy získala stejné výsledky. Tak dospěla k závěru, že všichni lidé v sobě nosí masy pa-

razitů všeho druhu a mají organismy znečištěné ekotoxiny, takže jim v důsledku toho hrozí nemoci. Nakonec zjistila, že devadesát procent veškerých chronických nemocí má dvě příčiny — parazity a ekotoxiny. Tím potvrdila základní tezi starověkých léčitelů, že bez očisty není uzdravení, a také to, že základem nemocí u člověka je jeho vlastní nevědomost, která k němu přitahuje parazity.

Slovo *parazit* pochází z řečtiny od slova *parasitos* a znamená *cizopasník, příživník* čili *organismus, který ke svému životu využívá jiný živý organismus, odebírá mu živiny a škodí mu*. Využívá k životu svého hostitele jímž může být rostlina i živočich, ve kterém nebo na němž dočasně (temporální parazité) či trvale (permanentní parazité) pobývá.

To je také jeho životním cílem - pohodlně a nepozorovaně užívat života v jiném organismu, například lidském. *V širším slova smyslu se jako parazité vůči člověku chovají choroboplodné bakterie a viry, v užším slova smyslu se za parazity považují především mouchy, červi, členovci, ale i koryšci, pavoukovitá hmyz.*

Parazité se živí tělesnými šťávami, tkáněmi nebo potravou z trávicího traktu člověka. *Dělí se na cizopasné živočichy — zooparazity a rostlinné cizopasníky — fytoparazity.* Navíc je dělíme podle toho, v jakém místě v organismu hostitele přebývají, na *ektoparazity* čili vnější parazity a *endoparazit* čili vnitřní parazity.

Ektoparazité se usazují na povrchu těla hostitele jen dočasně na omezenou dobu, aby se nakrmili; k nim patří komáři, pijavice či ovádi. Ale jsou i takoví,

kteří se drží na těle a využívají je dlouhodobě, například vši. Někteří parazité se usazují především v kůži (kožní parazité) či v tělesných dutinách otevřených vůči vnějšímu prostředí, jako jsou nosní dutiny, uši, ústa a oční spojivky (dutinové parazité).

Endoparazité mohou žít fakticky kdekoliv v těle hostitele, v jakékoli tkáni nebo orgánu. Ovšem dělí se podle lokalizace.

- *Endoparazité orgánů*, které jsou v kontaktu s vnějším prostředím, například **plic**, střev a součástí urinogenitální soustavy, počínaje ledvinami a konče močovými trubicemi. Jsou to *měňavky (améby)*, *červi* a *bičíkovci*.
- *Krevní parazité*, kteří se dále dělí na ty, již obývají krevní plazmu, erytrocyty nebo lymfocyty. Jsou to *mikrofiárie*, *hemosporidie* a *trypanosomy*¹⁵.
- *Tkáňoví parazité* neboli *endoparazité tkání* žijí v různých tkáních hostitelova těla, kupříkladu v příčně pruhovaných svalech jako *sarkosporidie*¹⁶ a *trichiny*, v mozku jako *trypanosomy*, v chrupavkách a pojivové tkáni jako *výtrusenky* (myxozoa) a dále v nervových vláknech i jiných orgánech. Patří k nim i tasemnice.
- *Endoparazité dutin*, které nejsou ve styku s vnějším prostředím.

Výskyt a rozšíření parazitů

Parazité jsou hojně rozšířeni ve světě živočichů i rostlin a jen stěží bychom hledali nějaký živočišný nebo rostlinný druh, o němž bychom mohli směle prohlásit, že je od cizopasníků zcela oproštěný. Na úkor člověka žije nepřeberné množství parazitů, počet jejich druhů je fenomenální a vědci neustále odhalují nové a nové cizopasníky a objevují i mechanismy, jak v nás vyvolávají nemoci.

Největším životním úkolem parazita je pevně se držet svého hostitele. Proto se jim nejvíce vyvinuly různé *úchytné orgány* - lepkavé nožky, obrovský ústní otvor, speciální přívěsky, háčky, drápky, silné **přísavky** ze svaloviny a další. **Ale** mají i velmi mocné „chemické zbraně“. Sliny a trávicí šťávy různých krvelačných parazitů obsahují silné *antikoagulanty* (látky zabraňující srážení krve), jiní vylučují *proteolytické enzymy*, ničící tkáň hostitelových orgánů. Takoví jsou prvoci *amébové dyzenterie*, kteří naleptávají tlusté střevo, nebo *cerkarie* (larvy motolic) z čeledi *schistosomatidae*, které pronikají přes kůži přímo do cév. Střevní parazité mají silné protienzymové vlastnosti, které jim umožňují přežít v těle hostitele a ubránit se před mocí jeho trávicích šťáv - to umějí mnozí červi.

Někteří parazité si zvykli na prostředí bez přísunu volného kyslíku zvenčí (hlísti tlustého střeva) a dýchají kyslík, který se uvolňuje při procesu rozkladu potravin, například glykogenu. Během látkové výměny v anaerobním prostředí se chemický rozklad některých živin

zastaví ve stadiu, v němž se vytváří různé přechodné látky s toxickými vlastnostmi (mastné kyseliny). Odsud vyplývá, že anaerobní způsob života některých cizopasných červů způsobuje, že jimi vylučované produkty odpadu jsou toxické, a když se vsakují do organismu hostitele (člověka), chronicky jej otravují.

V důsledku přirozeného výběru druhů se u parazitů vyvinuly takové vlastnosti, které jim umožňují snáze se dostat do nějakého hostitelského organismu. Proto mají cizopasnici velmi vysokou plodnost. Například hlístice z čeledi měchovcovitých (*ancylostomatidae*) nakladou za den až pětadvacet tisíc vajíček, *motolice střevní* (*fasciolopsis buski*) do osmačtyřiceti tisíc, a škrkavky (*ascaris*) dokonce dvě stě tisíc vajíček! Ale to ještě nic není, dospělý jedinec *tasemnice bezbranné* (*taenia saginata*) naklade až čtyři miliony devět set tisíc vajíček za den a čtyři sta čtyřicet milionů vajíček za rok. Tito parazité mají silně vyvinuté rozmnožovací orgány, zatímco jiné, jež se pro ně ukázaly nepotřebné, časem zmizely. Parazitický korýš *kořehlavec* (*sacculina*) představuje vak nabitý vajíčky a jeho přezrálá děloha vytlačí všechny další části pohlavní soustavy.

Parazité, kteří nejvíce ovlivňují život člověka

Věnovali jsme se zatím spíše méně rozšířeným parazitům, a proto se nyní podíváme na zoubek těm, s nimiž se člověk setkává v životě poměrně často. Za-

čneme od nejmenších, pouhým okem neviditelných, a přejdeme k velkým a viditelným.

První skupina - viry (latinsky *virus* znamená *jed*) spolu s mikroorganismy představují nitrobuněčné parazity. Známe virus chřipky, hepatitidy, polyomyelitidy¹⁷, oparu, lymfogranulomatózy¹⁸, AIDS a dalších. Ne všechny viry a mikrobi na organismus působí zhoubně, ale řada z nich způsobuje těžké nemoci.

Viry a mikrobi dělíme na *infekční*, které ničí buňky, a *nádorové*, které buňky přímo neničí, ale mění je a způsobují nádory.

Viry pronikají do organismu prostřednictvím kůže a sliznice, proto je mimořádně důležité, abychom měli tyto části těla, které navíc tvoří obranu proti parazitům, zdravé a v pořádku. Čím víc jsou oslabeny, tím je organismus zranitelnější.

Viry a mikrobi většinou nesnášejí vysokou teplotu a většina jich uhynie při padesáti až šedesáti stupních Celsia do půl hodiny až do hodiny. Ničí je rovněž kyslík obsažený ve vzduchu. Dále nesnášejí změny pH vnitřního prostředí organismu směrem ke kyselému, ultrafialové záření, rostlinná barviva a přímo se bojí některých chemikálií, například obyčejné kyseliny askorbové (vitamin C).

Ovšem parazitující mikrobi nejsou jen nepřátelé a leckdy mají i pozitivní vliv při procesu přirozeného výběru silnějších a lépe adaptovaných organismů. Usazují se jen ve znečištěných a intoxikovaných organismech a jejich cílem je tyto nečistoty zpracovat. Proto se masové drží v místech silného výskytu nečistot, například ve vodojemech a v půdě. Totéž platí

o organismu člověka: jestliže se správně a v klidu stravuje, je čistý a jeho tkáně neobsahují toxiny, mikrobi se v něm nemohou usadit.

Druhá skupina - prvoci. Patří sem houby, bakterie, *hlenky* (*mycetozoa*) a mimochodem také kvasinky, jež se řadí k houbovým mikroorganismům. Mikroorganismy se dělí na dvě skupiny: *rostlinné*, k nimž se řadí bakterie, vodní řasy a houbovitě mikroorganismy, a *živočišné*, které se dále dělí na čtyři druhy: *měňavkoviti*, *řasinky* (například nálevníci, známá *trepka velká*), *krvinkovky* (mikroorganismy, které se rozmnožují nepohlavně a způsobují těžké nemoci, například malárii) a *bičíkovci* (mají živočišné i rostlinné znaky, například bičenky).

Velké množství mikroorganismů na někom cizopasí a většinou je to na úkor mnohem větších a silnějších organismů. Ve vztahu ke slabším a menším organismům se chovají jako dravci.

Prvoci pronikají do organismu kůží a sliznicí stejně jako viry, a pokud v něm najdou příhodné prostředí, začnou se vyvíjet. Například zahleněné dutiny poskytují útočiště různým hnisavým bakteriím. Změna pH prostředí na kůži směrem k zásadě zase vyhovuje houbám způsobujícím houbovitá onemocnění pokožky. Droždí potlačuje přirozenou mikroflóru a napomáhá vzniku dysbakteriázy, změna kyselého prostředí v tlustém střevě směrem k zásaditému je vhodná pro rozvoj patogenní mikroflóry, za níž se dále tvoří sliz, polypové a další nešvary. Parazité zvaní *chlamydie* procházejí stěnami krevních cév a ničí je, vyvolávají infarkt myokardu a řadu dalších těžkých nemocí, na-

příklad záněty pohlavních orgánů, neplodnost, zánět slinivky břišní, jater a dalších orgánů.

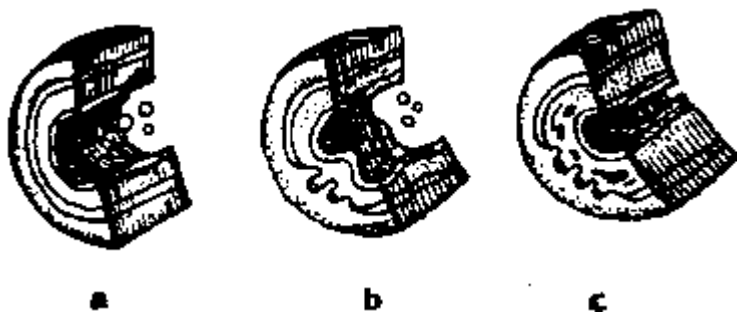
Třetí skupina - cizopasní červi, jiným slovem *helmini* z řeckého slova *helmins* - červ nebo *hlíst*. Je známo kolem sto padesáti druhů lidských helmintů, a dokonce tvoří specifickou *helmintofaunu*. Dělí se na tři třídy: *hlístice* čili *nematody*, „kulatí červi“ s tělem v podobě vláken nebo cylindru, na koncích zašpičatělým; *tasemnice* neboli *cestody*, skupina článkovaných červů; a *motolice* čili *trematody* („ploší červi“). Ve výjimečných případech byl u člověka zaznamenán výskyt parazita kmene *vrtejší* (*acanthocephala*).

Na území bývalého Sovětského svazu bylo zaregistrováno dvaapadesát druhů helmintů, z toho čtyřicet připadá na druhy hlístic (*nematody*), devatenáct na článkované červy čili tasemnice (*cestody*) a devět na motolice (*trematody*). Osmadvacet z nich prakticky nemá z lékařského hlediska žádný význam a případy jejich parazitování na člověku jsou spíš ojedinělé. Ostatní druhy helmintů jsou významnější - někteří mají široký výskyt, jiní lokální.

Lokalizace helmintů v lidském těle může probíhat různými způsoby a také intenzita nákazy se liší – od jednotlivců po stovky a někdy i tisíce parazitů. Na jednom organismu může cizopasit najednou od jednoho do šesti druhů helmintů.

V lidském organismu se ve značném počtu usazují různé druhy červů. Závisí to na podmínkách a největší roh hrají následující parametry:

1. *Geografický faktor*. Různé druhy helmintů jsou odlišně rozšířeny v různých geografických zónách podle podnebí, panujících teplot, vlhkosti, druhu půdy a rostlinstva; jejich výskyt také ovlivňuje, zda pro svůj vývoj potřebují hostitelské mezistupně.
2. *Profese*. Pracovníci v zemědělství mívají nejčastěji helminty obývající půdu, zatímco u horníků, kteří pracují v prostředí s trvalými nadměrnými teplotami, se často vyskytují měchovci (*ancylostoma*) a tak dále.



Obrázek Č. 6

- a - do krevní cévy se dostaly chlannidyie
 b - chlannidyie začíná působit na krevní stěnu
 c - v důsledku tohoto působení se céva zúží a začíná tvrdnout

3. *Domácí podmínky* a některé tradice a zvyklosti, konzumace syrového masa (např. stroganina) a některých druhů ryb, konzumace nedostatečně provařeného nebo propečeného masa a ryb, masa připraveného na grilu nebo na rožni či čerstvého soleného štičího kaviáru - tyto potraviny způsobují, že se člověk nakazí z hovězího masa, *tasemnicí dlouhočlennou* z vepřového masa anebo některou motolicí z určitých druhů ryb. Také při hnojení fekáliemi na zahrádce se šíří askaridóza, trichocefalóza a další.
4. *Věk*. Někteří helminti (dětská tasemnice *hymenolepsisnana*, škrkavky, roupi) se vyskytují jen u dětí, zatímco jiní napadají jen dospělé osoby (tasemnice dlouhočlenná a některé motolice).

Nejrozšířenější ve všech geografických lokalitách jsou - roupi. V centrální oblasti evropské části Ruska jsou to však škrkavky, ale obyvatelé měst jimi trpí méně než vesničané. Řidčeji se vyskytuje tenkohlavec bičíkový a ještě méně vlasovky. Mezi tasemnicemi vyskytujícími se v centrální oblasti dominuje dětská tasemnice, a to především ve městech, kde se šíří v dětských kolektivech, a na druhém místě je tasemnice bezbranná (*taenia saginata*). Méně častá je tasemnice dlouhočlenná a její larvy (*cysticercus*), echinokok (vývojové stadium tasemnice jaterní), měchožil, tasemnice krysí (velmi zřídka) a doslova výjimkou je motolice jaterní (*fasciola hepatica*).

Pořadí helmintů podle rozšíření je ve všech oblastech takovéto: 1. roupi, 2. škrkavky a 3. dětská

tasemnice: na 4. místě jsou vlasovky a na 5. místě **tasemnice bezbranná**.

Jakmile cizopasní červi proniknou do organismu člověka, obydlí prakticky všechny části a začnou se usazovat se ve všech orgánech (například echinokok v játrech), pod kůží (*drakunkulóza* - onemocnění způsobené vlasovcem) a v trávicím traktu (škrkavky, roupi, tasemnice).

Cizopasní červi se živí potravou přijatou člověkem a natrávenou v jeho zažívacím traktu a poté vylučují toxické exkrementy a sekrety, čímž způsobují chronickou intoxikaci organismu. Kromě toho mohou zapříčinit i mechanické poškození, různé reflektorní vlivy nebo škodí jiným způsobem.

Nedodržování základních hygienických pravidel a vytváření hnilobného prostředí v dutinách zažívacího traktu nahrává usazování cizopasných červů a připravuje pro ně příhodné podmínky.

Čtvrtá skupina - koryši a měkkýši. Usazují se v lidském organismu ze stejného důvodu - kvůli intoxikaci.

Pátá skupina - cizopasný hmyz. Jeho přítomnost v organismu vypovídá o posledním stadiu zanedbání organismu, patří sem například vši.

Jak člověk chytí parazity (například hlísty)?

Novorozeňata se nakazí parazity při narození, čímž trpí všechny orgány - oči, nos, ústa a hráz; následky jsou viditelné i na kůži. Trvale se nákaza usadí už ve věku pěti až osmi měsíců dítěte, vyčerpává slinivku břišní a někdy způsobuje *diabetes mellitus*, nádorová onemocnění a další nemoci.

Případy parazitárních nemocí narůstají a velký podíl na tom má rozvoj turistiky a cestovního ruchu, znečištění vody a potravy a nadměrné užívání chemikálií i antibiotik. Hlísti, hlístice a velké množství **měňavek** (ty tvoří sliz) jsou mezi lidmi rozšířeny mnohem více, než připouští oficiální statistika a tradiční medicína. U některých masných výrobků, zejména z vepřového masa, byla zjištěna vysoká koncentrace parazitů - anglická slanina, šunka, párky, klobásy, vepřové kotlety a další. Příliš nezaostává ani hovězí, drůbeží a skopové maso a ryby.

To jsou smutná fakta a určitě to nepřinese pražádnou radost moderní společnosti, zvyklé konzumovat velké množství masa, masných a rybích výrobků. Proto se nemůžeme divit, že se ve vyspělých zemích, jako je USA, vyskytuje víc parazitárních onemocnění než například v Africe. Člověk snadno chytí červy z vepřového masa, vždyť stačí sníst nesprávně tepelně připravený kousek, špatně uzenou šunku nebo klobásu... Larvy se usazují ve svalech, kde se také rozvíjejí a odsud se šíří centrální nervovou soustavou do dal-

ších tkání a orgánů, až se nakonec přisají na horní tenké střevo. Tasemnice dlouhočlenné jsou pro člověka nebezpečné, protože jejich agresivní larvy pronikají do svalových tkání, do očí, do srdce a do mozku.

Často se stává, že z hladovějícího člověka po dlouhodobé očistné kúře vycházejí dlouhé chuchvalce parazitů a on se diví, jak vůbec něco takového žilo v jejich vnitřnostech a proč o tom nevěděli? Odpověď je velmi jednoduchá: parazit se snaží žít tiše a nepozorovaně tak, aby ho hostitel nepostřehl. Parazité jsou chytrí a dobře vědí, že když si jich jejich „chlebdárce“ všimne, určitě proti nim něco podnikne a bude je chtít vypudit. Samozřejmě si nemůžeme myslet, že mají rozum jako inteligentní bytost, ale jsou chytrí alespoň v jedné věci - v umění přežít a rozmnožovat se, což je cílem každého pozemského tvora.

Larvy parazitů nejnáze pronikají do organismu spolu s potravou, například skrze špatně umyté ovoce a zeleninu nebo nedosmažené a nedovařené maso. Můžeme se ale také nakazit od našich domácích mazlíčků. V těle většiny domácích zvířat žije hned několik druhů parazitů a jejich vajíčka se snadno dostanou do okolního prostředí, nejčastěji výkaly. Z výkalů se přenášejí na srst a odtud už je jen krůček k člověku stačí, aby chovatel své zvířátko pohladil, objal nebo políbil... A pozor, některé nákazy se šíří i vzduchem. Největší nebezpečí hrozí malým dětem, které své mazlíčky milují a rády se s nimi mazlí, ale také těhotným ženám a starým lidem, jejichž imunitní systém je oslaben..

Znečištěné tlusté střevo je ráj pro život a rozmnožování parazitů všeho druhu. Tam si mohou vybírat různorodou potravu a berou si z hostitelova jídelníčku to nejlepší, zatímco jemu nechávají zbytky. Mnoho lidí si stěžuje, že žijí a stravují se zdravě, ale přesto se necítí dobře. To mají na svědomí parazité. Mnohem efektivnější je ozdravný systém, který kombinuje správné stravování, cvičení a otužování s preventivní očistou organismu od nečistot a parazitů. Někteří odborníci jdou ještě dál a tvrdí, že parazité jsou hlavní příčinou otylosti, protože odebírají orgánům nejdůležitější a nejhodnotnější živiny a ponechávají mu jen prázdné kalorie. Organismus si tedy žádá víc a víc potravy, protože nemá dostatek vitaminů a minerálů.

Diagnostika aneb Jak zjistíme přítomnost parazita v těle

O přítomnosti parazitů v organismu hostitele svědčí především to, že z člověka vycházejí přímo jejich těla či části těl (měňavky, balantidie, články hlístů, roupí) nebo produktů jejich rozmnožování (vajíčka a cysty). Je třeba otestovat všechny výkaly z vylučovacích orgánů, v nichž se mohou usazovat cizopasníci (kal, moč, hleny), a také tkáňě organismu hostitele (krev, lymfatické uzliny, biopsie lymfatických a svalových tkání).

Přítomnost parazitů v organismu se dá zjistit ze vzorku kalu. Avšak tato metoda není stoprocentně spo-

lehkvá, protože parazité se dají odhalit jen v případě, kdy si laborant pod mikroskopem všimne jejich vajíček. Jestliže však parazit zrovna v době laboratorních testů vajíčka nenaklade, pak si jeho přítomnosti nikdo nevšimne.

O přítomnosti parazitů v těle vypovídá vnější vzhled člověka a také nesprávné fungování organismu.

Diagnostika podle zevnějšku

Příznaky: uhry, pupínky a vřídky, hrubá kůže, pihy, různé skvrny na kůži, příliš časně vrásky na tváři, časná plešatost, papilomy, praskliny na patách, štěpivost a lámavost nehtů. To vše vypovídá o tom, že trávicí trakt člověka je něčím nakažen. Původci mohou být prvoci, kočičí lamblie, bičenky i jiní cizopasníci a nejspíše jejich kombinace. Pak se snadno stane, že i drobná infekce vyřadí celý imunitní systém a systém jeho samoregulace.

Nákaza parazity se zákonitě projevuje častými infekcemi (nachlazení, angína, chronický zánět krčních mandlí (/tonzilitida/), záněty sliznice, záněty vedlejších nosních dutin (/sinusitida/), polypy, chrápání.

Příznaky parazitární nákazy u žen: bílý výtok, zánět vaječníků, bolestivá a nepravidelná menstruace, celkové vyčerpání a dále následuje fibróza, myom, nodózní cystická mastopatie, záněty nadledvinek, močového měchýře a ledvin.

Příznaky parazitární nákazy u mužů: prostatitida, impotence, adenomy, cystitida, kameny a písek v močovém měchýři. Infekce může narušit psychiku až do třetího pokolení. Generace následující po infikovaných rodičích umírá o deset až patnáct let dříve.

Nejčastější příznaky parazitózy

Zácpa

Hlísti mají takovou velikost a tvar, že snadno ucpou některé průtoky, a dokonce i průchod střevy. Silná hlístová infekce může dále ucpávat žlučovody a střevní průchody, takže člověk těžce a bolestivě defekuje.

Průjem

Někteří parazité, a především se to týká prvoků (protozoa), vylučují látky podobné hormonům, které způsobují ztrátu dusíku a chloridů. Stolice je pak často tekutá. Odsud vidíme, že průjem jako doprovodný jev při parazitóze je funkcí parazita, a nikoli pokusem organismu zbavit se infekcí nebo nesprávné stravy.

Plynatost a nafouklé břicho

Řada parazitů obývá horní část tenkého střeva, kde vyvolává zánětlivé procesy a způsobuje nafouklé břicho a vylučování plynů. Konzumace těžce stravitelných potravin, například fazolí, případně syrového ovoce a zeleniny, problém jen zhoršuje. Pokud má člověk neustále nafouklé břicho, často to znamená přítomnost utajených parazitů. Zaludeční a střevní symptomy se střídavě vracejí s větší razancí v průběhu několika měsíců nebo 1 let a tento stav trvá tak

dlouho, dokud se postiženému nepodaří vyhnat parazity z těla.

Bolesti kloubů a svalů

Parazité v organismu nesedí na místě, ale přemisťují se a hledají si pro sebe nejvhodnější místo, kde by se pohodlně uhníždili. K takovým místům patří kloubní tekutina a svalová tkáň. Po usazení parazitů člověk pociťuje bolesti, které často pokládá za projevy artritidy. Bolesti či zanícené svaly a klouby mohou být imunitní reakcí na přítomnost parazitů anebo důsledek poškozování tkání parazity.

Alergie

Cizopasnici dráždí, poškozují a někdy proděravují střešní stěny, takže se zvyšuje riziko průniku obrovských nestrávených molekul. Imunitní systém se aktivuje a zvýší se dávky eozinofilů - jednoho z typů obranných buněk organismu. Eozinofily napomáhají zánětlivým procesům ve tkáních a podněcují alergickou reakci. Kromě toho kvůli parazitům vzrůstá tvorba imunoglobulinu E.

Kožní problémy

Střešní parazité vyvolávají kopřivku, pupínky, ekzém a další kožní reakce alergického charakteru. Vředy na kůži, nádory, bolestivá místa, papilomy a dermatitidu však mohou způsobovat i mikroorganismy.

Anémie

Některé druhy střešních hlístů se přilepí na sliznici střev a vysávají ze svého hostitele živiny. Protože jsou jejich maso, dochází ke značnému úbytku krve a následnému nedostatku železa (anémie). Anémii vyvolávají bičenky a další parazité, kteří se živí krevními
kami

Bičenky také požírají spermie, jež hltají podobně jako červené krvinky, a způsobují impotenci.

Granulomy

Granulom je hmota podobná nádoru a obklopuje vajíčka parazitů. Tvoří se na stěnách tlustého střeva a konečníku, ale nevynechává ani plíce, játra, dutinu břišní a dělohu.

Nervozita

Odpady látkové výměny a toxiny produkované parazity dráždí centrální nervovou soustavu. Neklid a nervozita jsou výsledkem systematické parazitární nákazy. Mnozí lidé potvrdili, že se po úspěšném léčení cítili vyrovnanější, klidnější a trpělivější.

Poruchy spánku

Člověk se často budí v noci, především mezi druhou a třetí hodinou v noci, a příčinou tohoto jevu může být i snaha organismu zbavit se skrze játra nahromaděných toxických látek. Nebo nespí z toho důvodu, že někteří parazité vycházejí ven konečníkem a způsobují bolestivé pocity a svědění. Jednou z příčin hemoroidů jsou roupí pod sliznici konečníku.



Obrázek č. 7

Bičenka požírá červené krvinky, a to vyvolává anémii

Skřípání zuby

Tento jev se jmenuje odborně *bruxismus* a spočívá v tom, že člověk zcela nezvykle skřípe zuby, tiskne je k sobě a tře je o sebe. Často jde o doprovodný jev parazitárních infekcí. Symptomy jsou nejrozšířenější u spících dětí. Organismus reaguje bruxismem na cizorodá dráždidla.

Chronická únava

K syndromům chronické únavy se řadí: tělesná slabost, příznaky podobné chřipce, celková apatie, deprese, ztráta schopnosti koncentrace a špatná paměť. Tyto fyzické, rozumové a emoční symptomy někdy vyvolávají parazité, kteří mají vliv rovněž na rozvoj anémie, intoxikaci a nedostatek živin v organismu v důsledku špatného vstřebávání bílkovin, uhlovodanů, tuků a zejména vitaminů A a B¹².

Poruchy imunity

Parazité oslabují imunitní systém tím, že snižují vylučování imunoglobulinu A. Dlouhodobě dráždí imunitu, takže časem se celý obranyschopný mechanismus oslabí, a to otevírá dveře do organismu dalším parazitům, bakteriím a virům. Pritomnost parazitů v těle rozpoznáme i podle následujících příznaků: zvyšování, anebo naopak úbytku tělesné hmotnosti, nadměrného pocitu hladu, nepříjemné pachuti v ústech, pachu z úst, astmatu, diabetu, epilepsie, uhříků nebo migrén. Nejčastější příčinu úmrtí, srdeční nemocí a rakovinu, mají na svědomí parazité. Hulda Clark ve své knize *O léčbě rakoviny* tvrdí, že řadu nádorových nemocí vyvolává motolice střešní (*Jascioloopsis buski*). „Zbavte pacienta parazitů a nemoc zmizí sama.“

Onkologické nemoci

Nyní už víme, že spousta nádorových nemocí je důsledkem zkázonosné činnosti všech možných parazitů od plísní a trichomonád po hlísty.

Celkově platí doporučení: jste-li nemocní, pročistěte si organismus, zbavte se parazitů a nakonec změňte životní styl, jinak se nemoc vrátí.

Druhá kapitola

Parazité, kteří člověku škodí nejvíce

Prvok toxoplasma

Slovo *toxoplasma* je řeckého původu, odvozené od slova *taxon* - nebo *oblouk*. Toxoplasmy jsou prvoci, kteří pronikají do těla a usazují se v různých místech. Způsobují nemoc zvanou *toxoplasmóza*. Původcem nemoci je *toxoplasma gondii*, jež patří k říši prvoků a třídě *sporozoea*.

Toxoplasmy mají tvar půlměsíce a připomínají díl pomeranče, přičemž jeden z konců těla o délce asi sedmi mikrometrů je zpravidla zaostřený a druhý zakulacený. Pohybují se klouzavě a při průniku do buňky se točí kolem své podélné osy.

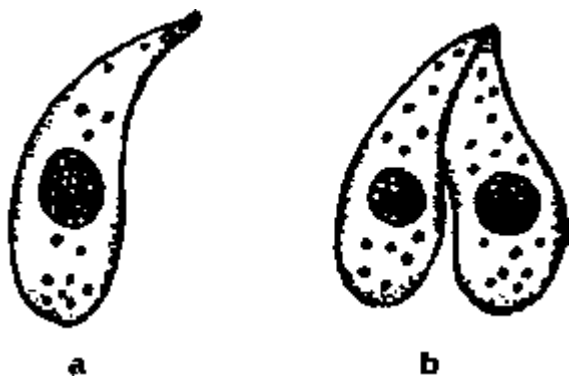
Rozmnožují se bezpohlavně dělením na poloviny (podélným). Tento proces se opakuje i v hostitelské buňce; opakované dělení dceřiných parazitů vytváří shluky, jimž se říká *pseudocysty*. Tyto patologické útvary se hojně tvoří v různých orgánech nakaženého organismu a nejvíce během akutního stadia infekční nemoci. Nemají vlastní membránu, jen jakýsi obal nejasného původu, zřejmě tvořený z buňky hostitele.

Buňky napadené parazitem se rozpadají

Uvolnění parazitů pronikají do nových buněk, kde se znovu dělí a tvoří nové a nové pseudocysty. Když infekce přechází do chronického stadia, toxoplasmy zůstávají v těle jako opravdové cysty (obklopené speciálním obalem). Takové cysty vydrží v organismu zvířete i člověka velmi dlouho, někdy dokonce pět let. Cysty nacházíme ve tkáních očí, srdce, plic a některých dalších orgánů. Počet toxoplasem v jedné cystě se pohybuje od několika jedinců do několika tisíc.

Nemoci způsobené prvokem toxoplasmou vznikají takto: prvok nejprve v některém místě pronikne do organismu a tam také přejde do krve, načež se usazuje v buňkách orgánů a tkání, kde se začne rozmnožovat. V tomto období se v **protoplazmě** buněk vyskytuje velké množství toxoplasem v různých stádiích dělení. Buňka se nejprve objemově zvětší, její jádro je vytlačeno ke kraji a ona získá nepravidelné obrysy. Tvoří se pseudocysty, které se dále mohou rozpadat - obvykle k rozpadu pseudocyst dochází nějakou dobu po jejich vzniku. Parazit se uvolní, pronikají do nových buněk a cyklus se opakuje.

Tkáně napadené toxoplasmou se zanítí, odumírají, rozpadají se nebo se mění jejich normální struktura. V období akutního stadia nemoci dokazují laboratorní zkoušky přítomnost toxoplasem ve slinách, hlenu z nosu, v mléce, moči, krvi, plodové vodě nebo hnisu. Období aktivity parazitů trvá jeden až dva týdny a končí v období aktivace protilátek (první až třetí týden *od* začátku infekce).



Obrázek č. 8

Toxoplasma zvětšená elektronickým mikroskopem. Na obrázku **a** je jedinec v klidovém stavu, na obrázku **b** při dělení

Akutní stadium toxoplasmózy se projevuje jako celkové onemocnění a doprovázejí je různé symptomy. Pokud se infekce silně rozšíří, nemoc přejde v trvalé chronické stadium a organismus může i zahynout.

V tomto období se počet toxoplasm ve vnitřních orgánech a tkáních zmenšuje, jejich počet se snižuje a nakonec prvoci zcela zmizí. Někdy po nich zůstávají cysty, protože jsou odolné vůči protilátkám. Ovšem nezdisí v celém těle - v mozku a očních tkáních leckdy zůstávají a mohou se rozmnožovat ještě velmi dlouho, třeba i řadu let. Vysvětlení tkví v tom, že protilátky nemohou v dostatečném množství procházet mozkovou krevní bariérou. Proto v období chronické toxoplasmózy nacházíme průvodce nemoci především v mozku, cévách a oční sítnici, ale jen v podobě pseudocyst nebo cyst bez buněčné reakce okolí.

Léčba parazitů v obalu (cysty) je těžší než léčba pseudocyst, neboť hůře zabírají na léčebnou kúru. Toxoplasmy přežívají v organismu jako dřímající infekce.

Toxoplasmóza se dělí na vrozenou a získanou a my si o těchto typech nyní povíme víc.

Vrozená toxoplasmóza

Toxoplasmóza se za určitých podmínek může předávat z generace na generaci: žena musí mít v organismu, v krvi nebo na děložních stěnách volné původce nemoci. Plod se nakazí toxoplasmózou skrze placentu. Obyčejně se původce nachází v krevním řečišti jen při akutním průběhu infekce, a to na relativně krátkou dobu.

Plod se během těhotenství může infikovat kdykoli. Pokud k tomu dojde v časném stadiu těhotenství, změny se silně projeví a mohou způsobit i smrt plodu. Jindy se dítě (po zastavení infekčního procesu) narodí s chronickou formou vrozené toxoplasmózy, v některých případech doprovázenou vrozenými vadami některých orgánů, zejména mozku a očí.

Jestliže se plod infikuje ve druhém trimestru těhotenství, dítě může mít meningoencefalitidu, iritidu¹⁹ nebo chorioretinitidu²⁰, pokud v poslední třetině, narodí se s příznaky akutní infekce (osypání, žloutenka) a s poruchami vnitřních orgánů (střev, jater a srdce).

Získaná toxoplasmóza

Získanou toxoplasmózou se člověk nakazí až po narození. Inkubační doba nemoci trvá tři až deset dní

a člověk se zpravidla v této době cítí slabý, malátný a má bolesti hlavy

Klinicky se získaná toxoplasmóza projevuje různými způsoby, protože parazité se lokalizují v různých orgánech nebo jsou všechny orgány a soustavy organismu zasažené současně. Lékaři k dnešnímu dni registrují čtyři základní formy získané toxoplasmózy.

- *První forma.* Při toxoplasmóze lymfatických uzlin (nejčastější forma nemoci) bývají zasaženy krční, zátylkové, břišní, podpažní a tříselné uzliny. Někdy se lymfatické uzliny zvětší a bolí, jindy jsou neznatelné a nebolí. To poukazuje na průběh choroboplodného procesu v oblasti nakažených lymfatických uzlin. Organismus chátří a člověku se kazí zuby, uhnívají mu mandle a kořen jazyka a má zvětšené lymfatické uzliny na krku.
- *Druhá forma* Průběh připomíná tyfus: má akutní začátek, teplota rychle vyskočí na devětatřicet až čtyřicet stupňů Celsia a člověk se osype na celém těle kromě hlavy, dlaní a chodidel.
- *Třetí forma.* Cerebrospinální s projevy meningoencefalitidy a lupomu, nezřídka s mapulopapulózní vyrážkou. Nemocní si stěžují na silné bolesti hlavy, závratě a deprese, letargii a poruchy spánku.
- *Čtvrtá forma* Oční forma získané toxoplasmózy se projevuje jako *těžká uveitida* - zánět žilnatky zahrnující onemocnění duhovky, řasnatého tělíska a cévnatky. Některé oční nemoci, které bývají často, a **samozřejmě neúspěšně**, léčeny

jako tuberkulózní projevy, jsou ve skutečnosti způsobeny toxoplasmózou.

- *Toxoplasmózní myokarditida.* Při tomto onemocnění je zasaženo především srdce.

Někteří lékaři vyčleňují ještě plicní a střevní formu nemoci. V případě plicní formy je klinický i rentgenologický nálezný stejný jako při pneumonii a infiltráty v plicích mohou být zaměněné za tuberkulózní. Střevní forma toxoplasmózy vypadá jako akutní enterokolitida²¹. Obecně jsou pro počáteční stadia toxoplasmózy charakteristické symptomy enterokolitidy.

Když toxoplasmy pronikají do kostí a svalů a rozmnožují se v nich, člověk má po celou dobu akutního trvání nemoci bolesti v kloubech. K dalším symptomům toxoplasmózy patří horečka a **zimnice**, kvůli nimž je nemoc často zaměňována za chřipku.

Při toxoplasmóze je někdy zasaženo několik orgánů nebo soustav, například centrální nervová soustava a oči, centrální nervová soustava a srdeční **sval**, lymfatické uzliny a plíce. Všechny příznaky však nejsou viditelné a některé probíhají nepozorovaně bez symptomů nebo jen s neurčitými příznaky jako celkové vyčerpání, bolesti hlavy, vysoká teplota a schvácenost.

Kdo je náchylný na toxoplasmózu?

Toxoplasmóza patří k hojně rozšířeným nemocím: mezi zdravými mladými lidmi je nakaženo dvě až jednadvacet procent osob, ovšem s věkem se jejich počet značně zvyšuje a nemocných přibývá.

Osmdesát procent matek, jimž se narodilo dítě s Downovým syndromem, mělo pozitivní nález toxoplasmózy. Mezi ženami se ztíženou porodnickou anamnézou (samovolné potraty, porod mrtvého dítěte) je to šedesát procent.

Psychicky nemocní měli toxoplasmózu ve čtyřiceti až padesát případech, nemocní s očními chorobami v padesáti až šedesáti.

Léčba toxoplasmózy

K ozdravným metodám patří:

- očista organismu
- * nasycení organismu křemíkem
- léčba pelyňkem a česnekovou tinkturou
- léčba petrolejem
- užívání elixíru Trojčátka a luhové tinktury ze slupky nebo vnitřních membrán vlašských ořechů
- unnové hladovění
- potírání kůže starou urinou
- " posilování imunity

Bičenky (trichomonády)

Bičenky (*trichomonadida*) je řád jednojaderných bičíkatých prvoků z čeledi *trichomonadidae*. Z bičenek na člověku parazitují tři druhy: bičenka poševní (*trichomonas vaginalis*), bičenka ústní dutiny (*trichomonas tenax*) a bičenka střevní (*pentatrachomonas ho-*

Bičenky mají tři vývojová stadia:

- bičíkatý prvok (dospělé stadium)
- améba (prostřední a nejvíce agresivní stadium)
- cysta (může existovat ve zvláštním obalu, který ji chrání před škodlivými vnějšími vlivy)
- a celá řada přechodných forem

Někdy se tvoří celé rozsáhlé kolonie, jež existují v podstatě jako jednotný mnohobuněčný organismus (jako živočich). Bičenky jsou bezpohlavní tvorové a při každém dělení vzniká nový organismus a buňka, jedinec i druh. To je příčinou, proč se nám tak často nedaří bičenky odhalit a proč jsou jednotlivé kolonie tak různorodé: je známo do dvou set samostatných a tisíce těžce rozpoznatelných nádorů. Bičenky se v nich nacházejí v různých stadiích vývoje současně jako prvci, améby či cysty, nebo jako ucelené kolonie (a jednotlivé bičenky v koloniích přebývají ve třech stadiích najednou). Bičenky mají různý původ, a navíc se umějí maskovat: celým svým povrchem vylučují látky, identické tkáním lidského organismu. Jsou tedy takřka nezjistitelné. Upřednostňují lidský organismus jako nejvhodnější prostředí k rozmnožování.

Nákaza se předává ústy, konečníkem, pohlavními orgány nebo i pouhým nadechnutím a dále se v lidském těle rozšiřuje, až nakonec zasáhne celý organismus. Podle statistik má třetina zemřelých nádorové změny na kostech a v měkkých tkáních. Ještě větší počet osob však umírá na různé srdeční a cévní nemoci - a tedy následkem kolonizace organismu člověka bičenkami.

Dnes už známe faktory, které napomáhají rozvoji bičenek.

Iontové záření, které stimuluje růst tohoto parazita a urychluje jeho biologické funkce.

- Faktory dráždící bičenky, k nimž se řadí některé chemické látky a léky (nikoli proti trichomonádám).
- * Kouření a pití alkoholu. Tyto faktory způsobují, že se bičenka podráždí a přechází do agresivnější formy, při níž se také rychleji rozmnožuje.

Chtěl bych se zmínit ještě o jedné vlastnosti bičenek. Pokud se dostanou do nepříznivých podmínek a hrozí jim uhynutí, například v organismu se silnou imunitou, vyloučí speciální gelovitou látku a vytvoří z ní kolem sebe obal. A tak se tvoří nádory: jsou to vlastně kolonie trichomonád, které se časem podobají chrupavce a vypadají jako myom nebo fibrom, případně se mění v gelovitou hmotu a připomínají cysty. Při působení na bičenky v buněčném stadiu, z něž se tvoří nádory, mění stadium na mnohem agresivnější améby a prchají z nádoru krevními cévami pryč. Po cestě si naleznou nový orgán nebo částí těla, zejména takové, v nichž je oslabena látková výměna, tudíž se do nich dostane méně léčiv, a proniknou do něj - například do kostí a chrupavky. Usadí se, rozvíjejí a - vytvářejí nové nádory. Proto je nutné léčbu zavčas zopakovat.

- Pokud jsou v organismu další virové, bakteriální a plísňové infekce oslabují jeho obranné síly, a navíc jsou bičenky „v jejich společnosti“ zhoubnější a škodlivější. Ve světě mikrobů totiž neustále zuri válka a parazité z ní vycházejí silnější a krutější. I bičenky chtějí přežít a zvítězit

nad ostatními parazity, a proto jsou mimořádně zhoubné. Nakonec jsou schopné zachvátit celý organismus člověka.

- V neposlední řadě je důležitým faktorem celkový životní styl člověka: charakterové vlastnosti, stravování, pohybová aktivita, denní režim, zlozvyky, hygienické návyky a také čistota okolního životního prostředí, v němž člověk žije. Všechny tyto parametry mtoxikují a oslabují organismus, který pak představuje příznivé prostředí pro rozvoj bičenek.

Bičenka poševní

Cizopasí v urinogenitální soustavě člověka. Ze všech tří druhů je nejzhojnější - v tomto ohledu převyšuje bičenku ústní dutiny pětadvacetkrát. Také je ze všech tří druhů nejcitlivější k vnějšímu působení. Bičenka poševní má nejraději prostředí, ve kterém je pH 5,9–6,5 a teplota mezi pětadvaceti až sedmatřiceti stupni Celsia, to je pro ni optimální a dobře se v něm rozmnožuje. Při teplotě nad čtyřicet stupňů tento prvek rychle hyne, nízké teploty snáší lépe. Bičenky poševní jsou také vnímavé na změny osmotického tlaku. Hypotonický i hyper-tonický roztok na ně působí stejně - jsou pro ně smrtící. Při vysušování bičenky poševní hynou okamžitě.

Bičenka ústní dutiny

V ústech mladých lidí se zdravými zuby a u bezzubých starců se vyskytuje jen zřídka. Zato v dutině ústní osob se zkaženými zuby, s paradontózou a gingivitidou si bičenky libují, ba ony tyto nemoci přímo způsobují. Bičenky obývají zejména prostor mezi dás-

němi a zuby. Bičenka ústní dutiny není příliš zhoubná, zato je velmi rozšířená.

Bičenka střevní

Jak je patrné už z názvu, tato bičenka žije ve střevním traktu. V porovnání s bičenkou poševní i bičenkou dutiny ústní je odolnější vůči vnějším vlivům - není divu, vždyť je nucena odolávat silným trávicím enzymům střev. Dále na ni mocně působí horko a ultrafialové paprsky.

Nemoci způsobené bičenkami

Je to především trichomoniáza, infekční nemoc, jež se objevuje v důsledku nákazy různých úseků urinogenitální soustavy poševními bičenkami. Symptomy se liší a jsou velmi různorodé a také zhoršení nemoci se projevuje mnoha příznaky. U žen je to zpravidla zánět poševní sliznice (vaginitida) a zánět pochvy (kolpitiida), u mužů zánět močové trubice (uretritida) - alespoň podle starších údajů. Sem je třeba přidat také infekce způsobované bičenkou ústní dutiny a střevní bičenkou, širokou škálu onkologických, srdečních a cévních nemocí a další. Tímto výčtem jsme se dopracovali k závěru, že nejrozšířenější infekční nemocí na světě je - trichomoniáza.

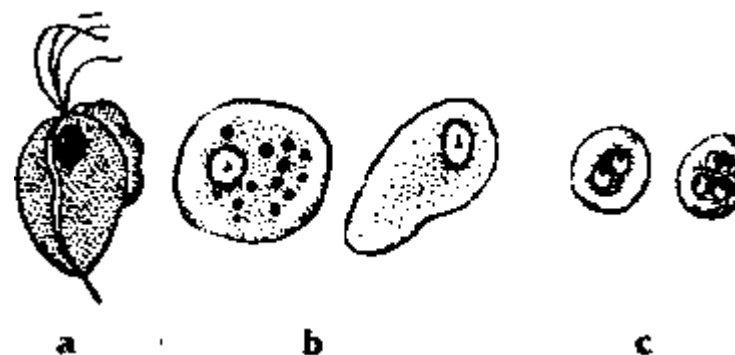
Tím jsme neskončili výčet škod, způsobovaných bičenkou poševní. Kromě zmiňované kolpitiidy vyvolává u žen cystitidu, cervicitidu a bartolinitidu, u mužů kromě uretritidy také prostatitidu, vezikulitidu, epididymitidu a orchitidu.

Bohužel se ne všechny ženy s onemocněním způsobeným bičenkou včas obrátí na doktora a vyhledají

odbornou lékařskou pomoc. A proto je oficiálně udávaný počet nemocných menší než počet skutečně nemocných. Obecně se předpokládá, že je bičenkami nakaženo asi deset procent obyvatelstva. Mladé ženy, které ještě neměly pohlavní styk, k nim však nepatří, ty trpí bičenkami jen velmi zřídka. A u dětí před dosažením pohlavní zralosti jde také jen o výjimečné případy. Celkově se počet nemocných trichomoniázou zvyšuje.

Člověk se nakazí bičenkami nejnázem od jiného člověka, buď přímo nemocného, anebo zdravého přenašeče poševních bičenek. Zde také tkví problém: relativně zdraví přenašeči a také osoby, u kterých probíhá onemocnění subjektivně a bez obecných symptomů, se zpravidla na doktora neobrací.

Na šíření infekce se rozhodujícím způsobem podílejí zdraví lidé, kteří nicméně bičenkou přenašejí.



Obrázek č. 9 Bičenky

a - bičíkový prvok (dospělé stadium)

b - améba (prostřední a nejvíce agresivní forma)

Nalevo je améba bičenky, která zachytila několik erytrocytů (černé kuličky), zprava je hladová bičenka.

c. Bičenka ve formě cysty. Zleva v cystě sedí dvě bičenky, zprava čtyři.

Lékařská prohlídka zdravých žen prokázala, že deset až třicet pět procent z nich je nakaženo bičenkami (u mužů to je od dvou do šestnácti procent). Trichomonóza se u mužů i žen přenáší pohlavně.

Původce nemoci naštěstí dlouho nevydrží ve vnějším prostředí a pod vlivem vysoké teploty, sucha a změn osmotického tlaku (u poševních bičenek i ve vodě) rychle hyne.

Trichomonóza se u člověka vyvíjí a prochází určitými stadii. Léčba prostředky proti trichomonádám trvá v průměru od dvou do tří měsíců.

Když původce nákazy pronikne do organismu, záleží na dalších faktorech, jak nemoc začne postupovat. Průběh infekce ovlivňují další souběžně probíhající nemoci, vitaminový deficit a hormonální poruchy, změna stavu poševních stěn v těhotenství nebo po jeho umělém přerušení a tak dále. Obecně platí, že ve slabém organismu se uchytí i slabá nákaza a způsobí těžké onemocnění.

Jak probíhá nákaza u žen

Zda se žena nakazí, to v hojně míře záleží na stavu poševního epitelu. Při dostatečném množství estrogenů, které znamená dostatek glykogenu v povrchovém epitelu pochvy, je riziko nákazy malé.

To se zvyšuje se při mechanickém a chemickém poškození sliznice, zejména v postklimakteriu. Při menopauze je atrofovaná sliznice vagíny obzvláště citlivá a to je další negativní faktor pro rozmnožování bičenek. Nejlépe se jim daří při pH 5,5–6. Nakažené ženy mají vyšší vaginální pH než zdravé ženy.

Při zvýšené kyselosti poševního obsahu - pH 3-3,5 může nastat spontánní vyléčení a zmizení poševních bičenek. Této kyselosti dosáhnete i samostatně s pomocí novorozenecké uriny. Jsou známy případy manželství, kdy nakažený muž přenesl nákazu na manželku, ale ta neonemocněla - díky nízké hodnotě pH poševního obsahu (kolem 3,5-4).

Zeny se v drtivé většině nakazí bičenkami od mužů přenašečů nebo nemocných uretntidou. V prvním případě se parazité dostanou do pochvy ve spermatu, ve druhém ve výtoku z močového kanálu. Jako první je zasažena pochva, potom močový kanál a dále další orgány urinogenitální soustavy.

V ženě pochvě se nacházejí leukocyty a plíseň Candida, jež nutí bičenky, aby se přeměnily do buněčné formy a byly nerozpoznatelné. Abychom odhalili bičenky, musíme potlačit Candidu - tím se naruší mikrobiální rovnováha v pochvě. Bičenky na to reagují a aktivují se, takže je snadnější je odhalit.

Trichomonóza se často projevuje jako **kolpítida**: bílým výtokem a intenzivním **svěděním** v pochvě i v oblasti vnějších pohlavních orgánů.

Mnohé ženy přistoupí k lokální léčbě samy nebo na doporučení lékaře a skutečně do dvou až tří týdnů pozorují značné zlepšení zdravotního stavu. Jsou přesvědčené, že se **uzdravily**, přestanou chodit k lékaři a nejsou sledovány celé měsíce a možná i roky. Jsem přesvědčen, že takováto léčba zaměřená pouze na likvidaci vnějších **příznaků** pacientkám spíše uškodí a zhoršuje jim **zdraví**: nemoc totiž přejde z akutního

stavu do chronického a dostane se hlouběji do organismu.

Diagnostika trichomonózy u žen

Někteří gynekologové, například V. A. Mjelnikova, doporučují pacientkám čtyřikrát denně užívat uprostřed menstruačního cyklu Nystatin v objemu pět set tisíc jednotek, alternativou je Levonn v objemu pět set tisíc jednotek²², jenž se užívá třikrát denně. Celková léčba, která také zahrnuje výplach pochvy dvouprocentním roztokem zaživací sody a potírání poševních stěn levorinovou mastí, trvá dvanáct až čtrnáct dní. Zároveň se předepisuje aloe 2,0 denně nitrosvalově po dobu patnácti dnů a elektroforéza s jednaprocentním roztokem sulfátu zinku, rovněž patnáctkrát. Před očekávanou menstruací se všechny fyziologické procedury, léčba aloe a lokální léčba pochvy přerušují.

Počínaje čtvrtým dnem od počátku menstruace se provádí výtěr ze tří míst: z pochvy, z močové trubice (uretry) a cervikálního kanálu. Nejlepší je opakovat výtěry minimálně čtyři dny po sobě, protože bičenky se mohou objevit jen v jednom místě. V jiných dnech výtěry nemají význam, neboť bičenky se stahují do ložisek uvnitř organismu a do orgánů umístěných výše.

Tento efektivní způsob zjišťování přítomnosti bičenek v organismu prokázal, že jimi trpí nikoli pět až sedm procent žen, nýbrž pětadesát. Dokonalejší a podrobnější moderní metody toto číslo opět zvýšily, takže se dosáhlo skoro na devadesát procent. Pokud

k tomu přidáme počet onemocnění střevní bičenkou a bičenkou dutiny ústní, výsledkem budeme překvapení: parazit ovládl sto procent populace, mužů i žen.

Jak probíhá nákaza u mužů

U mužů dochází k průniku bičenek do močové trubice, ovšem za jiných podmínek než u žen. Ale i zde existuje významný počet faktorů, při kterých se průvodce nemoci do těla nedostane a nerozmnožuje se. Patří k nim kyselá reakce moči a omývání stěn močové trubice, ale také vysoká odolnost sliznice v případě, že v minulosti neprobíhaly žádné infekce.

K negativním faktorům se řadí snížená odolnost organismu, vyvolaná změnou normální rovnováhy vitaminů, anatomické defekty a souběžná uretritida jiného původu.

Diagnostika trichomonózy u mužů

U mužů trichomonóza velmi často probíhá skrytě. Takový muž o naze neví a myslí si, že je zcela zdravý, ačkoliv je ve skutečnosti přenašečem nákazy. Diagnostikovat infekci způsobenou bičenkami můžeme jen speciálními metodami, **zahrnujícími** každodenní výtěry a sérii kombinovaných provokací. Nicméně z patnácti až dvaceti laboratorních sklíček se bičenky objeví pouze na jednom až dvou, protože průvodce se usazuje v uzavřených ložiskách. Z nich parazité pronikají **do** močové trubice **při** pohlavním aktu nebo vlivem jiných **faktorů**.

Symptomy trichomonózy

Inkubační doba trvá v průměru pět až patnáct dní. Celkový klinický obraz charakterizují relativně jednotvárné symptomy bez specifických zvláštností.

Pacienti si nejčastěji stěžují na výtok, svědění, bolesti při pohlavním styku, častý únik moči, špatný spánek a celkovou podrážděnost.

K symptomům kolpity způsobené bičenkami patří především hustý, hnisavý a zpěněný výtok, v akutních případech naleptávající sliznice a s příměsí hnisavého sekretu. Sliznice pochvy je při akutním zánětu pochvy způsobeném bičenkami nateklá a červená, místy s krvácejícími rankami (obecně je krvácivá). Z pochvy vytéká hustý hojný výtok a dráždí sliznici poševní předsíně a kůži vnějších genitálií. Při nemoci v chronickém stadiu dochází k překrvení poševních stěn. Výtok se zmenší, ale zůstává napěněný. Při kolpité způsobené bičenkami se zánětlivý proces rozšíří i na poševní část krčku dělohy. Je-li zasažena močová trubice v okolí vnějšího otvoru, projevuje se choroba rovněž překrvením a otoky a nemocní si stěžují na časté a bolestivé močení.

U mužů nemoc probíhá obdobně jako kapénková nebo jiná bakteriální uretritida.

Možné komplikace při léčbě trichomonózy

Zánět močové trubice (uretritida) je u mužů jedním ze základních projevů trichomonózy. Stejně jako u kapénkových nemocí pak dochází k nakažení dalších orgánů urinogenitální soustavy Prostatitida /pů

sobená infekcí bičenky někdy probíhá bez jakýchkoli symptomů, ale šourek bývá nakažen mnohem častěji než při kapénce. Nálezy bičenek ve vzorku tkáně z varlat a v sekretu z prostaty dokazují, že bičenka poševní se z močové trubice může dostat kamkoli do orgánů urinogenitální soustavy. K těžším následkům trichomonózy u mužů patří: zúžení močového kanálu, které ovšem nevznikne okamžitě, ale tvoří se dva až osm let. Při léčbě nemoci je třeba udělat všechno proto, aby se u pacienta eliminovaly tyto nebezpečné komplikace. K příznivým faktorům patří včasná diagnostika a intenzivní léčba.

Léčba trichomonózy

Gynekoložka V. A. Mjelnikova doporučuje, aby při léčbě trichomonózy byly využívány prostředky zlepšující obnovu tkání a stimulující obranné síly organismu, aby se medikamenty v těle snáze dostaly k ložiskům nákazy. Léčba nemoci je popsána níže:

V první fázi léčení je pacientova obden nitrosvalově podávána aloe, asi osmkrát až desetkrát střídavě s nitrosvalovou gonokokovou vakcínou, objemově od množství 0,025 ml (dvě stě padesát milionů jednotek) do množství 1,25 ml, což činí čtyři až pět injekcí podávaných obden, přičemž dávky se pokaždé zvyšují o 0,25 ml. Souběžně se předepisují antiparazitární prostředky, zejména Metronidazol (Trichopol) v množství jedné tablety (0,25 g) třikrát denně po jídle v průběhu deseti dnů, takže celkové na první cyklus léčby připadá 7,5 g. Po prvním cyklu následuje druhý, za ním třetí a tak dále.

Zcela jinak přistupuje k léčbě infekcí způsobených bičenkami přírodní medicína. Nejprve je třeba provést důkladnou očistu organismu a poté různými způsoby upevnit imunitu. Třetí krok spočívá v léčbě všech tří druhů bičenek.

Nejefektivnější je léčba elixírem Trojčátko, protože zabírá na všechny druhy bičenek. Pomáhá také tinktura z membrán vlašských ořechu naložených ve vodce, ještě účinnější je tinktura z membrán nebo zelených slupek vlašských ořechů naložených v petroleji. Připomínám recept:

Nasbírejte sklenici vnitřních membrán vlašských ořechů, rozemelte je v mlýnku na kávu promíchejte s příslušnou tekutinou a nechte odstát v temném místě.

První den - pět kapek na lačný žaludek.

Druhý den - deset kapek.

Třetí den - dvacet kapek a takto pokračovat celý měsíc

Přírodní léčba bičenky dutiny ústní

Bičenka se v dutině ústní živí zbytky jídla, které zůstaly hostiteli mezi zuby. Nejraději má tuky a cukry. Bydlí v prostoru mezi dásněmi a zuby, v povlaku na zubech, ve slinách, hlenech, tkáních dutiny ústní a na mandlích. Parazit v ústech vylučují toxiny, kteří ničí dásně i zubní sklovinu a kromě toho způsobují záněty mandlí.

Možná nevíte, že četnost těchto nezvaných obyvatel, bičenek, se v ústech zvýší při každém poliblení třeba dodávat, že člověk s promiskuitními sklony často není kromě partneru také parazity a ti

se s každým novým partnerem stávají agresivnější a zhoubnější.

Pacientům se doporučuje cucání slunečnicového nebo ještě lépe olivového oleje. Ráno na lačný žaludek naberete do úst vrchovatou polévkovou lžící oleje a cucáte jej tak dlouho, dokud se jeho konzistence nezmění a nebude z něj vodnatá bělavá hmota; to trvá zpravidla deset až dvacet minut. Potom si důkladně vypláchněte ústa převařenou vodou nebo (ještě lépe) výtažkem z pelyňku a k tomu zvýkejte trochu klikvy, a pokud máte, zapijte to klikvovým moštem. Proceduru zopakujte i před spaním.

Tajemství efektivity této procedury tkví v tom, že toxiny bičenek jsou rozpustné v tucích. Olej obsahuje kyselinu lipovou, která podporuje jejich růst a zároveň slouží jako vábnička, která parazity přitahuje a člověk se snáze zbaví jak parazitů samotných, tak i jejich toxinů.

Přírodní léčba bičenky střevní

Proti infekcím způsobeným střevní bičenkou se nejvíce užívají hořké bylinky s antiparazitárními vlastnostmi v sušeném stavu: pelyněk, hřebíček a některé druhy koření, například cibule, česnek a hořčice. Dále na ně působí potraviny kyselé chuti a červené barvy, kupříkladu klikva a jiné lesní plody.

Přírodní léčba bičenky poševní

Na bičenky poševní působí fytoncidy některých rostlin tak, že parazité hynou v prvních minutách, nebo dokonce vteřinách. Jsou to fytoncidy obsažené

v cibuli, hořčici, křenu, jehličnatých stromech, bříze, rybízu, citronu, klikvě a mandarinkách. Více si o tom povíme ve třetí kapitole. Doporučuji šťávy, odvary, výtažky nebo olejové přípravky z uvedených rostlin; dají se použít i k výplachu vaginy a k vlhčení tamponů, protože pomáhají zničit infekci. Ke stejnému účelu, k výplachům a zvlhčení tamponů, se hodí také odpařená urina. Léčebný cyklus zaměřený na eliminaci poševních parazitů trvá týden, pak se dělá tři až pět dní přestávka a postup se opakuje až do úplného vyléčení. Zároveň je třeba změnit jídelníček, především z něj vyloučit sladkosti, tučná jídla, maso a kvasnice.

Při léčbě kolpitydy způsobené bičenkami, erozi děložního hrdla a při plísňích se dělá výplach vaginy a klystýry s vlaštovičником. Dále ženám pomáhá zvlhčování vaginy teplým výluhem z těchto bylinek:

- dubová kůra -jedna polévková lžíce
- řešetláková kůra -jedna polévková lžíce
- pelyněk -jedna polévková lžíce
- květy vratiče -jedna polévková lžíce
- přeslička polní -jedna polévková lžíce

Bylinky přelijte třemi litry vařící vody a nechte dvě až tři hodiny vyluhovat.

Pokud je pro vás tento přípravek slabý a potřebujete něco silnějšího a účinnějšího, postupujte jako při přípravě odvarů a vodu odpařte: nejprve půl litru a potom jeden a půl litru a nakonec vše sced'te a užívejte.

Obyčejně stačí dva litry výluhu o teplotě pětatřicet až šestatřicet stupňů Celsia. K poševním výplachům se hodí speciální Esnarchův šálek. Gumovou trubičkou ved'te až k děložnímu čípku. Můžete postupovat

1 dále a opatrně trubičku protáhnout čípkem až do dělohy a vypláchnout z ní parazity. Cyklus léčebných procedur trvá tři až pět dní a je možné je podle potřeby opakovat.

Muži při léčbě užívají stejné suroviny, které jsme jmenovali u léčby žen, jen metody jsou jiné - vhodné jsou sedavé lázně a potírání pohlavního ústrojí. Prvních tři až pět dní se provádějí sedavé lázně s jedním litrem bylinkového výluhu ze stejných výše uvedených léčivých rostlin. Pohlavní orgán se staženou předkožkou omývejte pětadvacet až třicet minut.

Vyhánění parazitů napomáhá doplnění křemíku. Jednu polévkovou lžici libovolné kaolinové hlíny rozpust'te v jednom litru převařené vody, ochlazeném na sedmatřicet až osmatřicet stupňů. Mužům se dále doporučují lázně: ponořte pohlavní orgán se staženou předkožkou do hliněné vody a nechte deset až patnáct minut působit. Otevírají se jemné sliznice, a tak se do organismu vstřebávají léčebné látky, rozpuštěné ve vodě. Zejména se takto rychle vstřebává křemík, který organismu chybí. Pohlavní orgán se ozdraví a zlepší se spojení mezi topořivými tělisky a mozkem. Jakmile muž dostane chuť na sex, nervy rychle předávají impulzy pohlavní soustavě a nastává erekce. Proto tato procedura vylepšuje mužskou potenci.

Ženám také pomáhá hliněná voda, ovšem využívá se k omývání vaginy a k bylinkovým výplachům. Hlína mikroparazity slepuje a vyhání ven z pohlavních cest a přitom se ozdravuje a posiluje sliznice pohlavních orgánů.

Praxe ukázala, že léčba nákazy bičenkami, chlamydiemi a dalšími parazity a původci venerických chorob proběhne úspěšněji, pokud se souběžně organismus pročistí, nasytí křemíkem a provede se komplexní odčervení metodou Naděždy Semjonové nebo Tat'any Abramovské.

Teorie Tamarv Sviščevé o trichomonádovém původu rakoviny

Tamara Sviščeva ví, o čem mluvím, protože rakovinu poznala na vlastní kůži. Ale nechme ji, ať nám vše poví sama.

„Mám s rakovinou vlastní zkušenosti, protože na mni vymřela už třetí generace mých nejbližších. Jestliže však starší členové stačili prožít život do sedmdesáti let, jejich děti a vnuci se dožili sotva poloviny. Umírali na rakovinu žaludku, plic a trávicího traktu. Můj bratr měl silné srdce a umíral v nesnesitelných bolestech. Skoro jsem se styděla za to, že jsem jako starší sestra zůstala naživu. Chodila jsem od doktora k doktorovi a prosila o pomoc a někde mi řekli: „Nechť si nemocný přijemní poslední dny života chutnými delikatesy/ Aljoša měl rakovinu žaludku... A já jsem pochopila, že jsem další na řadě. Bála jsem se také o syna, u něhož došlo k prudkému poklesu tělesné hmotnosti – hmotnostní deficit byl více než patnáct kilogramů. K tomu měl nefritidu ledvin, zvětšená játra a paradon-

tózu zubů. Později dostal povolávací rozkaz a musel absolvovat povinnou lékařskou prohlídku. Našli mu bílkoviny v moči a poslali ho do nemocnice, kde mu vytrhli mandle a nasadili penicilinové injekce. Za tři měsíce ho pustili, přestože měl stále krev v moči. Tehdy jsem si uvědomila, že byl podroben závažnému chirurgickému zákroku: vždyť mandle jsou důležitý obranný lymfoidní orgán! Snažila jsem se ošetřujícího doktora přesvědčit a prosila jsem, ale odmítli mě. Syn lékařům uvěřil a dodnes za to platí - stavem zubů a dalšími nemocemi, jimiž trpí. Já jsem ovšem viděla, jak rakovina v naší rodině řádila, a navíc napadala stále mladší a mladší osoby, a proto jsem si postavila pevný cíl: „Můj syn mě musí přežít.“

A začala jsem se věnovat problematice rakoviny.“

Tamara Sviščeva dlouho báda v praktické i teoretické rovině a nakonec přednesla důkazy, že nádorová buňka je - amastigotní (bezbičíková) forma bičenky. Nádor je vlastně kolonie amastigotních bičenek, které se přeladily na „sedavý životní styl“.

Novotvar vzniká pučením bičenek a v důsledku jejich nedokončeného rozmnožování, při kterém se dceřiné buňky ještě plně neoddělí od mateřských, ale už dávají život novým buňkám. Když se bičenky nějakým způsobem dostanou do těla, proud krve a lymfy je roznese po celém organismu.

Chytře se vyhýbají imunitnímu systému a maskují se, přecházejí z jednoho do druhého stadia existence a přitom intenzivně nasávají živiny z lidského těla.

Zakousnou se do červené i bílé krvinky a zpětně do organismu vylučují mléčnou kyselinu, peroxid, en-

zymy, špatný cholesterol a další jedy, jimiž postupně otravují hostitele. Takřka nepozorovaně se u člověka vyvine chudokrevnost, celkové vyčerpání a kyslíková nedostatečnost. Snižuje se imunita, dochází k narušení v nervové soustavě, rozpadají se krvetvorné a lymfoidní tkáně a znetvoří se normální prostředí organismu.

Rakovina je tedy nemoc celkového imunitního deficitu. Slabá imunita a celkové vyčerpání organismu neumožní tělu s nemocí bojovat. Rakovinný nádor je jen důsledek výše uvedeného procesu a zároveň jeho poslední stadium.

Tamara Sviščeva nabízí účinné prostředky, s nimiž se rakoviny zbavíte. Jsou to komplexní očista organismu, zničení parazitů a stimulace imunity.

Chlamydie

Původcem nebezpečné venerické nákazy zvané *chlamydióza* je *chlamydia trachomatis*. Chlamydie způsobují zánětlivé procesy v pohlavních orgánech, (hnisavý výtok, rozpad tkání, ztráta funkčnosti orgánů), neplodnost, poruchy zraku (oči jsou po ránu zhněsané, to také způsobují chlamydie), poruchy trávení (zánět sliznice břišní, poruchy funkčnosti jater, *diabetes mellitus*), ničí stěny krevních cév a podle výzkumu vědců z Johannesburgu mohou vyvolat infarkt.

Chlamydie a bičenky mají hodně společného. Zcela nedávno se prokázalo, že chlamydie tráví své období rozmnožování v bičenkách a shlukují se v nich

do mikrokolonií. Dá se s nadsázkou říci, že využívají bičenky jako své porodnice a také jako ochranné bunkry před neblahodárnými vnějšími vlivy (například se v nich schovávají před látkami, které je ničí). Chlamydie se dostanou do bičenek dvěma cestami.

První cesta. Bičenka je v porovnání s chlamydií velkým tvorem, který je pohlcuje, tráví a sytí se jimi. Avšak chlamydie se umějí uvnitř bičenek maskovat a vytvářejí kolem sebe ochranné obaly (vakuoly), jimiž se obklopí, žijí v nich a rozmnožují se. Chlamydie v podstatě na bičenkách parazitují.

Druhá cesta. Chlamydie umějí procházet póry v membránách bičenek a dále se v nich rozmnožují jako jejich parazité. Bičenky se tím aktivují a jsou zhoubnější. Proto se chlamydiové a trichomonádové infekce často objevují spolu.

Nedávno proběhla tiskem informace, že chlamydie jsou schopné vyvolat infarkt myokardu. Podíváme se na to podrobněji.

V dubnu roku 1996 si vědci v Johannesburgu, kteří v místních klinikách zkoumali pacienty s infarktem, všimli jisté neobyčejné zákonitosti: pětasedmdesát osob z osmdesáti mělo v krvi bakterii *chlamydia trachomatis* - původce nebezpečné venerické nemoci chlamydiózy. A samozřejmě pojali podezření, že to není náhoda. Pokračovali v zevrubném výzkumu po celý rok a zjistili, že chlamydie skutečně ničí stěny arterií a vyvolávají infarkt.

Infarkt vzniká jen za určitých neblahodárných podmínek v organismu a kromě nákazy chlamydiemi k nim patří celkové oslabení organismu v důsledku intoxika-

ce anebo věkem, oslabená imunita, přejídání, zejména tučnými a sladkými jídly, a další zlozvyky, například **pítí** alkoholu, kouření a emoční stres. Všechny tyto aspekty narušují životní pole a kromě toho se v důsledku portální hypertonie a intoxikace cév zhoršuje stav cévní soustavy. Mimochodem všechny popsané podmínky se v organismu vytvoří s věkem samy zpravidla kolem čtyřiceti až padesáti let života.

Celkovou intoxikaci organismu doprovází změny organismu směrem k hnilobnému prostředí, a to jsou vhodné podmínky pro chlamydie a další hnilobné infekce. Jakmile mikrobi proniknou do organismu, nechají se proudem krve unášet (krev žil konečnicku se může ihned dostat do srdce, zejména při portální hypertonii), nejčastěji přímo k srdci, zavrtávají se do cévních stěn a ničí jejich tkáň. Na vnitřní straně cév se vytvářejí jizvičky, jež znesnadňují proudění krve. Zvyšuje se krevní tlak a na srdce je vyvíjena vyšší zátěž. Jak člověk stárne, jizviček je stále víc, srdce trpí nedostatkem kyslíku a tkáň srdečního svalu se začínají rozpadat, až nastane okamžik, kdy stěny tlak nevydrží a - nastává infarkt.

Chlamydiová infekce je nebezpečná a zákeřná tím, že se při ní v některých případech neobjeví zřetelný **zánět**. Ačkoli samotná venerická nemoc nemusí propuknout, člověk má přesto v krvi plno **chlamydií**. Někdy chlamydióza probíhá zcela bez příznaků. Na rozdíl od syfilisu nebo kapavky je bezbolestná, **nehnisavá** a nevyvolává viditelnou erozi orgánů. Ale ve čtyřiceti až pětáctyřiceti letech člověka zaskočí infarkt náhle.

Chlamydie jsou hodně životaschopné, umějí se maskovat a schovávají se v bílých krvinkách. Proto se organismus ani nesnaží s nimi bojovat, prostě je ignoruje.

Infarkt myokardu tedy může být stejně nakažlivý jako chřipka. To není nová myšlenka; lékaři pojali toto podezření už v roce 1988, kdy došlo ve Švédsku k nepochopitelné tragédii: jeden za druhým zahynulo osm sportovců. **Slo** o špičkové atlety, členy národního mužstva v orientačním běhu, kteří nekouřili, nepili alkohol a nejedli tučná jídla. Přesto je porazil zákeřný infarkt. Nemohli se jeden od druhého nakazit? Vždyť trénovali vždy spolu. Na první pohled to vypadá jako hloupost, protože infarkt se nepokládá za infekční nemoc. Ale jiné vysvětlení náhlých úmrtí několika lidí, na první pohled zdravých, lékaři nenašli. Odborníci z univerzity v Uppsale provedli pitvu zemřelých a zjistili, že se jim v srdcích nahromadily chlamydie. Byli tito mikroskopičtí vetřelci skutečně zabijáky mladých lidí a původci smrtelné nemoci? Tato otázka zůstala bez odpovědi. Případ zkoumali i další odborníci, ale většina z nich pokládala hypotézu za nepravděpodobnou a švédskou tragédií vysvětlili jako souhru nešťastných náhod.

Dnes už se většina odborníků přiklání k názoru, že mikroparazité skutečně vyvolávají nejen infarkt, ale také řadu dalších srdečních a cévních chorob. Aby se jim člověk vyhnul, měl by nasadit antiparazitární léčbu, provést **očistu** organismu a zvýšit si všemi dostupnými prostředky imunitu.

Uvedu ještě několik dalších údajů o výzkumu **chlamydií**.

V roce 1988 objevili finští vědci, manželé Saikkoovi, v krvi osob s aterosklerózou (a právě tato nemoc vyvolává infarkt) k vlastnímu překvapení neobyčejně vysoké množství" protilátek. Objevily se jako odpověď na přítomnost chlamydií v organismu a také proto, aby jim bránily v rozmnožování. Proč imunitní soustava bouřlivě reaguje na tyto zdánlivě neškodné mikroorganismy? Vždyť se obecně mělo za to, že tento druh chlamydií, objevený teprve nedávno, vyvolává pouze slabý zánět dýchacích cest, ale nic víc, a nepředstavuje tedy žádné nebezpečí pro zdraví.

Po nějaké době manželé Saikkoovi učinili další senzační objev. Bádali v několika finských vesnicích, v nichž z nějakého důvodu mimořádně často docházelo k infarktu myokardu. V krvi těchto navenek zdravých lidí zjistili zvýšené množství protilátek. Začalo to vypadat, že v těchto místech řádí epidemie. Je možné, že si místní obyvatelé navzájem předávají infekci? Vědecký pár sepsal výsledky svého průzkumu a publikoval je v uznávaném renomovaném lékařském časopise *Lancet*

A tam si jej přečetl americký epidemiolog Thomas Grayston. Vydal se ve stopách finských vědců a rovněž našel u různých pacientů usazené celé kolonie chlamydií. Tvořily nebezpečné krevní sraženiny, tromby, které jim ucpávaly cévy. Dalšímu Američanovi jménem Joseph Molestine se povedlo cévkovačem vytáhnout sklerotické usazeniny z věnčité tepny srdcí devadesáti pacientů. Sestávaly z tuku a vápníku a v sedmdesáti případech obsahovaly rovněž chlamydii.

Od té doby uplynulo několik let a vědci získali další důkazy. Pekka Saikko provedl experiment, který přinesl nevyvratitelný důkaz o tom, že se chlamydii podílejí na vzniku aterosklerózy. Králíkům do nosu nakapal roztok obsahující tyto mikroorganismy, a tím stimuloval nákazu skrze sliznici. Po několika týdnech zcela zdravá zvířata vykazovala příznaky aterosklerózy.

Jistá skupina amerických mediků se věnovala rozsáhlému výzkumu: po dobu pěti let prováděli krevní testy u dvaadvaceti tisíc kolegů. Testování lékaři žili zdravě a vstupní prohlídka neprokázala žádné rizikové faktory srdečních a cévních chorob, k nimž se řadí například zvýšená hladina cholesterolu. Přesto pět set třiačtyřicet osob utrpělo během sledovaného období infarkt nebo mrtvici. Krevní testy prokázaly přítomnost C-reaktivního proteinu; tato bílkovina se tvoří při zánětlivých procesech. To souhlasí s infekční teorií o infarktu, jemuž předchází zánět žil způsobený chlamydii.

Zajímavé zkušenosti má také londýnský lékař Sunjip Gupta, který podával pacientům po infarktu antibiotika. Po uplynutí nějaké doby jim z krve zmizely všechny protilátky, jež měly za úkol bojovat s chlamydii. Doktor Gupta byl přesvědčen, že antibiotika vir zničila.

Výzkumy prováděné v různých zemích přinesly důležitý výsledek: byl objeven jeden z největších nepřátel lidstva, původce infarktu, který ve vyspělých zemích patří spolu s rakovinou k nejčastějším příčinám úmrtí. Někteří vědci to pokládají přímo za světovou senzaci nebo alespoň za největší překvapení medicíny

dvacátého století. Americký kardiolog Wayne Alexander se dokonce nechal slyšet, že se od základu změnila všechny naše představy o infarktu.

Doporučení pro léčbu chlamydií

Obecně se proti chlamydiím podávají silná antibiotika ve velkých dávkách.

Léčba chlamydií je nesmírně těžká, protože tito malí zákeřní parazité žijí uvnitř bičenek a ty se v lidském organismu dobře přizpůsobily, zejména se naučily maskovat před imunitním systémem. Léčba probíhá ve dvou etapách: v první je třeba se zbavit bičenek a ve druhé chlamydií. K druhému kroku se přistupuje sedm až deset dní po léčbě bičenkové nákazy. Nezbytná je též očista organismu a stimulace obranyschopnosti. Léčebná kúra na odstranění bičenkové a chlamydiové nákazy se provádí podle potřeby, ovšem mezi prvními třemi cykly by se měly dodržovat desetidenní až patnáctidenní intervaly. Mějte vždy na paměti, že chlamydie jsou mimořádně zákeřné, (a proto by se měli léčit všichni členové rodiny, především manželské páry, u nichž by léčba jen jednoho z nich nebyla účinná).

Co vlastně proti chlamydiím zabírá? Elixír Trojčátka, pelyněk, petrolej a lihová česneková tinktura. Chlamydie nesnášejí urinové hladovění a vtírání staré uriny do pokožky. K dalším metodám patří potírání pohlavních orgánů kyselou vodou a procedury v páře s pelyňkovým, březovým, dubovým nebo smrkovým koštětem, které parazity spolehlivě ničí.

Plísně a houbová onemocnění

Lékařská mikrobiologie zná k dnešnímu dni asi sto druhů plísní, které mohou člověka nakazit a vyvolat těžká onemocnění. Všechny se často vyskytují v přírodě, především v půdě, v rostlinách a v živočišných, ve shnilých produktech, v konzervovaných produktech a v krvi.

Choroboplodné plísně jsou nenáročné na vnější podmínky a všude se jim dobře daří. Většina z nich potřebuje vitaminy, biotin, riboflavin, thiamin a další a odebírají je - z organismu člověka. Na rozdíl od mikrobů vydrží plísně nízké i vysoké teploty v rozsahu od dvou do pětácti stupňů Celsia. To vysvětluje, proč se jich nezbavíme ani pouhým zvyšováním teploty, ani v pární lázni.

Plísně nemají rády odvodňování, je pro ně zhoubné. Proti plísňovým nemocím jsou proto účinné vysušující prostředky a metody, například suché hladovění.

Antibiotika a plísňové infekce

Než byla objevena antibiotika, plísňová onemocnění se u člověka vyskytovala velmi zřídka. Jakmile se rozmohla léčba antibiotiky, plísňová onemocnění se značně rozšířila a jejich počet trvale roste.

Naskytá se tedy důležitá otázka: jakým způsobem vlastně antibiotika napomáhají rozšiřování plísňových onemocnění?

- **První důsledek.** Svět mikroorganismů v lidském těle je v rovnováze, ale pokud do něj uměle

zavedeme antibiotika. některé mikroby se zničí a jejich místa zaujmou právě plísně. Při podávání antibiotik se tedy vytlouká klín klínem - člověk se sice zbaví nemocí způsobených mikroby, ale získá plísňové, například opar (*herpes*).

- Druhý důsledek. Mikrobi lidské mikroflóry před zničením antibiotiky soupeřili s plísněmi o potravu a místo v lidském organismu. Tato konkurence se vytratila, plísně se aktivně množí a tvoří v těle člověka *mycelium* (podhoubí).
- Třetí důsledek. Mnohá antibiotika včetně penicilinu, tetracyklmu nebo streptomycinu bezprostředně stimulují růst plísní, protože se z nich také tvoří. A plísně tyto léky pojídají, je to pro ně nejvhodnější potrava. Léčba antibiotiky tedy působí jako stimulující program pro plísně a podporuje jejich rozmnožování, což přináší další komplikace.
- Čtvrtý důsledek. Rozkládající se mikroby zabíjí antibiotiky představují další potravu pro plísně.

Bez přítomnosti antibiotik v těle plísně rostou pomalu, po jejich přijetí se už za čtyři hodiny vytvoří shluky, které do čtyřadvaceti hodin zhoustnou, dále se větví a vedou až k růstu podhoubí.

Jak se bránit před plísňovými nemocemi

Jako první musíme přestat vytvářet uvnitř vlastního organismu podmínky, které napomáhají růstu plísní. A to v prve řadě znamená, že byste nikdy neměli léčit antibiotiky. Obrátte se

na přírodní medicínu, například třídenní až pětidenní hladovění, případně na urinovou terapii. Nikdy se nesnažte uměle si srážet teplotu. Za tímto účelem je lepší pokládat kus látky namočený v urině na místa, kde lze nahmatat puls (můžete jím tato místa ovázat).

- Důkladně si propláchněte krk Lugolovým roztokem, což je jod s glycerinem a prodává se v lékárnách. Můžete si z něj připravit léčebný nápoj: dvě až tři kapky přidáte do sto mililitrů teplé vody.
- K preventivnímu opatření plísňových nemocí se hodí cyklus antiparazitárního léčení s elixírem Trojčátka.

Plísně nesnášejí odvodňování a sůl a také rostliny s pálivou chutí, obzvláště česnek a šťávu z něj, která se užívá samostatně nebo jako výtažek. Dalším vynikajícím ochranným prostředkem je odpařená urina, do níž se přidává lžička soli.

Příklad antiparazitární očisty:

Vyčistila jsem si jednou střeva a třikrát játra a vycházely ze mne bílé hutné pórovité kamínky, jež se podobaly mozku. Už čtyři měsíce piji každé ráno na lačný žaludek sto mililitrů urinu a dělám si výplach teplou močí. Nyní jsem k tomu začala pít urinu, odpařenou na jednu čtvrtinu objemu, celkem užívám padesát mililitru také ráno na lačný žaludek.

Změnila jsem také stravování a celou řadu jídel včetně masa a mléčných výrobků jsem už před třemi lety zavrhla, Chleba zatím jím normálně, zeleninu

především syrovou a vařenou a někdy nepohrdnu ani máslem. Dodržuji dělenou stravu a jím kaše.

Ale co je nejdůležitější, zmizela mi prasklina konečnicku a letitá houba na nohou (zasaženo bylo skoro celé chodidlo). Přestala mi praskat kůže na patách, upravila se mi stolice a je nyní pravidelná (jednou denně ráno), zmizely i další prasklinky kolem nehtů na rukou.

Bradavice a jejich léčba přírodními způsoby

Bradavice přinášejí svým majitelům velké nepříjemnosti. zejména jsou-li na rukou. Je možné se jich zbavit jednou a provždy? Zde uvádím několik lidových receptů.

Obecné pravidlo zní: bradavice se odstraňují při odrůstající luně po úplňku nebo před novoluním a můžete k tomu pronést modlitbu nebo zařikadlo.

„Matka Boží na bílém kameni seděla, plakala, lopotila se a plahočila. Hedvábná nitko, přetrhni se a bradavice božího služebníka (proneste celé jméno), odtrhni se.“

Léčba bradavic jablkem nebo bramborou

Najděte jablko nebo bramboru, které mají výstupek či hrbolek připomínající bradavici; pouze v takovém případě dosáhnete stoprocentního pozitivního efektu. S pomocí pevné ostré míč rozřízněte jablko nebo bram-

boru na dvě poloviny, pak vezměte polovinu s výstupkem a potřete si s ní bradavici (někteří doporučují třít inkriminované místo oběma půlkami plodu). Poté obě části zase spojte a převažte je nitkou, již jste použili při řezání. Jablko či bramboru zakopejte do země v dostatečné vzdálenosti od svého obydlí: postupně v ní bude uhnívat a vaše bradavice se vytratí.

Léčba bradavic hedvábnou nití

Hedvábnou nit umístěte ve vzduchu na úroveň své bradavice, postupně nad každou zavažte uzlík a přitom pronášejte: „Se mnou nebudete žít, na mém těle vůbec nemáte být. Já se o tom přesvědčím, moje slova pevná jsou, nechť se děje to, co díím, a bradavice odejdou.“

Nitku vložte do čerstvé rozřezané brambory a zakopejte do země, aby o tom nikdo nevěděl. Hlíza bude postupně hnit a vaše bradavice odpadat. V některých případech stačí zakopat samotnou nit.

Léčba bradavic klasem nebo stéblem trávy

Veźměte dlouhé stéblo chlebové obiloviny nebo polní byliny s kořenem. Ostřím stébla si bradavice několikrát propíchněte a pronášejte u toho modlitbu nebo zaklínadlo. Poté je ihned zakopejte do země kořenem nahoru: stéblo shnije a bradavice se vytratí.

Léčba bradavic klíčí bramborou

Veźměte prorostlou bramboru, do půlky smaltovaného šálku nasypete výhonky, zalijte až po okraj vodou a postavte na mírný oheň. Nechte vřít, dokud se voda napolovic neodpaří, sceďte a odvarem si denně během čtyř dnu potírejte bradavice. Podle některých znalců má tato metoda vynikající účinek.

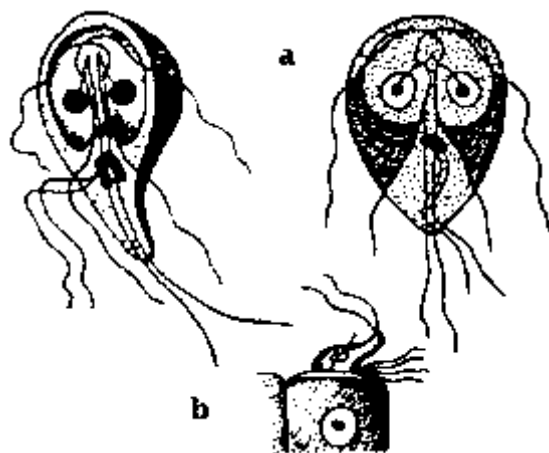
Lamblie

Lamblióza (lambliosis) je nemoc způsobená prvoky zvanými lamblie z řádu *diplomonád*, kteří zasahují tenké střevo a játra. Po nakažení člověka lamblie zdaleka ne vždy nemoc doprovází klasické příznaky a on ve většině případů zůstane jen zdravým přenašečem. Na člověku parazituje pouze jeden druh lamblie střevní (*giardia intestinalis, giardia lamblia*).

Rozšíření lamblíí

Lamblie se vyskytují u obyvatel všech koutů světa. Mezi dospělými je zasaženo deset až dvanáct procent, u zdravých dětí od šestnácti do pětatřiceti procent a při nemocích žaludku a střev šestapadesát procent.

Lamblie ve střevech vytvářejí oválné cysty dlouhé deset až čtrnáct mikrometrů.



Obrázek č. 10

Lamblie: a v běžném stavu,
b parazitující na střevní buňce

Zdrojem nákazy lamblíí je člověk. Cysty lamblíí opouštějí tělo člověka se stolicí. Lamblie se aktivně rozmnožují ve špatných hygienických podmínkách a člověk se může nakazit ze špinavých rukou nebo neupravených potravin, zejména při užití bez tepelného zpracování (ovoce, lesní plody), případně vodou a prostřednictvím některých předmětů v domácnosti.

Když se cysta lamblie dostane do střeva, její chitínový obal se v alkalickém prostředí trávicího traktu rozpustí, lamblie excystují a mění se v *trofozoity* (vegetativní stadium). Trofozoity se usadí v tenkém střevě a tam se také rozmnožují, ale občas migrují do dvanáctníku a někdy pronikají až do žlučníku. Lamblie se udržují na sliznici střev pomocí speciálního ústrojí – *peristomů*.

Pokud tělo trpí dalšími neduhy, které snižují jeho odolnost, lamblie mu začnou škodit a vytvářejí například lokální zánětlivá ložiska, v nichž se dobře daří i dalším druhotným infekcím: v nichž můžeme jmenovat chronickou úplavici.

Toxické produkty rozkladu lamblíí způsobují další zdravotní obtíže: anémii, nervové, psychické a další poruchy a narušují žaludeční sekreci.

Při nákaze lamblie je organismus citlivější na různé druhy alergenů a trpí například kopřivkou, svěděním kůže, bolestmi v kloubech a někdy i třesavkou.

Postižena jsou i játra, v nichž propukne zánět, žloutenka, anebo dokonce cirhóza. Při nákaze žlučníku zase vzniká zánět (cholecystitida). Pod svalovou vrstvou žlučníku se rozšiřují cévy, rozrůstá se pojivová tkáň a sliznice i svaly otekají. Ve střevech se objevují lo-

žíska hemoragického zánětu a ve spodní části tlustého střeva také vředy.

Symptomy lambliózy

Při lamblióze jsou nejčastěji postižena střeva nebo játra, v těžších případech oba orgány najednou.

Lamblióza střev

Projevuje se jako zánět sliznice dvanáctníku (duodenitida) nebo chronický zánět tenkého a tlustého střeva (enterokolitida). Děti někdy trpí občasným krátkodobým zvýšením teploty. Nemocnému kručí a bublá v břiše, později se objeví bolesti kolem pupíku a nad ním. Enterokolitida přechází do chronického stadia a často se vrací, doprovázená průjmy, nebo naopak zácpou (někdy se střídají).

Nežádka se dostaví bolesti v epigastrální oblasti, poruchy trávení (dyspepsie), nevolnost, zvracení, nepříjemná pachů v ústech, pálení žáhy a krkání (někdy se zápachem zkažených vajec). Pacienti trpí sníženou kyselostí. Některé úseky střev, esovitá klička a vzešupný tračník, se rozšiřují a otékají, řidčeji se objevují bolesti v pravém boku. Při silném postižení střev je člověk vyčerpaný. Rentgenové vyšetření odhalí deformaci dvanáctníku a poruchy funkčnosti žlučníku.

Lamblióza jater

U pacientů je diagnostikována cholecystitida, angiocholitida, hepatitida a někdy i cirhóza jater, případně několik těchto nemocí dohromady. Cholecystitida způsobená lamblíemi se projevuje silnou jaterní kolikou a bolestmi v jiných místech, někdy pacienty sužuje tupá trvalá bolest, která se zhoršuje při každém příjmu

potravy. Občas nemocný zvrací žluč nebo obsah žaludku, silně sliní, má tekutou stolicí, žloutne mu pokožka a trpí horečkou. Cholecystitida způsobená lamblíemi bez druhotné infekce způsobuje žlučové kameny a ty se musí často operovat.

Narušit se může i srdce a cévní soustava. Intoxikace se projevuje poruchami nervové soustavy a člověk je unavený, popudlivý nebo apatický. K tomu se přidruží slzavost, bolesti hlavy a svalů, závratě, nestálost tělesné teploty, porucha látkové výměny a hubnutí, třas prstů, hypotonie a zvýšená potivost. Děti mohou zaostávat ve vývoji.

Klasifikace lambliózy

1. Přechášeč lambliózy.
2. Lamblióza s lokálními příznaky. U střevní formy nemoci je například duodenitida, enteritida a enterokolitida, u jaterní formy angiocholitida, cholecystitida a hepatitida.
3. Lamblióza s převládáním obecných projevů - vegetativní dystonie, gastrodystonie, anémie.
4. Smíšená forma - enterokolitida, cholecystitida s hepatitidou, nervové poruchy spolu s lokálními, změna krve a podobně.

Recepty na léčbu lambliózy

Uvádím dva recepty léčby lambliózy pro dospělé.

- *První recept.* Dobře promyjte padesát gramů březových listů, položte je do smaltovaného kastrolu, dobře stlačte a přikryjte talířkem, aby byly namačkané. Pak kastrol zavřete pokličkou

a na noc omotejte tkaninou. Ráno proced'te a dejte do lednice. Pijte třetinu sklenice půl hodiny před jídlem.

- *Druhý recept.* Do půl litru vody přidejte dvě česnekové hlavičky a nechte pět dní odstát. Užívá se jedna polévková lžice na lačný žaludek, která se zajídá jednou polévkovou lžicí medu. Léčba trvá měsíc.

Helminti

Onemocnění škrkavkou (askaridóza)

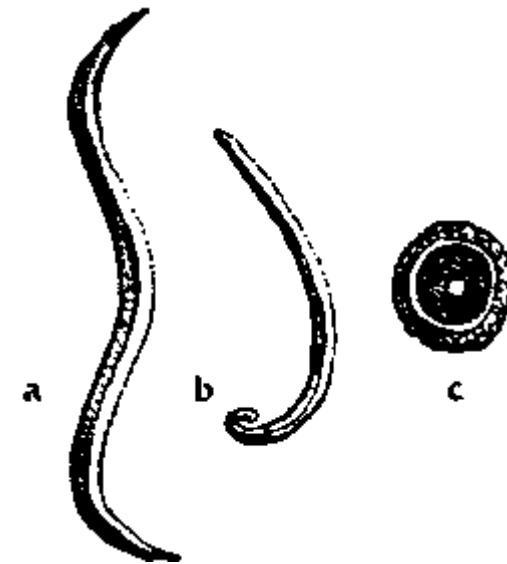
Škrkavky (*ascaris*) jsou dvoupohlavní velcí červi tvarem připomínající vřeteno. Mívají délku dvacet až padesát centimetrů a tlustí jsou jako tužka. Obývají především tenké střevo, jedinec má průměrnou délku 7 ta rok

Škrkavky způsobují nemoc zvanou *askaridóza*, která se projevuje především žaludečními a střevními problémy (snížení chutí k jídlu, nevolnost, zvracení, bolesti břicha, stmění), nemocemi dýchacích orgánů (od nachlazení po zápal plic) a psychickými poruchami (rozčilení bez příčiny, závratě, bolesti hlavy, nervové tiky, a dokonce i epileptické záchvaty).

(lověk se nakazí škrkavkami perorálně. Vajíčka se dostanou do trávicího traktu a tam se promění v larvy, které nahlodávají sliznici trávních orgánů a přesouvají se do krve. Nechájí se jejím prouděním unášet

do srdce a odtud do plic. Tam se probíjejí skrze stěny plicních cév a usazují v plicní tkáni, kde se rozvíjejí.

Plicní tkáň mají schopnost sebeočisty a při tom lze pozorovat mikroskopický pohyb směrem k nosohltanu. Larvy škrkavek se pohybují stejným směrem, v nosohltanu jsou opětovně polknuty a putují do trávicího traktu, kde vyspívají v dospělé jedince. Kolik škrkavek pronikne z plic do hltanu, tolik se jich přeneše do tenkého střeva a začne tam cizopasit. Škrkavkám stačí k vývinu od okamžiku, kdy jsou polknuty jako vajíčko, k dosažení zralého stadia dvaasedmdesát až šestasedmdesát dní. Z oblasti nosohltanu se larvy škrkavek mohou dostat také do čelních dutin a do dutin lebky a uší, alespoň lékaři takové případy zaznamenali.



Obrázek č. 11

Škrkavky při zachování velikostních poměrů:
a) samice, která je větší, b) samec, jenž je menší
c) vajíčko v obalu (silně zvětšeno).

Preventivní opatření: nikdy nepolykejte hmotu vykašlanou z průdušek a nosohltanu. Všechno naopak vyplivněte a poté si vypláchněte ústa odvarem z peľyňku. Proceduru provádějte zejména ráno.

Larvy škrkavek během svého putování z plic do nosohltanu ničí plicní tkáň a vyvolávají vleklé plicní nemoci, akutní respirační problémy a bronchitidu - ano, tyto nemoci skutečně mohou vznikat jako následek poškození dýchacích orgánů larvami škrkavek.

Škrkavky mají rády, když se mohou někam protáhnout úzkými štěrbinami, například pronikají do žlučníku a jater a způsobují těžké problémy. Medicína znamenala dokonce případ, kdy z těla vyšly škrkavky se zapíchnutými korálky na tělech. Škrkavky usazené ve žlučníku a žlučovodech vyvolávají hnisavou cholecystitidu, zvětšení jater, zánět pobřišnice (peritonitidu) a sepsi. Pokud si zalezou do slinivky břišní, způsobují akutní pankreatitidu.

Léčba askariózy

Naštěstí medicína zná proti škrkavkám několik přípravků. Existují však také lidové způsoby léčby, především celkové odčervení organismu podle Naděždy Semjonové nebo Taťány Abramovské. Neuškodí ani elixír Trojčátka a koňaková metoda. Škrkavky nesnášejí dlouhodobé hladovění, a už vůbec ne na urinové, po takové kúře tělo opouštějí.

Profylaxe nemocí ze škrkavek

Boj se škrkavkami bude účinný jedině tehdy, pokud se provede hromadné odčervení obyvatelstva

a začne se dbát na ochranu vnějšího prostředí před fekáliemi. Na venkově a v menších městech je třeba fekálie před upotřebením jako hnojivo kompostovat a ve velkých městech je třeba dbát na bezpečné odvádění kanalizačních vod. Obecně je pak nutné zvýšit úroveň hygieny a hygienických návyků. Člověk musí dbát i na různá preventivní opatření: mít stále čisté ruce, veškeré ovoce a zeleninu vždy před požitím důkladně omýt, užívat hlavně převařenou a filtrovanou vodu jak na pití, tak na mytí ovoce a zeleniny. Je třeba také dávat pozor na mouchy.



Obrázek č. 12
Ohyb tenkého střeva s klubičky škrkavek

Příklad č. 1: *Je mi osmatřicetlet a už tři roky mi zdravotní stav nedovoluje normálně pracovat. Začala jsem s očistou tlustého střeva a ani se neptejte, co jsem viděla... Dva dny jsem byla prostě v šoku z toho, jaké hnusy se to ve mně usadily. Po několika klystýrech z odpařené uriny ze mne vytékal v hojném množství sliz.*

Poznámka: to jsou patogenní bakterie, které rozhodily veškerou normální mikroflóru pacientky.

Potom ze mne vyšlo sedm až osm klubiček hlístů, takových průzračných se světlehnědým odstínem, již sestávali ze čtverečků o velikosti deset až patnáct centimetrů. Později jsem vyloučila obrovský chuchvalec, uvnitř něhož bylo cosi, co připomínalo tělo jakéhosi bílého živočicha. Měl poloměr asi dva až tři centimetry a na krajích bílou srst. Celkově to bylo dlouhé asi pět až šest centimetrů bez oněch chloupků. Následovalo druhé podobné tělo, které bylo ovšem celé pokroucené. Třetí bílé hutné tělo bylo na krajích sliznaté. Nakonec se ze mne doslova vyvalilo velké množství nažloutlých koleček, bylo jich skoro půl záchodové mísy.

Poznámka: je někdy až k nevíře, nakolik může mít člověk organismus znečištěný a zanesený parazity. Nejhorší je, že on sám to neví a snaží se vyléčit z různých nemocí. A přitom stačí pročistit organismus!

Příklad č. 2: *Rok a dva měsíce jsme se ženou praktikovali urinoterapii a dosáhli obrovských úspěchů. Patnáct let jsem si kapal do nosu Naftizin. Po dvou operacích na odstranění polypů jsem měl hemoroidy, nesmírné bolesti v kloubech a žaludeční vředy. Pětkrát jsem si pročistil játra.*

*Kdybyste jen viděli, jaké množství všelijakých hnu-
sů nám vyšlo z těl. Já jsem vyloučil asi třiceticentime-
trového obřího červa a manželka dvě dvaceticentimet-
rové medúzy. K tomu z nás vyteklo hodně hlenů.*

Poznámka: že se těmto lidem podařilo vyhnat všechny parazity z těla, je obrovský úspěch.

*Taky jsme sbírali moč a v každé třílitrové lahvi se
usadilo na dva prsty písku. Manželka předtím poly-
kala spoustu prášků, během očisty však nepřijala ani
tabletku, což snášela velmi těžce, ale vydržela.*

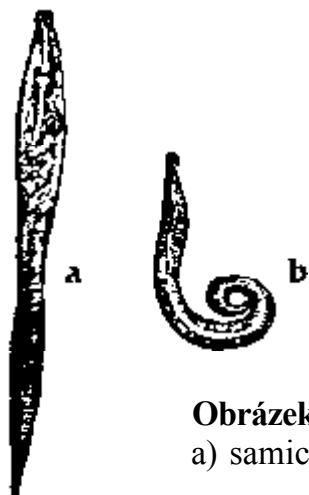
Onemocnění roupem (enterobióza)

Tento druh helmintózy vyvolávají roupi, popelavě šedí červíci s ostrými konci. Samci dorůstají do délky dvou až pěti milimetrů, samice jsou větší - devět až dvanáct milimetrů.

Roupi cizopasí v dolní části tenkého střeva, ve slepém střevě a v počáteční části vzestupného tračníku. Samice roupu mají velmi výkonnou dělohu, do níž se vejde až dvanáct tisíc vajíček. Spouštějí se do konečníku, opouštějí tělo skrze řitní otvor, kladou v jeho okolí vajíčka a hynou. Délka života roupu je tři až čtyři týdny.

Člověk se nakazí roupy od jiného Člověka. Vajíčka za čtyři až šest hodin po naklazení dozrávají a hned škodí. Znečišťují ložní a spodní prádlo nemocného, nábytek v domácnosti nebo i na pracovišti a jiné předměty. Vajíčka pak po okolí roznášejí mouchy. Nejčastěji se člověk nakazí tak, že polkne zralá vajíčka roupu s potravou, někdy je však může vdechnout i s prachem. Nemocní se často opakovaně nakazí, když

se dotýkají rukama zasažených míst v oblasti řitního otvoru, protože je intenzivně svědí. Svědění zapříčiňují samice roupů, které vylézají z konečníku ven.



Obrázek č. 13

a) samice roupů, b) samec roupů

Roupi také mechanicky poškozují sliznici střev, protože se na ni přisávají. Někdy se do ní částečně zavrtávají a ve výjimečných případech byly nalezeny zcela schované ve střešní stěně, dokonce až ve svalové vrstvě. To všechno způsobuje krvácení a erozi. Lékařská praxe zaznamenala případy, kdy roupi způsobovali abscesy a mikronekrózu na děložní sliznici a pobřišnici. Obsahovali jak vajíčka a larvy roupů, tak dospělé jedince. Kromě toho roupi vylučují látky, které organismus otravují a vyvolávají alergie a svědivou dermatózu. Způsobují také druhotné infekce, protože k tomu vytvářejí příhodné prostředí zejména to dělají samice roupů, které přelézají ze střev do dělohy a zanášejí do ní střešní bakterie.

Symptomy **onemocnění roupem**

Lehčí forma enterobiózy se projevuje především před spaním, kdy se nakažený uloží do postele a zahřeje: tehdy pocítí svědění v okolí řitního otvoru. To trvá dva až tři dny a pak se vše uklidní, ale za dva až tři týdny vše vypukne nanovo. Svědění se objevuje periodicky z důvodu střídání generací roupů.

Když se však roupi ve střevech nemocného přemnoží, svědění začne být velmi intenzivní a trvalé, doslova nesnesitelné. Pokud si nemocný rozškrábá okolí řitního otvoru, způsobí si oděrky a druhotnou infekci doprovázenou dermatitidou a pyodermií, takže se jeho celkový zdravotní stav zhoršuje. U některých nemocných vypuknou vleklé střešní potíže, například častá kašovitá stolice, někdy smíchaná s hleny. Z roupů vzniká také zánět slepého střeva, obvykle je-li tělo zamořeno roupou spolu s druhotnými bakteriálními infekcemi. U žen se po proniknutí roupů do pánevní dutiny objevují symptomy podráždění pobřišnice.

Při těžké enterobióze nastupují bolesti hlavy, závratě, nespavost, zvýšená duševní a fyzická únava, někdy se symptomy neurastenie a psychastenie²³. Roupi mohou u žen přelézat do pohlavních orgánů a způsobovat těžké nemoci, například vulvovaginitidu (nemoc pochvy), anebo simulují kapavkovou nákazu (na to je třeba dávat pozor zejména u malých děvčátek). A platí to i naopak: kapavková infekce má při souběžném nakažení roupou těžší průběh a trvá déle. Byl popsán i případ zánětu děložní sliznice (endometritidy), který byl způsoben roupou.

Hlavním charakteristickým příznakem nemoci však zůstává svědění v oblasti řitního otvoru.

Vnější příznaky enterobiózy u dětí:

- malý vzrůst
- nevyvinuté ušní boltce
- krátké prsty na rukou
- úzké čelo
- málo vlasů a jejich vypadávání
- nestejně oči

Pokud se nasadí vhodná léčba a nemocný začne dodržovat preventivní opatření, invaze roupů se zastaví a on se zcela uzdraví.

Léčba enterobiózy (roupů)

Při lehčí formě nemoci stačí, aby postižený dodržoval hygienická opatření a dbal na to, aby nedošlo k opětovné nákaze. Nemocný se zbaví parazitů také po klystýrech, protože vymývají samice červa z dolní části tlustého střeva. Pro dospělé se připravují ze čtyř až pěti sklenic vody a pro děti z jedné až tří sklenic vody a na každou sklenici vody se přidává půl čajové lžičky sody. Nakonec ustane svědění v perianální oblasti, a v důsledku toho i drbání, takže se vajíčka hlístů nepřenášejí po těle, oděvech a ložním prádle nemocného. Pacient by měl spát v těsně obtahujících spodních kalhotkách či slipech. Nátělníky, spodní i ložní prádlo se doporučuje denně žehlit, vhodné je dbát na častý úklid s hojným využíváním vody. Při těžkých formách enterobiózy je třeba nasadit medikamenty, které se užívají ústy. Vzhledem k lokalizaci roupů je podávání léků řitním otvorem neúčelné.

Nejlepším lékem proti roupům je éterický výtažek z oddenků kapradě samce (*drvopteris filix-mas*). Befenium-hydroxynaftoát se předepisuje dospělým v množství pěti gramů denně a dětem starším pěti let v množství dvou a půl gramů denně; užívá se tři dny po sobě. Denní dávka přípravku se přimíchá do padesáti mililitrů teplého cukerného sirupu, důkladně rozmíchá a pije se na lačný žaludek půl hodiny před snídaní. Jinak se nemocný stravuje tak, jak je zvyklý, s tím, že během léčby befeniem se nepodávají projímadla. V případě nutnosti se cyklus léčby po sedmi až deseti dnech opakuje.

Výtažek z kapradě samce se užívá v mnohem menších dávkách:

- dospělý - jeden a půl gramu
- dítě od jednoho do dvou let - dvě desetiny gramu
- dítě od tří do čtyř let - tři desetiny gramu
- dítě od pěti do šesti let - půl gramu
- dítě od sedmi do osmi let - šest desetin gramu
- dítě od devíti do deseti let - sedm desetin gramu
- dítě od jedenácti do dvanácti let - devět desetin gramu
- dítě od třinácti do šestnácti let - jeden gram

V předvečer zahájení léčby se nemocnému podává solné projímadlo, následující den dostane na lačný žaludek výtažek z kapradě samce a za hodinu další solné projímadlo. Po dvou hodinách je možné snídat. Pokud

nedošlo k úplnému vyhnání roupů, cyklus se po deseti až dvanácti dnech opakuje.

Lidové prostředky proti roupům

Níže popsaná metodika funguje nejen proti roupům, ale také proti tasemnicím, lamblíím a proti dalším typům hlístů.

Léčba dýhovými semínky

Ráno na lačný žaludek snězte sklenici loupaných dýňových semínek, dva syrové žloutky z domácích vajec a několik menších kousků slanečka. Pak si na dvě hodiny lehněte a na pravý bok přiložte ohřívač. Každé tři minuty snězte kousek slanečka, celkem čtyři kousky. Léčba trvá pět až šest dní.

Během léčby je třeba setrávat v tichu a dbát, aby nikde necrčela voda.

Cibulový a česnekový klystýr

Roupy spolehlivě vyžene z těla klystýr z cibule a česneku. Tři česnekové stroužky a stejné množství cibule rozetřete, zalijte teplou převařenou vodou, nechte tři až čtyři minuty působit, sceďte a vyždímejte přes kousek gázy. Zbylý výtažek přimíchejte do jednoho a půl až dvou litrů vody (šestatřicet až devětatřicet stupňů Celsia). S pomocí Esmarchova šálku zaveďte roztok do konečníku (pro přirozené defekaci nebo po očištění klystýru). Několik takovýchto procedur stačí, abyste se zbavili nejen roupů, ale i dalších hlístů a parazitů.

Klystýr i česnekem a cibulí má obecný ozdravný efekt. Léčí intoxikaci při chřipce, angíně či otravě z jídla a pomáhá při dysbakterióze a bolestech hlavy.

Pokud se nemoc vyskytuje v rodině, je nutné, aby se léčili všichni postižení členové.

Preventivně je třeba v domácnostech, na závodech a různých zařízeních, v první řadě dětských, dodržovat sanitární a hygienické zásady. Jelikož roupí nemají dlouhou životnost, k jejich vymýcení v rodině nebo pracovním kolektivu stačí dodržování preventivních zásad; medikamenty se předepisují až u těžkých forem nemoci.

Příklad: „Náhodou se mi dostala do rukou vaše kniha o urinoterapii. Tak jsem se pustila do popisovaných očištných procedur, přikládala si na břicho zábalu s odpařenou urinou, potírala si s ní tělo a zaváděla si urinové klystýry. Vylezlo ze mne tolik roupů, že se **to** ani nedá představit; o jejich existenci jsem neměla ani ponětí.“

Poznámka: jako první z těla utíkají parazité, kteří žijí v sestupném tračníku.

„**Potom** ze mne vytékal sklovitý hnis. Přistoupila jsem k miniklystýrům a zaváděla si je dvakrát denně. Už ze mne utekli čtyři polypy, ale stále vylučuji sliz.“

Poznámka: sliz znamená, že z těla začali vycházet bakteriální parazité.

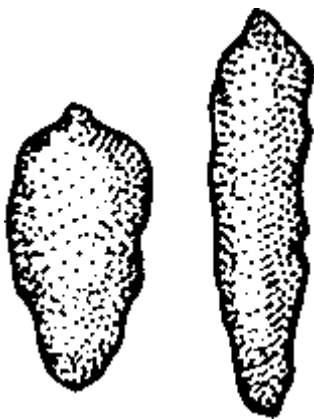
„Nyní si dělám už jeden a půl měsíce **klystýry** s odpařenou urinou, ale sklovitý sliz teče a teče... Po klystýrech se mi zlepšilo kručení v břiše, které bylo velmi silné a trvalo až tři hodiny v jednom kuse.“

Motolice (trematody)

Onemocnění motolicí (fasciolóza)

Fasciolóza je helmintóza jater a žlučníku vyvolaná motolicemi rodu *fasciola*. Motolice mají plochá těla, dlouhá asi dvacet až třicet milimetrů a široká osm až dvanáct milimetrů.

Člověk se nakazí motolicemi při pití vody a konzumaci bylinek, které rostou ve stojatých nebo velmi pomalu tekoucích vodách (v nich pobývají larvičky). Když se lany dostanou do střevního traktu, rozloupnou se a pronikají s proudem krve nebo pobříšnicí do žlučvodů, žlučníku a někdy i jiných orgánů a tkání. V posledním případě procházejí skrze stěnu tlustého střeva až do břišní dutiny, směřují k játrům, zavrtávají se do jejich tkáně a odtud se přesouvají do žlučvodů, kde setrvávají tři až čtyři měsíce, dokud pohlavně nevyspějí a nezačnou klást vajíčka.



Obrázek i. 14 Motolice *fasciola*

Během migrace mladé motolice mechanicky poškozují lidské tkáně. Stejným způsobem škodí i dospělí parazité, kteří se pohybují ve žlučovodech a žlučníku. Někdy tyto trubice částečně nebo úplně ucpou, čímž zpomalí proudění žluči a vytvářejí příhodné podmínky pro vývoj druhotných infekcí.

Produkty látkové výměny motolic způsobují u člověka zvýšenou citlivost a následné alergické projevy. Je-li v rané fázi onemocnění provedena biopsie jater, odhalí mikroskopické abscesy a mikronekrózu. V pozdějším stadiu nemoci dochází k rozšíření průchodů, zbytnění stěn a adenomatózní rozrůstání epitelu žlučvodů, někdy také vypukne hnisavá cholecystitida a angiocholitida.

Inkubační doba trvá jeden až osm týdnů, nemoc začíná celkovou nevolností a slabostí těla, která se stupňuje, bolestmi hlavy, nechutenstvím, někdy kopřivkou a horečkou a také změnami zorniček. Horečka se v těžkých případech vyšplhá na devětatřicet až čtyřicet stupňů a přichází ve vlnách. Poté se dostaví bolesti v epigastrální oblasti a pravém podžebří. Játra se někdy zvětšují takřka „před očima“ a jsou tvrdá a nateklá. Bolesti přicházejí v záchvatech, po jejichž odeznění se játra prudce scvrknou. V některých případech se zvětšuje také slezina.

Po uplynutí nějaké doby se akutní příznaky postupně utiší, teplota se sníží a ustálí na normálních hodnotách. Už možná tušíte, co to znamená - ano, fasciolóza přechází do chronického stadia. Nyní dominují žaludeční potíže a bolesti v břiše, zejména lehký tlak a pichání v epigastrální oblasti a pravém podžebří.

U některých nemocných to připomíná žlučnickovou koliku; stejně jako u koliky dochází ke zvětšení žlučníku a člověk trpí horečnatými stavy se zimnicí. V přestávkách mezi záchvaty nemocného nic nebolí nebo jen velmi slabě.

V raném stadiu nemoci se často vyskytují alergické projevy, v pozdním angiocholitida, neprůchodnost žlučovýchodů a chronická hepatitida.

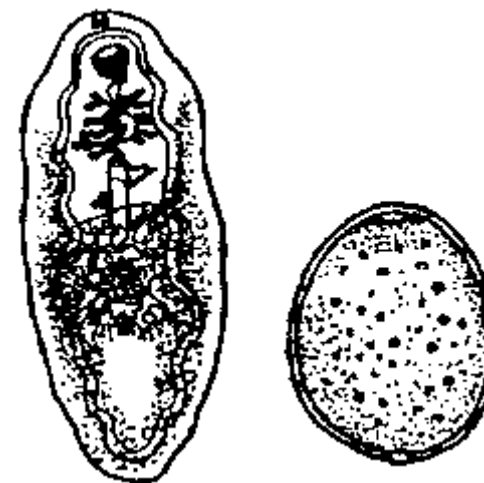
Motolice fasciola byly nalezeny v oční tkáni, pod kůží, v žaludku a žlučníku, v zaníceném slepém střevě, ve vrátníku, jaterním abscesu a v hnisavém výpotku.

V raném stadiu se nemoc těžce diagnostikuje, protože parazité kladou vajíčka až tři až čtyři měsíce poté, co pronikli do organismu.

Preventivní metody proti fasciolóze: vodu ze stojatých a pomalu tekoucích vodních zdrojů vždy důkladně pře vařte. Zeleninu rostoucí v zavlažených místech dobře opláchněte a polijte vařící vodou.

Fascioiopsidóza

Fasciolopsidóza (fasciolopsidosis) je helmintóza zasahující převážně trávicí trakt. Původcem nemoci je *motolice střevní (fasciolopsis buski)*. **Parazit má oranžovočervenou barvu, délku patnáct až dvacet milimetrů, šířku osm a půl až dvacet milimetrů a tvarem připomíná list.** Parazité se shlukují v tenkém střevě, odkud někdy pronikají do žaludku, jater a slinivky břišní



Obrázek č. 15
Motolice střevní (*fasciolopsis buski*)

Člověk se může nakazit od jiného nemocného člověka, ale také od prasete či psa. Nákaza se dostane do organismu, pokud člověk konzumuje kotvici plovoucí a hlízy některých vodních rostlin, protože na jejich povrchu se larvy motolic často usazují. V těžkých případech nakaženého bolí břicho a má průjem, který občas vystřídá normální stolice nebo zácpa. Později člověk celkově slábne, má závratě, je ospalý a otékají mu nohy. Mužům otéká šourek, otoky se šíří na celé tělo a hrozí nedostatek bílkovin. Nemoc je někdy smrtelná, pacient umírá na celkové vysílení organismu nebo na srdeční a cévní slabost. Pokud choroba zůstane v lehčí formě, přináší jen malé obtíže - občasné bolesti v břiše a průjemy.

Existují nové údaje o souvislostech mezi motolice-
mi a vznikem rakoviny. Badatelka Hulda Clark přišla
na to, že tyto parazité vylučují do organismu člověka
vlastní výkaly a jeden druh z nich provokuje smrto-
nosné zhoubné bujení nádorových buněk. Ona sama
odhalila u většiny onkologických pacientů motolici
střevní (*fasciolopsis buski*). Pokud byl parazit v těle
zničen a podařilo se odstranit i jeho toxiny, rakovina
i další „nevléčitelné“ nemoci zmizely. Po pěti dnech
lčzení se bujení rakovinných buněk zastavilo, u paci-
entu nemocných cirhózou se játra začala regenerovat
a u pacientů nemocných sklerózou se zlepšil krevní
oběh.

Lčba. Doporučuji celkové odčervení podle Na-
děždy Semjonové a Taťány Abramovské a dále lčbu
pelyňkem, elixírem Trojčátka a petrolejem.

**Důležité závěry o příčinách nepochopitelných ne-
moci- organismus člověka má pozoruhodnou vlast-
nost - neustále v něm probíhá sebeobnova a regene-
race. Zdálo by se, že žádná nemoc tedy nemá šanci.
Ve skutečnosti nemoci vznikají, a to v případech,
jestliže životním silám organismu něco brání, aby
likvidovaly choroboplodné zárodky a obnovovaly
poničené tkáně. Co je to „něco“? Ve většině případů
to jsou - parazité.**

Uvedu příklad: byla jednou jedna divoká step, kte-
rou rozorali a pak ji zaseli, tudíž se proměnila v kulti-
vované hospodářské pole. Aby pole nezarostlo a znovu
se neproměnilo v divokou step, člověk musí na pro-
cesu neustále pracovat a vynakládat úsilí. Podobným
způsobem parazité v lidském organismu vytvářejí svo-

„hospodářské pole“ a stále je udržují, a právě to je pří-
činou, že se spustí to či ono onemocnění. Parazité se
zabydlují ve všech tkáních lidského organismu, lehce
se jimi pohybují, a tak vyvolávají nebezpečné nemoci
v jakémkoli orgánu.

Ve světle těchto nových poznatků jsou nám jasné mno-
hé příčiny řady takzvaných nevléčitelných nemocí:

- *Toxoplazmy* způsobují tělesné vady a zohavení,
vrozené nemoci u dětí a mentální zaostalost.
- *Bičinky* jsou původci nemocí urinogenitální
soustavy, střev, úst, krve, cév a způsobují rako-
vinu.
- *Chlamydie* jsou příčinou neplodnosti, poruch
trávení, poruch funkčnosti slivky břišní včet-
ně *diabetes mellitus*, nemocí jater a infarktů.
- *Plísně* mají na svědomí velké množství nemocí
a také se při nich tvoří a rostou novotvary.
- *Lamblie* zasahují játra a vyvolávají různé jaterní
choroby.
- *Škrkavky* způsobují nemoci plic, žlučníku a střev.
- *Roupi* vyvolávají celou řadu střevních nemocí.
- *Fasciolóza* je příčinou alergií, neprůchodnosti
žlučovodů a chronické hepatitidy.
- *Fasciolopsidóza* podněcuje formování a rozvoj
různých onkologických nemocí.
- Podobně se chovají i ostatní parazité, cizopasíci
v lidském organismu.

Nyní si můžeme udělat ucelenou představu o vzni-
ku a vývoji většiny nemocí. Vyčlenit vlastní stadia
chorobného procesu a na základě těchto znalostí sami
aktivně vstupovat do procesu nemoci i jeho rozvoje.

Stadia **vývoje** parazitózy

První stadium

Absence kultury a neznalost. V tomto stadiu se vytváří podmínky pro takový životní styl, při kterém se obranné síly organismu maximálně oslabí. Organismus se přemění ve skládku ekotoxinů a odpadních produktů.

Druhé stadium

Parazité pronikají do oslabeného a intoxikovaného organismu. Skryté stadium.

Třetí stadium

Základem každého onemocnění je zánět. Pokud vyloučíme mechanické a chemické poškození organismu, na prvním místě je poškození způsobené parazity, již vyvolává záněty. Akutní stadium.

Čtvrté stadium

Obranné síly organismu se aktivují a zapojují do procesu. Životní síly jsou vynakládány na boj se zápallem. Ovšem parazité nikam neodcházejí, nýbrž zůstávají v těle, a proto je zánět trvalý a stává se součástí života hostitele. Nemoc přechází do chronické formy. Jakmile se rovnováha, která „drží nemoc na uzdě“, naruší, zdravotní stav se prudce zhorší. V tomto stadiu člověk ztrácí životní sílu, je vyčerpaný, předčasně stárne, jeho život se znehodnocuje, zaplňuje chronickými nemocemi a zkracuje.

Z toho vyplývá, že každý člověk by měl po celý život z preventivních důvodů pravidelně vykonávat očistu organismu a průběžně se zbavovat parazitů.

Podle údajů ruského státního statistického úřadu Goskomstat z roku 1993–1997 v Rusku každoročně zemře na infarkt sedm set tisíc lidí a na rakovinu dvě stě padesát tisíc. Parazité tedy požírají hojnou úrodu - kolem milionu lidských životů! Pokud se nechcete stát jejich obětí, očist'ujte a detoxikujte si organismus! Zbavte své tělo toxinů a dbejte i na očistu a detoxikaci u svých nejbližších.

Třetí kapitola

Faktory, které působí na parazity

Nejdůležitější je *imunita člověka*, neboť ta rozhoduje, zda se v organismu vyvine prostředí příhodné, či nepříhodné pro život a vývoj parazitů. Pokud má člověk silnou imunitu, pak má i při silném nakažení cizopasníky dost sil i prostředků, aby se s nimi vypořádal a nedal jim žádnou příležitost k uhnízdění. U člověka se slabou imunitou je to jinak: stačí malá infekce - a parazité se na něho doslova nalepí. Při důkladné analýze jakéhokoliv antiparazitárního léčebného programu zjistíme, že se zakládá především na práci S imunitou. Jak se dá s imunitou pracovat a v čem spočívá podstata jejího antiparazitárního účinku?

Parazité žijící uvnitř organismu (endoparazité) pokládají za své životní prostředí organismus člověka, a především orgán nebo tkáň, v níž pobývají. Víte, ve které části těla se v organismu parazité usazují nejvíce? Je to *tekuté prostředí organismu*: krev, lymfa, mezibuněčná a nitrobuněčná tekutiny, žaludeční a střevní šťávy, žluč, moč a některé žlázné sekrety.

Organismus se však před nimi dovede bránit už na úrovni tekutin. Především to vidíme na specifických vlastnostech a struktuře vody. Struktura a vlastnosti

vody vycházejí z energetických specifik organismu a krystalové mřížky tekutých krystalů.

Tělesný zápach vypovídá o energetických zvláštěnostech jedince nejvíce. Svaté a vysoce duchovní osoby, a také zdravé, detoxikované osoby, které se správně stravují (především rostlinnou potravou), mají jemný tělesný zápach. Ba dá se říct, že jde o vytříbené aroma, jež někdy mírně připomíná kadidlo a jindy prostě příjemně voní. To platí o pachu veškerých lidských exkrementů: pot má svěží vůni, kal páchne jako povidla a moč má svérázné, nicméně příjemné aroma.

Lidé si už v dávných dobách všimli souvislosti mezi energetikou těla, zápachem a zdravím. Naučili se vědomě využívat různé vůně a také původce těchto vůní (rostlinný, živočišný a minerální materiál), aby si pozvedli energetiku a vylepšili zdraví. Co jim chybělo v organismu, to si brali z rostlinné biomasy. Tak se zrodila aromaterapie, léčba bylinkami nebo medová terapie.

Nyní si povíme o tom, jaké rostliny se hodí proti parazitům nejvíce. Ovšem otázka je poměrně obšírná: nejde jen o bylinky s antiparazitárními vlastnostmi, ale také o hořká tonika a protizánětlivé rostliny a bylinky, které stimulují trávení, zlepšují látkovou výměnu a mají další důležité vlastnosti. Dnes známe hodně bylinek i jejich účinků, ale je třeba mít na paměti, že rostliny s antiparazitárními vlastnostmi jsou jedovaté a mohou silně negativně ovlivnit organismus. Hořká tonika a protizánětlivé bylinky jsou nutné pro lepší detoxikaci organismu a očisty od vnitřních nánosů. Bylinky stimulující trávení jsou nezbytné pro

upevnění imunity a trávicích schopností. Toxiny, zahlnění, energetická stagnace - to všechno jsou blahodárné podmínky pro parazity a vznikají kvůli slabému a neúplnému trávení a střevní atonii. Výživné bylinky jsou nutné nejen kvůli zvýšení imunity, ale také kvůli odstranění následků léčby antiparazitárními bylinkami. neboť napomáhají obnově tkání, orgánů a funkcí poškozených parazity. Bylinky na zlepšení látkové výměny jsou zase nutné proto, abychom si rychleji vyčistili krev a lymfu od toxinů a mikroparazitů, zničili nádory a detoxikovali játra. Takový přístup umožňuje stabilní a bezpečné užívání antiparazitárních bylinek a dalších prostředků. Je nutné mít vždy na paměti, že profylaktická antiparazitární léčba se musí provádět pravidelně v průběhu celého života.

Rostliny proti parazitům a Místům

Největší antiparazitární vlastnosti mají *hořké* a *ostlic* bylinky. Bylinky s ostrou chutí pozvedají vnitřní oheň organismu a vysušují, proto by je osoby s tělesnou konstitucí žluči měly užívat nanejvýš opatrně. Je třeba se vyvarovat podráždění životního principu žluči. Hořké bylinky organismus naopak ochlazují a suší, proto by měly být obezřetné zejména osoby s tělesnou konstitucí větru. Nadužívání může vést k

Některé rostliny s antiparazitárními vlastnostmi jsou zvláště silné, například dýňová semínka. K dalším typickým přírodním antiparazitikům se řadí: hřebíček, granátové jablko, červená paprika, máta peprná, pelyněk hořký, pelyněk cicvárový, rouda, mateřídouška a česnek.

Hořká tonika

Hořká chuť má na tkáň organismu ničivý a zmenšující účinek. Právě tato vlastnost umožňuje vyvádět z těla ven toxiny, napomáhá očistě tkání a souběžně potlačuje a zpomaluje velkou část funkcí organismu.

Hořká chuť snižuje množství toxinů a vůbec všech nepotřebných látek v organismu. Hořké bylinky jsou tedy neoddelitelnou součástí procesu očisty, zklidnění, snižování žáru a odstranění následků léčení.

Hořká tonika nejen potlačují záněty, ale odstraňují i patogenní faktory a ničí infekce vyvolávající záněty. Vyvádějí ven parazity, hleny a toxiny, jež pronikly do organismu a vyvolaly tam záněty. Proto jsou nanejvýš vhodné při každém zánětu ze zahlnění, intoxikace a mikroparazitů (například při artritidě).

Snižují žár a brzdí tvorbu produktů oxidování a intoxikaci, ochlazují organismus a čistí krev od toxinů.

Kromě toho regulují funkce jater, snižují produkci žluči a kyselin v tele. a proto jsou vhodné při většině jaterních chorob - hepatitidě a žloutence, zejména v počátečním a akutním stadiu

Hořká tonika vysušují organismus, snižují podíl tuku a regulují látkovou výměnu sacharidů. Navíc upravují funkci sleziny, napomáhají očistě krve a jsou užitečná při *diabetes mellitus*.

Léčivá síla těchto bylinek z nich dělá vynikající antibaktenální, antivirové a protihlístové prostředky. Ale pozor, užívají se jen do okamžiku, dokud nejsou patogenní faktory zničeny - poté se jejich ničivá moc obrátí proti tkáním těla.

Spolu se schopností čistit krev mají také protinádorové vlastnosti a zmenšují benigní i maligní nádory. Mezi hořká tonika a přirozená antipyretika patří: aloe, dříšťál, hořec, topol a chininovník lékařský.

Výstraha! Hořké bylinky stimulují trávení, ale pouze v malých dávkách, a především u osob, které trpí horečkou a zimnicí. Jen zřídka se předepisují chronicky nemocným nebo oslabeným osobám. Ve velkých dávkách trávení naopak potlačují, zpomalují vstřebávání a narušují peristaltiku, vysušují tkáně a tělesné šťávy, vyvolávají svalové napětí, a dokonce spasmy.

Rostliny, které stimulují a podporují trávení

Rostliny stimulující trávení mají pálivou chuť a ohřívají. Posilují tělesný žár a nechávají rozplynout vnitřní chlad, podporují látkovou výměnu a krevní oběh.

Zvyšují trávicí oheň a mají mimořádnou schopnost odstraňovat hleny a nánosy toxinů. Zahřívají žaludek

a krev, zvyšují chuť k jídlu a zostřují vjemy. Upevňují imunitní systém a často mají antibaktenální a antiparazitární vlastnosti. Napomáhají vstřebávání potravy, a tím pádem i zvyšování tělesné hmotnosti. Skvěle se kombinují s ionizujícími a výživnými bylinkami a s potravou.

Ničí toxiny, a proto oslabují zánětlivé procesy. Dají se kombinovat s hořkými tonizujícími bylinkami a s bylinkami, které působí proti horečce.

Bylinky z této kategorie jsou doporučovány při nemocích, kdy je důležité zlepšit trávení, aby se netvořily toxiny a produkty odpadu z jídla, a také tehdy, když je potřeba rozehnat chlad, provést detoxikaci organismu, očistit jazyk od nepříjemného povlaku a obnovit látkovou výměnu nebo krevní oběh.

Koření, které stimuluje a napomáhá trávení

Hřebíček, hořčice, zázvor, skořice, červená paprika, cibule, česnek, křen, černá paprika.

Výstraha! Nedoporučuje se při nemocích, kdy dochází k dehydrataci organismu nebo nedostatku tekutin, ani při zánětlivých procesech na sliznici.

Jak připravit a užívat rostliny s antiparazitárním účinkem

Z čerstvých bylinek se získává šťáva, odvar a studený nebo teplý výtažek. Největší působnost mají šťávy, nejnižší studené výtažky. Ze sušených bylinek se připravuje prášek, odvar a výtažek.

Čerstvé šťávy

Šťavu získáme z bylinky následujícím způsobem: čerstvě utrženou rostlinu roztlučeme na drť a vymačkáme z ní přes kousek tkaniny nebo odšťavovačem šťávu.

Slabší přípravek získáte ze sušených bylinek, ze kterých rovněž vytvoříte drť nebo prášek, a přidáte množství vody jež převyšuje hmotnost sušiny přibližně dvojnásobně. Necháte čtyřicet hodin odstávat a vymačkáte, čímž získáte kvalitní náhražku šťávy.

Odvar

K přípravě bylinkových odvarů se nejvíce hodí kořeny a stébla rostlin, kůra stromů a čerstvé i sušené plody. Získání léčivých látek z pevných a suchých částí rostlin totiž vyžaduje delší dobu. Existuje však jedno obecné pravidlo přípravy odvarů: na jednu část sušených bylinek se bere šestnáct částí vody, čili patnáct gramů bylinek na dvě stě padesát mililitrů vody. Odvar se nechá vřít na slabém ohni, dokud se voda nevypaří na jednu čtvrtinu prvotního objemu (ze čtyř částí prvotního objemu odvaru tedy zůstane jen jedna část). Poté se nápoj scedí a je fakticky hotový a vhodný k užívání. Vyvařování vám sice zabere několik hodin, ale zato získáte nasycený přípravek s vysokou léčebnou silou.

Potřebujete-li slabší odvar, připravíte jej stejným způsobem, ale necháte vodu vyvřít na polovinu původního objemu: proces také bude trvat kratší dobu. Pro hodně slabý odvar stačí odpařit vodu na tři čtvrtiny objemu.

Odvar použijte jen jednou a poté jej vylijte.

Připravujete-li odvar z různých částí rostlin, jemných (květy, listy) i hrubých (kořeny, kůra) dohromady, je třeba jemnější části přidat později. Například začnete vyvařovat kořeny, necháte vodu vyvřít na polovinu prvotního objemu a přidáte květy a listy, načež odpaříte na jednu čtvrtinu prvotního objemu.

Výtažek

Výtažek bývá studený (výluh) a teplý (nálev). Výluh se dělá z jemných částí rostlin (listů a květů) a ze šťavnatých rostlin. Je vhodný pro zpracování aromatických a velmi jemných bylinek, zejména takových, které mají ochlazující nebo osvěžující účinek, například máta, jasmín a také většina koření, protože se při varu rozpadá a vyprchávají z něj éterické oleje (a tudíž se snižují jejich léčebné vlastnosti).

Pudil vody a sušiny ve výtažku je jedna ku osmi, tedy například na dvě stě padesát mililitrů vody se použije třicet gramů bylinek. Ty se vyluhují jednu až dvanáct hodin ve studené vodě. Bylinky je třeba velmi dobře rozmělnit na nepatrnou drť (v případě čerstvých surovin) nebo na prášek (v případě sušených). Studený výluh se užívá k ochlazení těla při horečce, v krizi a k normalizaci funkcí jater.

Teplý nálev se získává vyluhováním bylinek v horké vodě, které trvá od třiceti minut do dvanácti hodin. Pak se nápoj scedí a užívá, přičemž platí, čím déle se nechá přípravek odstát, tím je silnější.

Prášek

Většina bylin s antiparazitárními vlastnostmi je pálivá anebo ostrá, a proto je lepší užívat je ve formo prášku. Pro pohodlnou konzumaci se z nich pak

dají utvořit pilulky, které se dělají tak, že prášek vsypete do něčeho měkkého, například chlebové střídy, a polknete.

Sušené bylinky se dají mlít v mlýnku na kávu nebo jiném přístroji, aby se z nich udělala velejmná drť, ale nedoporučuje se z nich tlouct prášek. Necht' zůstanou jako droboučké částičky, které v trávicím traktu vlivem žaludečních a střevních šťáv nabobtnají a pomalu vám budou dodávat fytoncidy.

Prášek se připravuje bezprostředně před užitím, nikdy ne s předstihem, protože fytoncidy z mletého přípravku vyprchají rychleji než nemletého.

Bylinky v prášku mají silnější účinek než odvary, výluhy a nálevy. Tekuté přípravky se totiž v žaludku a tenkém střevu rychle vstřebají do krve, a proto nikdy nemohou „dosáhnout“ na parazity, kteří obývají dolní části trávicího ústrojí. Prášek naopak prochází celým zažívacím traktem, a dokonce se umí „schovávat“ v ohybech a zákoutích střev, v nichž se hromadí toxiny, produkty odpadu, kousky kalu a zbytky denaturovaných jídel, které střevní parazité milují a mezi nimiž se jim dobře žije. Usazený prášek je z těchto úkrytů vyžene.

Olej

Léčivé oleje se připravují z rostlinných olejů a bylinek. Zpravidla se používá slunečnicový nebo olivový olej. Oleje působí zejména na kůži, krev, plíce a tlusté střevo.

Základní metoda přípravy léčivých olejů je následující: jednu část bylinek vaříte na slabém ohni se čtyřmi částmi oleje a šestnácti částmi vody (poměr

1:4:16) čtyři až osm hodin, dokud se veškerá voda nevyvaří. Že je olej už hotový, to zjistíte tak, že do něj kápnete vodu a ta začne prskat.

Alternativní metoda spočívá v tom, že připravíte nejprve samotný odvar z bylinek. Ten potom smícháte s olejem ve stejném poměru a vaříte tak dlouho, dokud se veškerý odvar nevyvaří. Některé aromatické bylinky, méně citlivé na ohřev, jako například červená paprika, hřebíček nebo hořčice, se přidávají přímo do oleje a směs se vaří několik hodin na slabém ohni. Také některé čerstvé šťávy, kupříkladu česneková, se dají míchat se stejným množstvím oleje a vařit do úplného vypaření veškeré vody. Je třeba však být opatrný, aby se nepřevařila.

Nádobí k přípravě léků

Rostliny je vhodné připravovat v hliněném nádobí, neboť je to spřízněný materiál: ony samy rostou v hlíně. Pokud takové nádobí nemáte, použijte smaltované. Odvary, výtažky a šťávy získají dodatečné antibakteriální vlastnosti, pakliže použijete nádobí z kovu. Mosaz či stříbro organismus ochlazuje. Měděné nádobí má baktericidní schopnosti a vysušuje organismus, naproti tomu antimikrobní schopnost stříbra se dá využívat při jaterních infekcích. Pro vyčerpané osoby s oslabenou krvetvorbou se hodí železo. Hliníkové nádobí se pro přípravu jídel vůbec nehodí.

Obecně se má za to, že léčebné přípravky, jako jsou odvary, které se musí vařit, by se měly vařit na pravém ohni, nejlépe přirozeném plameni syceném dřevem (spíše než na plynovém vařiči). Elektrický sporák se

nehodí, protože tento způsob ohřevu ničí vnitřní strukturu aktivních prvků.

Jak zavádět antiparazitární prostředky do těla

Antiparazitární prostředky zavádějte do těla pitím, klystýry, kůží a dýchacími orgány. Většina z nich se přijímá ústy. Efektivitu antiparazitární léčby zvyšuje cvičení šankprakšalána. Kombinace užívání nízce koncentrovaných antiparazitárních přípravků s hojným pitím slané vody ničí a ihned vyvádí z těla uhybnulé a oslabené parazity.

Na druhém místě v důležitosti jsou klystýry: jejich obsah se velmi dobře vsakuje v tlustém střevě, které obývá řada parazitů. Klystýrů existuje velké množství a různé typy:

- Klystýry s výtažkem pálivých rostlin, například s česnekem a cibulí, odstraňují bloky energie a čistí tlusté střevo od hlenů, kousků stolice a parazitů.
- Klystýry s léčivými oleji a výtažky z bylinek změkčují tlusté střevo i celý organismus, takže se z něj lépe odstraňují toxiny. Kromě toho jsou výživné.
- Klystýry se sladkými, trpkými a hořkými bylinkami se hodí při zánětech a tlustého střeva.
- Klystýry s močopudnými bylinkami stimulují vylučování moči, protože ledviny a tlusté střevo sousedí.

Některé prchavé látky snadno pronikají póry kůže a vyhánějí parazity. Výsledek poznáte, pokud si do koupele přidáte několik kapek anýzu.

Doba, vhodná k přijetí antiparazitárních prostředků

Když se bylinky užívají půl hodiny až hodinu před jídlem, mají vliv na tlusté střevo a spodní část těla, a tím podporují vylučovací funkci. Odsud pramení pravidlo: antiparazitární, projímavé a močopudné prostředky, přípravky na uvolnění menstruace a také bylinky působící na tlusté střevo, ledviny nebo pohlavní funkci je třeba užívat před jídlem.

Bylinky užívané s jídlem ovlivňují žaludek i tenké střevo a napomáhají trávení. Odsud vyplývá druhé pravidlo: antiparazitární prostředky působící na trávení, žaludek, slezinu, játra nebo tenké střevo je třeba užívat s jídlem.

Bylinky, jež se užívají po jídle, mají vliv na horní část těla (plíce, krk, hlava). Odsud získáme třetí pravidlo: bylinky ovlivňující horní část těla a s antiparazitárními účinky, na odkašlávání, na posílení nervů, na plíce, srdce a mozek, je třeba užívat po jídle.

Střevní parazité jsou nejaktivnější v noci, a proto by se bylinky proti hlístům měly užívat v čase od půlnoci do tří hodin ráno.

Malé dávky antiparazitárních bylinek můžete přidávat do každého jídla.

Během ozdravovací kúry proti parazitům dutiny ústní konzumujte suché bylinky (například pelyněk): lehce rozžvýkejte, spojte se slinami a pak si jimi napěchujte tváře jako sysel. Tak dosáhnete stálého působení na cizopasníky usazené v dutině ústní v prostoru mezi zuby, na mandlích a v krku (má to vliv na celou hlavu).

Důležité informace o antiparazitárních rostlinách

Hřebíček celý

Indikace: parazité, nachlazení, kašel, astma, špatné trávení, bolesti zubů, nevolnost, zvracení, laryngitida, faryngitida, snížený arteriální tlak a impotence.

Kontraindikace: hypertonie, zánětlivé procesy.

Prostředky: výtažek (nesmí vřít), prášek nebo nemitá semena (od dvou set padesáti do pěti set miligramů).

Hřebíček efektivně působí na parazity a jejich vajčka, stimuluje plíce a žaludek. Dezinfikuje lymfatickou soustavu a likviduje chlad. Eterický olej z něj tlumí bolesti.

Granátové jablko

Využívané části: semena, slupka semen, kůra kořene.

Indikace: hlísti (kulatí, drobní, a zejména tasemnice), bolesti v krku, vředy, kolitida, průjem, záškrť, výhřez konečníku nebo vaginy, bílý výtok, zánět spojivek, anémie, chronická bronchitida a tuberkulóza.

Prostředky: odvar, prášek (od dvou set padesáti do pěti set miligramů), čerstvá šťáva.

Červená paprika

Prostředky: výtažek, prášek (v malých dávkách od sta do pěti set miligramů).

Paprika je silným stimulem pro trávicí i soustavy i krevního oběhu. Efektivně likviduje vnější i vnitřní chlad, je vhodná při srdeční slabosti, spalování toxinů v tlustém stěvě a při vylučování parazitů. Červená a Černá paprika mají obdobné vlastnosti, ale ta první působí silněji při krátkodobém a slaběji při dlouhodobém užívání.

Pelyněk hořký

Popis: víceletá travnatá rostlina dorůstající do výšky jednoho až půldruhého metru. Zpravidla mívá více stébel a jsou přímé, jen nahoře rozvětvené. Rostlina má velké zelené listy se stříbřitým nádechem o délce tři až patnácti centimetrů a šířce dvou až dvanácti centimetrů. Má růžové nebo načervenalé droboučké květy, jež tvoří vejcovité košíčky a okvětí. Kvete v červenci a srpnu, plody jsou maličká semínka bez chocholek.

Pelyněk hořký roste všude možně, v pustinách, na polích a mezích a fakticky je pokládán za plevel. Kvete v červenci a srpnu.

Pelyněk je nejvíce hořká rostlina na světě, její hořkost cítíme dokonce i ve zředěném roztoku v poměru 1:10 000. V antice dostávali vítězové olympijských her pelyňkový nápoj za odměnu. Římané připravovali z pelyňku výtažek na posílení žaludku, v Číně se zase nosily pelyňkové listy v sandálech, neboť se věřilo, že zvyšují chuť k jídlu. Mořeplavci jej užívali proti mořské nemoci. Rozčilený člověk může na uklidnění čichat ke svazku pelyňku anebo si jej položit pod polštář pro lepší spaní.

Pro lékařské účely se využívají květy (dobře rozvětvené, ale ne úplně vykvetlé), bylinky a někdy i kořeny, jež se vykopávají na podzim. Není třeba je mýt, suší se tak, jak byly vykopané, a poté se opráší štětcem.

Šťáva z pelyňku

Získává se v srpnu před rozvinutím květenství. Pelyňková šťáva upravuje funkci žaludku a jeho zvýšenou či sníženou kyselost. Splaskne po ní oteklé břicho a vyléčí se žaludeční katar. Je třeba užívat jednu polévkovou lžici šťávy s medem třikrát denně před jídlem. Čerstvá pelyňková šťáva kromě toho zastavuje vnější krvácení: namočte v ní obinadlo a naneste je na ránu.

Bioterapeutka A. I. Afanasjeva doporučuje provádět s pelyňkem totální detoxikaci organismu. Šťáva čistí organismus od prvoků a dalších mikroorganismů, jednobuněčných bičíkovců, hemolytického stafylokoka, kočičích lamblí, bičenek a dalších. Všichni tito parazité narušují látkovou výměnu, způsobují zápal tenkého střeva a různé jaterní nemoci, ucpávají žlučovody, provokují kožní nemoci (k nimž se řadí diatéza, alergie, kopřivka, ekzém, psoriáza a další) a v neposlední řadě vedou také k nemocím z nachlazení s hojným vylučováním hlenů. Jak ukázala praxe, většina lidí má organismus v důsledku špatné výživy a nesprávného životního stylu zahleněný. Velmi účinné jsou výplachy pelyňkem spolu s pravidelným pitím odvarů a pelyňkového sirupu a je třeba je provádět pravidelně. Hořká chuť pelyňku je sama o sobě stimulační, neboť zlepšuje životní tonus a všechny životní činnosti.

Pelyňkem proti Místům

Proti roupům zabírají klystýry z pelyňkového výtažku, jež se zavádějí do těla po vypuzení stolice. Přidává se do nich česnek: v jedné sklenici výtažku uvařte jednu česnekovou hlavičku.

V lékařské praxi se využívají okvěti cicvárového pelyňku, který je silně protihlistový a vyhání roupů i škrkavky. Květy rostliny se usuší, roztlučou v hmoždíři a užívají se (po předchozí přípravě pacienta) ve směsi s cukrem, zavařeninou, medem a sirupem. Dávkování pro dospělé: během dvou dnů se užívá pět gramů pelyňku třikrát denně půl druhé hodiny až hodinu před jídlem. Po příjmu poslední dávky se pacientovi na noc dává projímadlo.

Řolníci v dávných dobách přidávali cicvárový pelyňek do košťat na zametání chalupy nebo jej kladli pod rohožku, aby odháněl štěnice a blechy.

Chcete-li se zbavit bradavic, potírejte si je odvarem nebo šťávou z pelyňku.

Kontraindikace: pelyňek je v zásadě jedovatá rostlina a je zakázáno jej užívat v těhotenství a při žaludečních vředech. S pelyňkem se to nesmí přehánět, obzvláště opatrné by měly být osoby s chudokrevností. Nadměrné užívání pelyňku, dokonce i v malých dávkách, může způsobit křeče, křečovitě záchvaty, halucinace nebo i psychické potíže.

Cesnek

Vlastnosti: stimuluje, uvolňuje plyny, zlepšuje látkovou výměnu, zlehčuje odkašlávání, je antispazmatický, protihlistový, dezinfikuje a omlazuje.

Indikace: parazitární infekce, nachlazení, kašel, astma, srdeční choroby, hypertonie, zvýšená hladina cholesterolu v krvi, ateroskleróza, zrychlený pulz, kožní nemoci, revmatismus, hemoroidy, otoky, impotence a hysterie.

Přípravky: nálev (nevaří se), prášek (od sta do pěti set miligramů), šťáva, olejový nálev.

Jak již bylo zmíněno - česnek omlazuje a dezinfikuje. Navíc očisťuje krev a lymfu od toxinů a vyhátní z nich kolonie mikroparazitů, a nejen z nich, také ze žaludku, střev a celého trávicího traktu. Vynikající účinek mají česnekové klystýry, protože zabíjejí parazity přímo v tlustém střevě.

Výživou proti parazitům

Stav vnitřního prostředí organismu nejvíce ovlivňuje stravování. Na tom, co jíme, záleží, jaká budeme mít střeva, tělesné dutiny i kůži. Jídlo samozřejmě působí i na parazity: nejvíce jim vyhovuje vydatná, ba přímo nadměrná, chaotická a smíchaná strava obsahující hodně sladkostí. To je ideální prostředí pro rozmnožování virů, hlístů, roupu a dalších. Odsud vyplývá: bez úpravy jídelníčku a změny stravovacích návyků se parazitů nezbavíte.

Učinite první krok a přestaňte se přejídat. Jezte jen takové množství, které je pro váš organismus optimální. Stravování musí mít řád a nesmí být chaotické. Jezte dvakrát až třikrát denně a mezi jídly nic nemlste. A také mějte na paměti, že správnému trávení

je třeba pomoci. Dodržujte pár jednoduchých pravidel: tekutiny se pijí před jídlem, jako předkrm si dejte čerstvou nebo dušenou zeleninu, případně salát a po předkrmu bílkovinné nebo sacharidové hlavní jídlo. Trávení bude jednodušší, organismus se tolik nevyčerpá a nebudou se tvořit toxiny ani odpadní látky. A poslední pravidlo: do jídelníčku je nutné zařadit jídla obsahující biologicky aktivní prvky a další důležité živiny, které jsou nezbytné pro uchování zdraví.

Jak by se člověk měl stravovat, aby se zbavil parazitů všeho druhu a vyhnal je z organismu? Provedeme několik úprav předcházejících pravidel.

První úprava stravovacích pravidel

Mikroparazité se často drží v krevní plazmě. Abyste je mohli vypudit, musíte nasycit organismus křemíkem a tekutinami z čerstvých rostlinných šťáv.

Ionty křemíku vytvářejí energeticky nabitě koloidní systémy. Koloidní systém z křemíku má specifický elektrický náboj, a proto má také zvláštní schopnosti: přitahuje, udržuje, ničí a vypuzuje z organismu viry i škodlivé mikroorganismy a vylučuje ven i jejich toxiny. Je to jako oligodynamický účinek: pozitivně nabitě ionty se propojují s aktivními centry bakterií, které jsou na povrchu buněčného povrchu nabitě negativně. Tím zablokují aktivní centra bakterie, skrze něž probíhá její látková výměna a jimiž si vyměňuje energie s okolním prostředím. To znamená pro patogenní mikroorganismy jistý úhyn.

Křemíková voda. Chutná a je stejně svěží jako čirá pramenitá voda z přírodního zdroje, má čistotu a strukturu pramenité a baktocidní vlastnosti stříbrné

vody. Koloidní roztok křemíku vsakuje cizorodé prvky: viry chřipky, hepatitidy, polyartritidy, revmatismu, dysbakteriózy - plísně, konidie²⁴, kvasinky i další škodlivé mikroorganismy a následně je zničí v krvi i ve střevech.

Pokud má lidský organismus dostatek křemíku, znamená to, že je dostatečně silně chráněn před viry i mikroparazity. Nedostatek je vždy možné doplnit a nejrychlejším způsobem je příjem kaolinové bílé hlíny: během deseti až dvanácti dnů procedury se obsah křemíku v organismu ustálí na normě.

V organismu, dostatečně nasyceném křemíkem, lépe probíhá očista jater a rozpouštějí se tvrdé vápené odpadní látky kameny. Hlína napomáhá hloubkové očistě - pohlcuje toxiny a které se vylučují během očištění procesu, a snižuje riziko otravy při antiparazitárním léčení.

Denní dávky hlíny: pro dospělé jedna čajová lžička na sto padesát mililitrů vody, pro děti do dvanácti let půl čajové lžičky na sto padesát mililitrů vody.

Roztok hlíny je nejlepší připravit na noc a ráno jej vypít. Čajovou lžičku hliněného prášku nasype do sklenice, přelijte uvedeným množstvím vody, rozmíchejte a nechte odstát. Ráno se pije na lačný žaludek, někdy i před spaním a půl hodiny před jídlem.

Hliněný roztok se dá před konzumací dynamizovat, tedy nasytit energií. Vezměte další sklenici, desetkrát až dvacetkrát přelijte její obsah z jedné nádoby do druhé, čímž se roztok dodatečně dodatečně nasytí energií, a ihned poté vypijte.

Léčebný cyklus s hlínou trvá tři týdny, další kúry jsou desetidenní a provádějí se jednou do měsíce.

Potřebujete-li velmi rychle dodat organismu křemík, zvyšte dávku hlíny na dvě až tři lžičky denně. Na léčebném kurzu Naděždy Semjonové pacienti během dvou týdnů konzumují dvě stě padesát gramů bílé hlíny.

Zvýšit si zásoby křemíku v těle můžete i stravováním: celozrnnými potravinami a vlákninou z ovoce a zeleniny. Hodně křemíku má například přeslička rolní. Padesát až šedesát gramů bylinek nasype na kus gázy, zavažte do uzlíku a ponořte do nádoby s vodou. Poté nechte projít varem, dejte na tři až čtyři hodiny odstát a získanou vodu použijte na vaření.

Vynikající vlastnosti má čerstvá okurková a papriková šťáva, neboť obsahuje vysoce kvalitní a snadno vstřebatelný křemík. Obě se dají kombinovat s mrkvovou šťávou, například v poměru čítajícím třicet procent okurkové a zbytek mrkvové šťávy; směs bude chutnější. Stejným způsobem se připravuje směs se šťávou z papriky.

Jak víme z předchozích stránek, rostlinné šťávy jsou samy o sobě antiparazitární. Jako předkrm si místo čerstvé či dušené zeleniny dejte tři sta až pět set gramů čerstvě vymačkané zeleninové šťávy a poté přistupte ke druhému chodu.

Druhá úprava stravovacích pravidel

Parazity je třeba odříznout od výživy, pak se přestanou množit. Po dobu léčby nejezte živočišnou bílkovinnou stravu - maso, vejce, ryby ani mléko. Vylučte veškeré průmyslově vyráběné pečivo a další produkty

obsahující kvasnice. Pamatujte: sladkosti, kromě přirozených jako med a čerstvé šťávy, jsou tabu. Jinými slovy, přejděte na přírodní stravování a vylučte kulinářské zbytečnosti.

Lékaři zjistili, že se zdravotní stav obyvatel se pravidelně zhoršuje po velkých svátcích, při kterých se slavnostní stoly prohýbají pod tíhou různých dobrot a vévodí jim sladkosti. Horší se zejména nemoci z nachlazení a rýma, u žen gynekologické obtíže. Proč? Parazité se nasýtí různými laskominami a začnou se intenzivně rozmnožovat, čímž podnítí dřímající chronické nemoci svých hostitelů a vyvolají jejich recidivu.

Parazité nemají rádi potraviny zelené a červené barvy, zejména jim nesedí chlorofyl. Nesnášejí hořké a pálivé pochutiny. Většina lesních plodů červené barvy jsou silnými antiparazitiky; například klikva, a zejména klikvová šťáva, okamžitě hubí bičenky. Podobné vlastnosti mají ostružník moruška, borůvky, fíky, maliny, citrony, tomel a granátová jablka.

Už jsme hovořili o tom, jak jsou některé pálivé a hořké druhy zeleniny užitečné. Obyčejné syrové zelí spolehlivě vyhání hlísty, kyselé zelí pak ničí všechny druhy parazitů usazené v organismu.

Různé oleje obsahující koncentrované fytoncidy mají rovněž silné antiparazitární vlastnosti. Nejlepší jsou z tohoto hlediska oleje z hořčičných, dýňových a melounových semínek. Doporučuji užívat třikrát denně jednu čajovou lžičku před jídlem anebo při jídle. Vhodným doplňkem jídelníčku jsou některé minerální přísady, například sušené mořské řasy či zelené sladkovodní rostliny, kupříkladu řasu spiruliny.

Jsou to vaši pomocníci v boji s parazity. Organismus posilují rovněž biologicky aktivní prvky a minerály, a on tak může úspěšně čelit vnějšímu náporu parazitů všeho druhu.

Třetí úprava stravovacích pravidel

Při prvních příznacích parazitózy je nutné okamžitě přestat konzumovat živočišné tuky a bílkoviny, maso, ryby, drůbež či mléko a důrazně omezit spotřebu soli, cukru, krupic, bujonů, kávy, bonbonů a potravin s kvasnicemi (chléb, kvas, pivo, vodku). Nevhodné jsou potraviny v solném nálevu a marinované produkty, neboť přikrmují infekci. Naopak nezbytné jsou rostlinné bílkoviny. Obsahují je ořechy, semena, houby, zelené listy a další. Příznivě působí kaše připravované na vodě, saláty a dušená zelenina. Jezte co nejvíce čerstvé zeleniny, pijte čerstvě vymačkané zeleninové šťávy (zejména mrkvovou) a jezte ovoce.

Probiotika

Na organismus dále blahodárně působí mléčné kysané výrobky s *probiotiky*. Probiotika jsou bakteriální mikroorganismy sídlící v trávicím ústrojí. Právě ona produkují specifické látky, díky nimž je možné udržovat proces trávení, podporovat imunitu a bránit rozvoji choroboplodných bakterií.

V lidském organismu sídlí dva typy probiotik: *lactobacillus acidophilus* a *bifidobacterium bifidum*. Existuje i třetí podobný druh bakterií *lactobacillus bulgaricus*, který se v lidském těle trvale neusazuje, ale je velmi prospěšný. Dostává se do něj z kyselomléčných výrobků. Probiotika léčí celou řadu různých nemocí včetně infekcí trávicího traktu, vaginální kandidózy,

infekcí močových cest, uhrů, vyrážek či žaludečních potíží. A hlavně posilují obranyschopnost organismu.

Uvedené druhy bakterií jsou běžnou součástí mléčných kysaných výrobků, k nimž se řadí kyselé mléko, jogurty a podobně. Pokud je váš jídelníček bohatý na polysacharidy, potažmo na ovoce, zeleninu a celozrnné výrobky, bifidobakterie se budou rozmnožovat. Naopak je třeba dávat pozor na antibiotika, alkohol a prudké změny jídelníčku, protože mohou citlivé bifidobakterie zahubit.

Mějte vždy na paměti: při kvalitativních a kvantitativních změnách probiotik následují patologické změny ve prospěch cizopasných mikroorganismů. Nejprve vznikne dysbakterióza a později těžší nemoci nevyjímaje onkologické. Podle údajů Ruské akademie lékařských věd trpí devadesát procent dospělých Rusů různou formou dysbakteriózy, a dokonce i pětadvacet procent kojenců.

Ctvrtá úprava stravovacích pravidel

Většina léků, zvláště při dlouhodobém a častém užívání, negativně ovlivňuje schopnost organismu vstřebávat minerály a vitaminy a potlačuje přirozenou střevní mikroflóru (a u žen poševní). Proto se podíváme, jaké nejčastější vedlejší efekty mají některé hojně užívané medikamenty.

Vedlejší efekty některých léků

- *Aspirin* - dráždí sliznici žaludku, způsobuje nevolnost a zvracení, vnitřní krvácení a zvonění v uších, blokuje vstřebávání vitamínu C a B9, a výjimečně vyvolává dokonce alergické

reakce. Proto během léčby aspirinem **hodně** konzumujte potraviny nasycené vitamínem C - zelený salát či šípkový odvar*.

- *Antibiotika* - škodí běžnému bakteriálnímu prostředí v organismu a zpomalují proces regenerace tkání. Častým vedlejším efektem u žen je plísňová infekce pochvy, průjem a jiné neduhy. Při léčbě antibiotiky jezte hodně jogurty a pijte kysané mléko, protože obsahují správnou živou kulturu - životně nezbytné bakterie.
- *Kortizol* - je znám také pod názvem Hydrokortizon. Lékaři jej nasazují jako součást léčby u některých nemocí autoimunního charakteru: artritidy, tuberkulózy kůže a alergií. Kortizol narušuje vstřebávání vápníku v těle a způsobuje lámavost kostí. Zabráníte tomu tím, že budete jíst celozrnné potraviny bohaté na vitamín D a tvaroh, který má hodně vápníku. Ráno na lačný žaludek můžete konzumovat kvasnice. Na zpevnění kostí je dobrý pohyb a fyzické cvičení, proto jimi neopovrhujte.

Buďte vždy opatrní, abyste se nenakazili parazity prostřednictvím potravin. Ovoce, zeleninu a byliny vždy pečlivě omyjte pod tekoucí vodou. Byliny se důkladně očistí ve třech etapách: nejprve odřežte kořínky a další nejedlé části: pak každou rostlinku důkladně omyjte pod proudem tekoucí vody v umyvadle a na konec ji dejte do velké nádoby, například mísy nebo kastrolu. Dolijte vodu, aby v ní zeleň plavala, a znovu opakovaně promachejte.

* V ČR je podávání aspirinu zakázáno dětem kvůli jeho schopnosti příliš ředit krev - pozn. red.

Analogicky umyjte veškeré ovoce, zeleninu a lesní plody, které nebudou tepelně zpracovány. Mrkev a brambory myjte obzvlášť precizně; poté je usušte, pak vložte do lednice a uchovávejte v chladu. Mimochodem si pamatujte, že lednice musí být vždy dokonale čistá.

Pořídte si do kuchyně soupravu prkýnek a nožičků - některé na zeleninu a zelené potraviny, které se nevaří, další na chleba a třetí na zeleninu, kterou budete vařit, například přidávat do polévky. Další sadu mějte na syrové maso a jinou na vařené. Dbejte na to, aby se vám během vaření na jídelním stole nehromadily odřezky, různé polotovary a špinavé nádoby.

Dělená strava předpokládá správnou kombinaci potravin a konzumaci produktů s vysokým obsahem biologicky aktivních látek a fytoncidů. Za těchto podmínek se v trávicím traktu obnoví správné vnitřní prostředí, normalizuje se mikroflóra a zvýší jak imunita střev, tak celého organismu. Ve zdravém trávicím ústrojí se silnou obranyschopností není pro parazity místo a oni v něm prostě nepřežijí.

Detoxikací organismu proti parazitóze

Důležitou charakteristikou celého organismu, jednotlivých orgánů i tkání je *míra intoxikace* určitým prvkem, který mají rádi cizopasníci. Z toho vyplývá, že očista celého organismu, jednotlivých orgánů či useku těla je nezbytně důležitá.

Očista organismu by se měla držet schématu, provedeného staletími:

- očista tlustého střeva
- očista jater
- očista tekutého prostředí

Očista zde znamená, že je třeba vypudit parazity z tlustého střeva, jater a tělních tekutin. Proto je **potřeba** do hlavních očistných komponentů, oleje a vody, přidávat různé antiparazitární a stimulující bylinky, koření a další látky. Očista organismu pak bude **úplná** a vskutku efektivní.

Do očistných klystýrů, které se zpravidla připravují ze dvou litrů vody, přidejte klikvovou šťávu, vlašovičnick (jednu nebo dvě polévkové lžíce), případně **pelyňkový** odvar (jednu nebo dvě polévkové lžíce) či česnekovou nebo cibulovou šťávu (jednu nebo dvě polévkové lžíce). Přidává se také stará urina se silným zápachem čpavku (padesát až sto mililitrů) nebo pět až deset kapek Lugolova roztoku. Aby se toxická voda nevstřebávala zpět stěnami tlustého střeva, přidejte do klystýru jednu nebo dvě lžičky soli. Velkolepý účinek má voda nasycená křemíkem a antiparazitárními bylinkami.

Při elektrolýze se voda mění na kyselou neboli mrtvou a alkalickou čili živou. Oba druhy vody jsou skvělými pomocníky člověka v boji s hrozivými infekcemi, chronickými nemocemi a různými parazity.

Očista jater: používá se olivový olej s pelynkem, hořčicí, hřebíčkem a dalšími prvky, které efektivně působí na krevní, jaterní a ledvinové parazity. Metodám míchání olejů a dalších léčivých složek jsme se věnovali dříve. Podobně se připravují i kloktadla na vyplachování úst, na miniklystýry, vaginální **výplachy** a k zevnímu upotřebení.

Sedm pravidel, jak se připravit na komplexní očistu

Praxe ukázala, že pro správnou očistu je nezbytné organismus předem správně připravit, především jej změkčit a zbavit se nemocí, které očištnému procesu brání. K takovým neduhům patří hemoroidy a kýla proto je nutné nejdříve odstranit je. Je-li organismus příliš suchý, kousky stolice jsou vysušené a musí se nejdřív změkčit. Co přesně znamená, že se tělo musí připravit na očistu od parazitu?

1. Odstranění prasklin konečníku, zlepšení funkce slinivky břišní

Do láhve s objemem dvou set padesáti mililitrů nalijte dvě stě mililitrů teplé převařené vody a přidejte čtyři lžičky Befunginu. Roztok uchovávejte v lednici a užívejte jednu polévkovou lžici třikrát denně před jídlem. Cyklus trvá od jednoho do pěti měsíců, teprve poté je možné se plně uzdravit.

2. Pupeční kýla

Pupeční kýla se u dospělých léčí následovně: do kravského mléka o objemu padesáti mililitrů kápněte sedm kapek terpentýnového oleje. Užívá se jedna polévková lžice dvakrát denně, ráno a večer, na lačný žaludek: směsí potřete také bolestivé místo s kýlou.

U novorozenců: scedí se jedna polévková lžice mateřského mléka, do níž se přidá jedna kapka terpentýnového oleje. Užívá se jako u dospělých a zbytkem se potírá bolestivé místo. U dvouletých až tříletých dětí se na jednu polévkovou lžici mléka přidávají dvě kapky terpentýnového oleje. Léčba trvá sedm dní, potom

se udělá malá přestávka (tři až pět dní) a dále se v kure pokračuje šest až sedm měsíců.

U malých dětí zpravidla dojde k vyléčení a kýla úplně zmizí. Dospělým se omývá dolní část břicha vodou s rozpuštěným jablečným octem, aby se kýla dále nešířila. Na kýlu samotnou se na půl hodiny přikládají teplé obklady z dubové kůry.

3. Silné vyčerpání, vředy se zvýšenou kyselostí a slabé nadledvinky

Vezměte deset slepicích vajec a dobře je promyjte v teplé vodě. Dále budete potřebovat kilogram kvalitního másla, půl kilogramu medu a dvě stě padesát mililitrů kysaného mléka. Smíchejte s celými vejci (nerozbíj et) a postavte na teplé místo, kde směs bude stát, dokud se vaječná skořápka nerozpustí. Potom důkladně promíchejte a užívejte třikrát denně jednu polévkovou lžici.

4. Zvracení

Nakrouhejte česnek na maličké kousičky, zabalte do chlebové střídy a po kouscích spolkněte.

6. Hemoroidy

První způsob: naberte si do úst hořčičný prášek v objemu jedné čajové lžičky a nechte jej působit, dokud se nescvrkne do chuchvalce. Ten stále držte v ústech, aby se přirozeně rozplynul. Alternativně můžete nechat projít varem slunečnicový olej, pak v něm namočit tampon a zasunout si jej do konečníku.

Druhý způsob: čtyři polévkové lžice hořčice rozpustíte ve třech litrech vřelé vody, přelijte je do kbelíku a na ten si sednete. Zabalte se po pás do deky a vydržte tak deset minut. Opakujte dvakrát až čtyřikrát.

Třetí způsob: nasbírejte vlastní moč do smaltovaného kastrůlku, postavte na oheň a přiveďte do varu. Kastrůlek odstavte na místo, kde budete provádět prohřívání, například do kbelíku. Vysypte do uriny polévkovou lžici jedlé sody, omotejte se dekou a posaďte se na kbelík.

6. Zácpa

Provádí se ráno: zalijte dvě polévkové lžíce otrub sklenicí vařící vody a spařte. Když vystydnou, vodu slijte a kašovitou hmotu snězte na lačný žaludek.

Obyčejně se do pěti dnů zlepši trávení a do deseti dnů upraví i stolice. Otrubová léčba se dobře doplňuje s klystýry.

Některé osoby však dvoulitrové klystýry nesnáší nebo si je z nějakých důvodů nemohou dělat; pro ně máme náhradní řešení. Do litru vody přidejte polévkovou lžici lněných semínek, uveďte do varu a dvacet minut nechte vřít na malém ohni. Vývar ochlaďte, vlijte do Esmarchova šálku a přimíchejte dvě polévkové lžíce hořčičného oleje (alternativně použijte dvě stě mililitrů olivového oleje smíchaného s jednou čajovou lžičkou hořčicového prášku; směs se musí důkladně zamíchat). Léčebnou směs zaveďte na noc před spaním do konečníku.

Druhý den proceduru zopakujte, ale s větším množstvím vody (půldruhého litru) a půldruhou lžicí lněných semínek. Třetí den zkuste dva litry vody a dvě lžíce semínek, čtvrtý den si dejte pauzu. Pak se cyklus opakuje: od pátého do sedmého dne klystýry, osmý den přestávka, od devátého po jedenáctý den klystýry, dvanáctý den přestávka. Další opakování je mož-

né pouze podle nutnosti, zdravotního stavu a postupu v léčbě ještě třikrát, šestkrát nebo dvanáctkrát.

7. Léčebné hladovění

Léčebné hladovění s cílem zbavit se parazitu svá specifika: ukázalo se, že pro tyto účely je nejlepší hladovění s citronovou vodou. Do horké vody o teplotě padesáti až šedesáti stupňů Celsia vymačkejte citronovou šťávu, abyste získali mírně kyselý roztok (míru snesitelné kyselosti si každý člověk zvolí sám) a ten pijte při úplném hladovění místo vody. Alternativně místo citronu použijte kyselé lesní plody a ovoce, ty můžete sehnat dnes kdekoli a v libovolném ročním období. Proč jsou kyselá chuť a kyseliny z lesních plodů a dalšího ovoce tak zdravé? Protože rozpouštějí usazené toxiny a odpadní látky, okyselují organismus a zabíjejí patogenní mikroby i plísně. Navíc udržují játra neustále aktivní. Po ukončení hladovky funguje trávení mnohem snadněji, a navíc odpadá spousta dalších problémů, které doprovázejí tradiční ukončení hladovky.

Krátkodobé hladovění s okyselenou vodou doporučoval už Paul Bragg²⁵. Doktor Arakeljan dával přednost dlouhodobému hladovění s antistresovým přípravkem (spolu s citronovou šťávou). Vedoucí ozdravných kurzů z Taganrogu Taťána Abramovská tuto metodu praktikuje a má za sebou řadu úspěchů.

Nyní si uvedená pravidla shrneme: organismus se jeden až dva týdny připravuje k očistě a antiparazitární kúře: léčí se především místa, kudy do těla přicházejí antiparazitika a vylučují se toxiny. Dále začíná bezprostřední očista a vyhánění parazitů. Tyto dva proce-

sy zpravidla probíhají souběžně: organismus se čistí při provádění odpovídajících metod (očistné klystýry a šankpraktická: kdo si je osvojil, ten si touto technikou čistí játra a další orgány těla). Souběžně nemocný užívá léky a prostředky proti parazitům.

Zvýšení tělesné teploty

Vnější prostředí má na endoparazity vliv, ale nikoli přímý, nýbrž nepřímý prostřednictvím organismu hostitele. Parazity ubíjí *nenormálně zvýšená teplota organismu hostitele*, například po proceduře v páře, při horečce a podobně. Někdy u nemocných s horečnatými stavy dochází k samovolnému výstupu škrkavek ze střev. Při zvýšení teploty organismu hostitele se mění prostředí - není takové, jaké je pro původce nemoci typické.

Efektivitu léčby mikroparazitů zvyšují procedury v páře, kombinované s příslušnými antiparazitiky. V páře používejte košťata z pelyňku či březových a dubových listů. Dále doporučuji ohřev organismu teplými koupelemi s aromatickými přísadami z bylinek s antiparazitickými vlastnostmi.

Jedovaté látky

Proti cizopasníkům se používají různé jedovaté látky rostlinného (pelyněk, bolehlav), minerálního (chlorid rtuťnatý) a umělého (petrolej) původu, vždy v ne-

patrných dávkách a velmi opatrně. Potlačují a zabíjejí mikroparazity i makroparazity a stimulují obranné síly organismu, ale druh jedu se musí pečlivě vybrat.

Léčba ionty stříbra a mědi

Je známo, že malé koncentrace kladně nabitých iontů stříbra a mědi hubí patogenní mikroorganismy. Říká se tomu *oligodynamický účinek* (název je odvozen z řeckých slov *oligos* - malý a *dynamu* - síla).

Ničivý mechanismus kladných iontů těchto dvou prvků na choroboplodné bakterie spočívá v tom, že se propojují s aktivními centry bakterií, které jsou nabité negativně, a to na povrchu jejich buněčného povrchu. Tím zablokují aktivní centra bakterií, kde probíhá její látková výměna a díky nimž si vyměňují energie s okolním prostředím. To znamená pro patogenní mikroorganismy jistý úhyn.

Ionty kovů však nemají stejné oligodynamické vlastnosti. Nejaktivnější jsou v tomto směru ionty mědi, thallia a kadmia, za nimi následují stříbro, rtuť, zlato, hliník a další. Aktivita těchto kovů závisí nejen na normálním potenciálu roztoku iontů, ale také na míře jejich čistoty, protože do roztoku přecházejí jen takové ionty sloučenin, které jim „znečišťují“ povrch (oxidy, karbonáty-). Chemicky čisté kovy jsou absolutně neaktivní. Hlavní podmínkou oligodynamických vlastností kovů je schopnost přecházet do ionizovaného stavu.

Doktor Vasilij Rubljov využil oligodynamických vlastností mědi a stříbra a vynalezl léčivou vodu. Vyprávěl, jak se mu to povedlo v domácích podmínkách:

Do skleněné nádoby nalijete litr destrukurované destilované vody (to je obyčejná destilovaná voda nabitá v magnetronu) a přidáte několik kapek kyseliny citronové. Potom do vody ponořte dvě elektrody: jednu čistě stříbrnou a druhou z čisté elektrolytické mědi. Plocha elektrod by měla mít alespoň patnáct čtverečních centimetrů. Přivádí se na ně napětí devět až dvanáct voltů. Po dvou hodinách změňte póly. Získáte léčebný nabitý roztok, který je vhodný k léčbě chřipky, rýmy, zánětu mandlí, zánětů vedlejších nosních dutin i dalších problémů.

Pokud do roztoku přilijete dva až tři mililitrytřicetiprocentního hydroxidu draselného s pH 6—7, budete mít vynikající léčebný prostředek k léčbě psoriázy, kožních zánětů, cystitidy, popálenin, neléčících se ran a dalších. Tříprocentní roztok hydroxidu draselného se připravuje takto: tři gramy suroviny, která se prodává v lékárnách, rozpustíte ve sto mililitrech vody. Přípravek nevyvolává alergické reakce a není toxický, protože obsah komponentů ve skutečnosti není vyšší než v obyčejné vodě.

Léčebná nabitá voda skvěle pomáhá při dermatitidě poróze, neléčených zraněních, proleženinách, popáleninách, psoriáze, žaludečních vředech, zánětu očí, ženských nemocích a řadě dalších nemocí, jejichž původci jsou patogenní mikroorganismy.

Kvalita vzduchu

Pokud žijete v lokalitě s velkým množstvím zeleně, máte velké štěstí. Jeden hektar jehličnatého lesa vypustí za dvacet čtyři hodin do atmosféry čtyři kilogramy prchavých organických látek, jeden hektar listnatého lesa dva kilogramy. Při regulaci skladby mikroflóry vzduchu hrají důležitou roli fytoncidy: mají pozitivní vliv na zdraví.

Čistý vzduch nasycený vzdušnými ionty je sám o sobě baktericidní. Je jasné, že z tohoto hlediska by bylo nejlepší bydlet v Alpách, ale to si málokdo může dovolit. Alexandr Čiževskij vytvořil speciální ionizátor (v Rusku se mu říká *Čiževského lustr*), který uměle vyrábět vzdušné ionty. Vzduch se nabije vzdušnými částicemi a kromě toho se očistí od prachu a mikrobu. Takto upravený vzduch je kouzelně léčebný, téměř jako horský. Já osobně jsem si pořídil největší existující model Čiževského ionizátoru a nabírám si v pracovně vzduch vzdušnými ionty. Po půlhodině až půldruhé hodině ionizace se k podlaze snese vrstva prachu, která se předtím nacházela v místnosti, a hned se mi snáze dýchá.

Ionizátory se prodávají v různých provedeních - od stolních lampiček (například jako glóbus) po závěsné jako ozdobné lustry. Přístroj doporučuji chronicky nemocným lidem a onkologicky nemocným pacientům.

Závěr Parazité nemají rádi silnou imunitu a očištěný, normálně fungující organismus, kvalitní, přiro-

zenou stravu, fytoncidy a jedy, vysokou teplotu uvnitř organismu, dehydrataci, zvýšenou kyselost ani ultrafialové paprsky. Stačí, abyste se o sebe začali správně starat a vytvořili si uvnitř organismu odpovídající podmínky a úspěšně se vyléčíte z jakýchkoli parazitů i z jejich konečného strašlivého stadia - rakoviny.

Prostředky na zvýšení imunity

Přikládám krátký seznam prostředků na zvýšení imunity, očistění organismu a normalizaci jeho funkcí.

1. Jelikož už víme, jakými prostředky si posílíme imunitu, tak jen zopakují ve zkratce to nejdůležitější:

- stabilní dobrá nálada, absence negativních myšlenek, emocí a prožitků
- očištěný organismus
- plnohodnotná přirozená strava
- užívání prostředků stimulujících imunitu

2. Normální fungující a čistý organismus budeme mít za předpokladů, budeme-li dodržovat následující principy:

- správné stravování, hojná šťavnatá strava, pární lázně
- úplný nebo částečný program očisty organismu (tlustého střeva, jater, tekutin, ledvin, dutiny ústní, vedlejších nosních dutin, nosohltanu, kloubů a dalších)
- hladovění v různých obměnách: ve dnech eka-dasi, čtyřadvaceti, šestatřiceti a dvaadvaceti-hodinové hladovění, střednědobé sedmidenní až

patnáctidenní hladové kúry, dlouhodobé tři až šestiměsíční hladovění, urinové hladovění, suché hladovění

- specifické dýchání, při kterém se akumuluje kysličník uhličitý podle A. Strelnikové nebo K. P. Butějka^{2b}, jóga
3. Plnohodnotná přirozená výživa předpokládá:
- stravování založené na individuální konstituci
 - stravování, které počítá se specifiky trávicí soustavy konkrétního člověka
 - stravování, složené z naturálních produktů vypěstovaných v lokalitě, kde člověk žije
 - častou konzumací produktů se zvýšeným obsahem biologicky aktivních prvků
4. Užívání fytoncidů a jedů zahrnuje:
- k léčbě a do potravy se užívají pouze přirozené produkty, fytoncidy a preparáty z nich (šťávy, odvary a výtažky z rostlinných surovin)
 - jedovaté rostliny a další prvky podle speciálních schémat a receptů s ohledem na konkrétní onemocnění, jeho lokalizaci a celkové síly organismu
5. Léčba s využitím vysokých teplot předpokládá:
- procedury v páře
 - užívání koření, které rozehřívá organismus a zároveň má fytoncidní vlastnosti (dále stimuluje imunitu)
6. Využívání dehydratace organismu má za následek:
- vzniká mírná konkurence mezi organismem a parazity kvůli vodě, napomáhá tomu odpovídající strava a hořké potraviny

- léčebná dieta podle Johanna Schrotha²⁷
- suché hladovění

Poznámka: výběr metody léčebné dehydratace závisí na celkovém stavu organismu, potenciálu životních sil, věku, individuální konstituci nemocného a druhu nemoci.

7. Zvýšení kyselosti v organismu - pro parazity krajně nepříhodného prostředí - předpokládá:

- hromadění kysličníku uhličitého v organismu různými dýchacími metodami, například podle A. Strelnikové, K. P. Butějka, jogínskými praktikami a dalšími
- tvorbu kyselého prostředí v organismu při hladovění (jednorázové nebo opakované)
- dodržování Bolotovovy nebo Schrothovy diety
 - užívání „živé“ a „mrtvé“ vody, které se získávají při elektrolýze
 - urinoterapii

Každý si může vybrat metody, které mu nejvíce vyhovují, a vytvořit si z výše uvedených prostředků vlastní program na míru. Je třeba přihlídnout k tomu, jaký druh parazitů vás trápí, v jakém stadiu je vaše onemocnění a jaké máte individuální zvláštnosti.

Dodatečné rady a doporučení

k antiparazitární léčbě

- *Teplotu uvnitř organismu* vědomě zvýšíte prostředky s pálivou a ostrou chutí. Ostré jídlo má lepší chuť, zastavuje svědění, ničí hlísty a působí jako antiseptikum. Aktivuje proces vylučo-

vání hlenu a hlenovitých produktu odpadu z organismu, otevírá cévy a uvolňuje ucpaná místa. Příliš mnoho ostrosti však také škodí, především osobám s individuální konstitucí žluči v suchém a horkém počasí.

- *Užívejte potraviny s jasnou pálivou chutí:* hřebíček, zázvor, hořčice, červená paprika, cibule, česnek a křen.
- *Dehydratace organismu* (mírné) dosáhnete při konzumaci hořkých pochutin, při obyčejném nebo suchém hladovění a při dietě, založené na umírněném příjmu tekutin.
- *Hořká chuť* vyplavuje z těla toxiny, zabíjí hlísty a má baktericidní účinky. Působí proti horečce, snižuje žár v těle a podporuje vstřebávání toxinů, které se tvoří v tukové hmotě, kostní dřeni, lymfě, potu, moči a stolici. Nadbytek hořké chuti však může mít i negativní následky, a zejména se to týká osob s individuální konstitucí větru ve studeném zimním a větrném počasí.
- *Mimořádně hořké prostředky:* pelyněk - všechny druhy, hořec.
- *Kyselé prostředí v organismu* je pro život většiny parazitů krajně nepříhodné. Kyselost v těle spolehlivě zvyšuje hlad a urma.
- *Hladovění* odhlašuje organismus a okyseluje jeho vnitřní prostředí, aktivuje imunitu, převádí nemoc z chronického stadia do akutního a vyhání infekce z nedostupných zákoutí těla (důkazem je hnisavý výtok).

- *Vlastní urina* působí jako oksiičovadlo a homeopatikum. Nejsilnější oksyličovací schopnosti má *novorozenecká urina*.
- * Ionty stříbra a mědi ve vodě zabíjejí mikroby i další patogenní organismy. Zbavují tělo nákazy a léčí je z nemocí způsobených patogenními tvory.

Tím jsme podrobně probrali teorii o parazitech i postupy, jak s nimi bojovat. Nyní raději přejdeme k praktickým postupům, jak si vyčistit organismus a zbavit se parazitů.

Čtvrtá kapitola

Praktické metody očisty organismu od parazitů

Existuje velké množství metod a prostředků, díky nimž se lidský organismus zbaví parazitů. Některé působí na organismus celkově, jiné jsou úzce specializované a působí jen na určité druhy parazitů. Je třeba mít na paměti, že každá léčebná metoda nebo prostředek má své klady a zápory. Já nyní čtenářům předkládám ty nejrozšířenější, efektivní, dostupné a neškodné metody, prověřené mnohaletou praxí.

Očista od parazitů podle Naděždy Semjonové

Naděžda Semjonovaje uznávanou autoritou v oblasti detoxikace organismu a léčby parazitu. Organizuje vlastní léčebné kurzy a pro své posluchače sestavila dvoutýdenní očištný a ozdravný program zaměřený na likvidaci parazitů a toxinů z těla. Její očištný plán zde čtenářům předkládám s vlastními komentáři a vysvětlením.

Antiparazitární léčbu je třeba provádět souběžně s ovou očistou organismu a dále je nezbytné přelít na Správné stravování. Dvakrát denně se aplikují očistné klystýry, přičemž nejvhodnější doba pro ně je mezi pátou a sedmou hodinou ranní a od osmnácté do devatenácté hodiny večerní. Očistný klystýr zbaví tlusté střevo toxinů, odpadních látek a vajíček hlístů, takže se v něm obnoví zdravé prostředí a mikroflóra.

Vodu na klystýr si připravte dopředu. Pokud máte možnost, použijte přírodní pramenitou vodu; pokud ne, převařte obyčejnou vodu z vodovodu a nechte ji vychladnout. Na jeden klystýr budete potřebovat dva litry vody.

Naděžda Semjonova doporučuje, aby voda na klystýr měla pokojovou teplotu, tedy ohřátá na dvacet až dvaadvacet stupňů Celsia. Je vhodné ji přikyselit polévkovou lžící jablečného octa či citronové šťávy, případně šťávou z brusinek, rakytníku, klikvy anebo šťávou z jiných čerstvých kyselých lesních plodů či ovoce, které by mělo pocházet z lokality vašeho bydliště. Na bičenky je nejlepší klikvová šťáva, protože je spolehlivě zabíjí. Ještě větší účinnosti klystýru dosáhnete, pokud do něj přidáte čajovou lžičku kuchyňské soli. Takový klystýr blahodárně působí na sliznici a léčí její poškození od hlístů (když se odlepí od stěn, způsobuje to drobné ranky).

Nepoužívejte však žádné umělé prostředky okyselení. Při častém klystýrování se mohou objevit otoky, ale sůl tyto projevy naštěstí odstraňuje.

Klystýr si zaveďte klasickým způsobem a obsah chvíli podržte ve střevech: aby se střeva zevnitř dobře promyla, na to stačí dokonce minuta nebo dvě.

Po klystýru si několikrát zajděte na toaletu, střeva zapracují sama. Poslední dávka vyteklého obsahu bude pravděpodobně plná slizu, protože se z těla budou vyplavovat plísňe, houby a velcí parazité.

Na klystýry se také velmi hodí křemíková voda, kterou je třeba taktéž připravit dopředu. Do většího smaltovaného kbelíku nalijte sedm až osm litrů vody a na dno položte černé křemíkové kamínky. Vhodné jsou takové, které při tření o sebe jiskří a vydávají specifický zápach. Naděžda Semjonova doporučuje černý křemík organického původu a malé kaménky: čím jsou menší, tím větší je styčná plocha s vodou a tím větší množství užitečného křemíku se vyloučí. Voda se nechá vyluhovat dva dny (můžete klidně 1 týden, bude mít mimořádně léčivé schopnosti) a mezitím se strukturalizuje, nasatí křemíkem a očistí. Na dně kbelíku se usadí pěticentimetrová až desetimetrová vrstva usazenin, proto se užívá voda jen z horní části. Opatrně ji slijte a využijte na klystýr. Spodní část vody vylijte a kusy křemíku důkladně očistěte pod tekoucí vodou, načež je můžete zalít čerstvou vodou, nechat odstát a připravit další klystýr. Křemíková voda si uchovává své léčebné vlastnosti neomezeně dlouho, ovšem měla by se uchovávat v uzavřené skleněné nádobě při pokojové teplotě.

Po tomto krátkém vstupu přejdeme bezprostředně k metodám očisty organismu od parazitů.

První etapa odčervení

Vztahuje se na kulaté červy a tasemnice, ale působí i na některé prvoky. Provádí se tři dny a ve třech krocích.

První krok. Jde o prostředek prověřený staletími: výtažek z pelyňku hořkého. Popijí se sto mililitrů dvakrát denně, ráno a večer, před jídlem a na lačný žaludek.

Příprava výtažku: jednu polévkovou lžici hořkého pelyňku zalijte dvěma sty mililitry vřelé vody, nechte dvacet až třicet minut odstát a scedte.

Nejúčinnější složkou je pelyňková silice, jejíž součástí je alkaloid *thujon*. Pracujte s ním opatrně, neboť je to silný halucinogen, který dráždí vegetativní nervovou soustavu a způsobuje křeče a halucinace. Paralyzuje nervovou soustavu hlístů a tím pak vycházejí z organismu ven. Komplexně působí na celou skupinu kulatých červů a tasemnic a také na parazity i prvoky.

Varování! V žádném případě to s pelyňkem nepřehánějte, nežívejte vysoké dávky a neholdujte mu příliš dlouho. Děti, starci a osoby s konstitucí větru by se měli léčit obzvlášť opatrně.

Druhý krok. Stejný roztok působí i na lamblie v játrech. Naštěstí se pacienti s tímto parazitem mohou vyléčit.

Třetí krok V těchto třech dnech léčby pořádně **prožeňte** také roupou. Navečer si připravte česnekový výtažek: rozmělnete jeden nebo dva česnekové stroužky, zalijte je horkou vodou, nechte celou noc vyluhovat

a ráno přípravek přecedte skrze gázu (a pokud budete sbírat opatrně, nemusíte jej ani cedit). Gumovým přístrojem (zvaným balonek) zaveďte česnekový klystýr do konečníku. Tento miniklystýr se provádí před samotnou očištěnou.

Druhá etapa odčervení

Po uplynutí pěti dnů můžete přistoupit ke druhé etapě odčervení, trvající pět až sedm dní. Prostředky používané v této etapě zlikvidují veškeré cizopasníky od mikroparazitů až po velké hlísty, jako je například škulovec široký dosahující délky dvaceti metrů.

Při léčbě se používají dýňová semínka a výtažky z rostlin se silnými fytoncidními vlastnostmi. Připravte se k léčbě dopředu a v předvečer zahájení procedury **si připravte** dýňová semínka - ovšem opatrně, aby se pod bílou horní pevnou slupkou zachovala neporušená jemná zelená vrstva. Měli byste takto získat tři sta gramů loupaných semen. Večer si připravte bylinkový výtažek z těchto komponentů:

- jedna čajová lžička heřmánku
- jedna čajová lžička dubové kůry
- jedna čajová lžička řešetlákové kůry
- jedna polévková lžice květů vratiče

Bylinkovou směs nasypete do termosky, přelijte půl litrem vřelé vody a dejte na noc vyluhovat. Ráno snězte na lačný žaludek tři sta gramů loupaných dýňových semínek, které musíte dobře rozkousat, a zapijte je výtažkem ze čtyř výše uvedených bylinek. Po dvou hodinách vypijte solné projímadlo - třicet gramů hořké soli rozpuštěných ve sto mililitrech vody. Asi hodinu po užití projímadla **si zaveďte** očištěný klystýr, který

v závislosti na svém zdravotním stavu dvakrát nebo třikrát zopakujte.

Při tomto kroku se pomocí dýňových semínek zbavíte tasemmc. Rostliny s trpkou chutí (dub, heřmánek) zbavují organismus mikroparazitů. Je to dvojitý útok na cizopasníky, kteří přímo nesnášejí ani květy vratiče (utečou před nimi všichni hlísti, kteří ještě v organismu zůstali, a také všichni prvoci), ani řešetlakovou kůru, která zlepšuje fungování střev a zrychluje vylučování zabíjených parazitů z těla. Mrtvá a paralyzovaná těla parazitů je třeba rychle vyvést z těla a tomuto účelu napomůže solné projímadlo a klystýry.

Třetí etapa odčervení

Došli jsme ke třetí a závěrečné etapě očisty, která se zaměřuje na játra. Mimochodem tento orgán představuje pro parazity nejchutnější sousto: usazují se zde v obrovských počtech. V předchozích krocích odčervení jsme si pročistili játra prostřednictvím krve. Nyní je třeba pročistit játra, žlučovody a žlučník - žlučí. Jako nejefektivnější je doporučována očista s využitím olivového oleje a citronové šťávy. Zdravá žluč je alkalická a má baktericidní vlastnosti, takže zničí veškeré oslabené parazity, kteří ještě někde v organismu po dvou předcházejících etapách odčervení zůstali.

Varování! Naděžda Semjonova během bádání zjistila, že odčervení oslabuje sliznici střev a ta je pak mimořádně citlivá. Proč? Od výstelky střev se odtrhávají desítky, stovky, tisíce a možná miliony parazitů všech druhů a typů, kteří byli k ní a k průtokům žláz přisátí, střevní bičenky, lamblie, motolice kočičí a hlísti všech velikostí, po nichž na sliznici zůstává

spousta maličkých ranek. Není doporučováno čistit játra bezprostředně po druhém kroku odčervení, aby měl organismus dost času na obnovu střevní sliznice. To vyžaduje sedm až čtrnáct dní, během kterých jezte potravu, jež na jednu stranu napomáhá obnovit sliznici a na druhou stranu působí na parazity. Nejvhodnější jsou čerstvě vymačkané zeleninové šťávy, zejména mrkvová smíchaná s řepnou, okurkovou, paprikovou a dalšími. Mimo sezonu, kdy čerstvá zelenina není, pijte bylinkové odvary, které blahodárně působí na sliznici trávicího traktu.

Naděžda Semjonova dále doporučuje následující odvar: přelijte jednu polévkovou lžici sušených kopřiv vařící vodou v objemu jedné sklenice a povařte patnáct minut na mírném ohni. Nechte půl hodiny odstát a užívejte dvě až tři lžičky třikrát denně.

Jeden až dva týdny po ukončení druhé etapy odčervení přichází na řadu klasická očista jater. A tu je možné uměle posílit, například silně fytoncidním olejem. Takový je hořčičný olej anebo jeho náhražka, již získáte rozmícháním jedné čajové lžičky hořčičného prášku ve dvou stech mililitrů olivového, případně slunečnicového oleje. Je to skvělá antiparazitární směs, která navíc ohřívá organismus, což je přesně to, co potřebujete. Nebojte se užívat citrony nebo alternativně kyselé lesní plody z lokality vašeho bydliště (klikva, angrešt).

Pro posílení antiparazitárního účinku proveďte dvojitou očistu jater, nicméně tento postup je vhodný pro ty, kdo mají s čištěním jater zkušenosti a věří ve své síly.

zornění) Ukončili jste tři etapy odčervení organismu. Někdy to však nestačí a celou proceduru je třeba po nějaké době opakovat. Někteří hlísti totiž během léčby přejdou do klidového stadia, v němž chvíli setrvají, a po nějaké době se znovu probudí, opět v aktivovaném stavu; tomu se říká *recidiva helmintózy*. Druhý léčebný cyklus můžete zahájit nejdříve osmnáct až dvacet dní po ukončení prvního a v případě nutnosti po stejné době přistupte ke třetímu a čtvrtému.

Úplný cyklus vypuzení parazitů trvá od čtyřiceti do devadesáti dnů. Tyto termíny nejsou náhodné, nýbrž vyplývají z periodicity vývoje parazitů. Tak například u roupů činí úplný cyklus vývoje dvacet až třicet dní, u škrkavek sedmdesát až devadesát dní a u vlasovek sedmdesát dní.

Ve druhém cyklu odčervení proveďte třetí etapu (očistu jater) bezprostředně po druhé etapě, protože nyní už jednotýdenní až dvoutýdenní přestávka na regeneraci sliznice není potřeba. Každý člověk by se však měl řídit především tím, jak se sám cítí.

Prevence. Ukončili jste celý cyklus odčervení, ale musíte mít na paměti, že je třeba organismus udržovat čistý bez parazitů, a proto je nezbytné pravidelně provádět preventivní opatření. Naděžda Semjonova doporučuje užívat denně výluh z příslušných bylinek, který se pije jako čaj nejlépe ráno na lačný žaludek, nebo příslušné antiparazitikum.

Pět spolehlivých preventivních prostředků proti parazitům

- *Dýhová semínka.* Ze všech prostředků proti parazitům jsou nejméně škodlivá a nejlépe dostupná. Jsou povolena i těhotným ženám, způsob užívání jsme probrali již dříve.
- *Dubová kůra.* Dvě polévkové lžíce dubové kůry přelijte dvěma decilitry vřelé vody, nechte čtyři až šest hodin vyluhovat v termosce, sceďte a pijte na lačný žaludek. Termosku doporučujeme proto, že se v ní voda nasatí fytoncidy lépe než v otevřené nádobě.
- *Bylinková směs.* Je vhodná pro osoby se ztíženou defekací, například s nedostatečnou nebo bolestivou. Pomůže jim bylinkový nálev ze dvou polévkových lžic řešetlakové kůry a stejného množství nermánku, jež se zalijí dvěma sty mililitry vařící vody a nechají uležet dvě až čtyři hodiny v termosce. Pak se nápoj scedí a pije na lačný žaludek.
- *Šťovíkové listy.* V létě a na jaře si občas dejte na lačný žaludek několik listů šťovíku.
- *Anýzový výtažek.* Hodí se naopak pro zimní období. Obsahuje prchavé fytoncidy, které lehce pronikají skrze póry v kůži dovnitř organismu. Negativně působí na hlísty a vypuzuje je z organismu ven.

Základní hygienická pravidla

Velmi důležité je **dodržovat** pravidla osobní hygieny, udržovat v čistotě obydli a připravovat jídlo v hygienických podmínkách.

- Před každým jídlem si umyjte ruce mýdlem.
 - Dbejte na čistotu kůže, každý den se sprchujte.
 - Alespoň jednou týdně si zajděte do páry a dobře se houbou nebo žínkou vydrbejte mýdlem. Pamatujte, že i ideálně čistá pokožka také odumírá, shlukuje se na povrchu kůže a tvoří vrstvu, která slouží jako podhoubí pro různé patogenní mikroorganismy.
 - Udržuje obydlí v čistotě. Nezapomínejte na ionizátor, který čistí vzduch a zbavuje jej prachu i bakterií.
 - V čistotě udržujte rovněž pracovní místo, oděvy, spodní prádlo a obuv.
 - Často doma i na pracovišti větrejte a nezavírejte okna před sluncem. Larvy a vajíčka některých červů pod přímými slunečními paprsky hynou.
 - Při práci si oblékejte oděv, který se hodí pro dané pracovní prostředí.
 - V průběhu léčby parazitů si denně měňte spodní prádlo, všechny oděvy žehlete a důkladně vysávejte koberce, čalouněný nábytek i přehozy. V pokojích provádějte úklid namokro.
 - Léčit se musí kvůli možnému přenosu nákazy všichni členové rodiny.
 - Opatrně s domácími zvířaty! Neměla by se pohybovat v místnostech obývaných lidmi. Domácí mazlíčci bohužel představují semeniště parazitů.
- Nebudete-li dodržovat tato pravidla, hrozí vám p vyléčení opakovaná nákaza parazity.
- Indikace a varování!** Některé antiparazitární metody směřují energii organismu dolů, napří-

klad klystýry nebo očista jater. Pelyněk zase posiluje životní princip větru v organismu. Tyto metody jsou přísně *zakázány těhotným ženám*, protože hrozí i samovolný potrat.

Během odčervení hynou ve střevech, v krvi, lymfě i v jiných místech malí i velcí parazité. Ti, kteří jsou ještě živí, se při odčervovacím procesu podráždí, zvýší agresivitu a začnou vylučovat jedy, které otravují krev. Podíl toxických látek v organismu začne vzrůstat, což jej vyprovokuje k odvetné reakci. Nejprve se zvýší tělesná teplota, spalují se jedy a zvyšuje se obranyschopnost. Dostaví se průjem a toxiny začnou vycházet z organismu. Střevní sliznice začne být postižená a některá místa o sobě dávají znát bolestivými záchvaty, které bývají doslova k nevydržení. Nejsilnější bolest je ve slinivce břišní. Člověk je malátný a bolí ho hlava. To všechno jsou průvodní projevy odčervovacího procesu a očištné ozdravné krize, jichž není třeba se lekat, neboť po ukončení léčby samy odezní.

Organismu můžete pomoci, aby se rychle zbavil odpadu, parazitů a jejich toxinů. Pijte denně několik sklenic horké vody s citronovou šťávou, protože zneškodňuje toxiny a vylučuje je z těla. Doporučuji také čerstvě vymačkané šťávy z ovoce a zeleniny, především mrkvovou, čistou nebo smíchanou s jablečnou či řepnou.

Jak ochránit sliznici

Důležitým cenným prostředkem při léčbě je jedlá hlína kaolinit. Střevní sliznice, poraněná přísavkami hlístů, se jí potáhne i ochrání ji před působením trávicích šťáv.

Buďte ke sliznici šetrní a při léčbě antihelminťiky užívejte léčebné bylinky s ochrannými vlastnostmi: jednu polévkovou lžici sušených kopřivových kořenů zalijte jednou sklenicí vřelé vody a nechte patnáct minut vařit na mírném ohni. Užívejte dvě až tři polévkové lžice třikrát denně.

Příklad č. 3:

Je mi jednapadesát let a měla jsem chronickou gastritidu se zvýšenou sekrecí, vegetativní dystonií, artritidu kloubů na pravém chodidle a těžkou hypertonií. Ve výčtu bych mohla pokračovat strumou čili zduřením štítné žlázy s eutyreózou a nemocem srdce. V levé ledvině jsem měla kámen o velikosti čtyři desetin centimetru.

Po měsíční ozdravné kúře jsem zaznamenala následující změny. Před léčbou podle Semjonověsem si pročistila střeva a na jejich kurzech jsem začala s odčervením. Vyšly ze mne jakési dlouhé, asi třiceticentimetrové bílé nitě, tlusté tak tři milimetry, a pak ještě další cáry a útržky. Po dvoudenním hladovění a jednom dni o suchém hladu jsem navíc vyloučila cosi prapodivného, připomínajícího širokou stuhu, o délce dvaceti centimetrů a šířce dva milimetry a k tomu chuchvalce a kuličky velké jako hrách, které měly na jedné straně prohlubeň. Bolesti v žaludku a pálení žáhy ustaly.

Následovala další očista jater a po ní další a další vypuzené svinstvo: první den čtyřicet devět kamenů zelené barvy a na druhý den osm kamínků o velikosti hrachu. V těle jsem cítila nepoznanou lehkost, upravil te mi krevní tlak a z ledvin vycházel písek a vločky. Bolelo to. Málo jsem močila, a proto jsem pila odvar

z měsíčku, po němž mi moč zesvětlela a začala vytékat v normálním množství.

Zcela jsem vyloučila z jídelníčku maso a musím říct, že mi vůbec nechybí, prostě je nechci jíst.

Léčba hlístů podle Taťány Abramovské

Taťána Abramovská vede v Taganrogu léčebné kurzy, neboť má v boji s parazity velké zkušenosti. Některé její metody zde čtenářům předkládám.

Příprava k léčbě

Jako první krok je třeba organismus změkčit a vyléčit nemoci, které by mohly bránit antiparazitární léčbě a očistným procedurám: k těmto nemocem patří hemoroidy, kýla, žaludeční vředy a peptické vředy. Doporučovány jsou olejové a mléčné miniklystýry ze sta mililitrů teplého mléka a dvaceti gramů obyčejného nebo přepuštěného másla, do nějž se přidávají další přísady, kupříkladu sůl nebo zázvor. Při výběru přísad se řiďte individuální konstitucí a aktuálním zdravotním stavem.

Příprava trvá v průměru týden a během ní můžete začít antiparazitární léčbu lihovou tinkturou z vnitřních membrán vlašských ořechů. Ručně rozmělněte jednu sklenici membrán nebo je rozemelte v mlýnku na kávu na prášek a zalijte sklenicí vodky. Nechte čtyřicet hodin odstát a ráno užívejte na lačný žaludek: první den pět kapek, druhý den deset kapek a třetí den dvacet kapek, které berte další tři týdny.

Základní etapa

Doporučuji, abyste se při očistné a antiparazitární kúře řídili lunárním cyklem*. Očista jater by měla připadnout na třináctý a čtrnáctý lunární den, již se pro to hodí nejlépe. Základní etapa trvá deset až jedenáct dní. Jak správně vypočítat termíny pro léčbu? Odpočet začneme dejme tomu od prvního března a novoluní připadá na dvacátého března. Nejvhodnější dny pro očistu jater jsou tedy osmnáctého až devatenáctého března. Odečtete deset dní a získáte počátek základní etapy očistné a antiparazitární kúry: osmého až devátého března. Můžete odečíst ještě týden na přípravu, pokud ji potřebujete, a vyjde vám začátek kúry na prvního a druhého března. Celý proces tedy vypadá takto: týden se budete připravovat (do osmého a devátého března), deset až jedenáct dní běží základní etapa a nakonec si osmnáctý a devatenáctý den pročistíte játra, což připadne přesně na novoluní.

Nejprve si změkčete organismus a poté přistupte k očistě a léčbě cizopasníků. Očistné klystýry si vybírejte v souladu s individuální konstitucí. Lidem s nadváhou jsou doporučovány dvoulitrové klystýry s vlašovičnickem (jedna polévková lžíce šťávy nebo odvaru - jedna polévková lžíce bylinek na sklenici vody), s jablečným octem (polévková lžíce) a se solí (lžička), případně se solí a vlašovičnickem. Hubeným lidem se doporučují klystýry se lněnými semínky (dvě polévkové lžíce na dva litry vody). Nechte semena povařit dvacet minut na mírném ohni, ochlaďte je a zaveďte

* Eugenika vydala na toto téma v roce 2008 knihu autorky T. N. Zjur-najevy *Lunární dny*.

do organismu klystýrem. Další alternativou jsou teplé řepné klystýry (jedna nebo dvě polévkové lžíce řepné šťávy na dva litry teplé vody) nebo klystýry z čerstvé uriny se lžičkou soli.

První a druhý den

1. Ráno snězte na lačný žaludek čtyři kvítky pelyňku hořkého (kvítek připomíná šedou kuličku, o maličko větší než zrnko prosa), dva kvítky vratiče (žluté kuličky) a jeden kvítek hřebíčku (semeno hřebíčku připomíná malou tyčinku). Vše zapijte vodou jako tabletu. Dětem do dvou let stačí dva kvítky pelyňku, jeden vratič a jeden hřebíček. Doporučuji vegetariánskou dělenou stravu, vylučte z jídelníčku ostrá, kyselá a sojeová jídla.

2. Po ránu si zaveďte česnekový miniklystýr a po něm dvoulitrový velký očistný klystýr s jablečným octem.

Česnekový miniklystýr připravíte takto: večer rozmělněte dva až tři stroužky česneku, zalijte je dvěma sty mililitry vřelé vody (do níž můžete přidat malou pelyňkovou větvičku), nechte na noc odstát a ráno si zaveďte miniklystýr gumovým nástrojem. Na očistný klystýr použijte dva litry teplé vody a dvě polévkové lžíce jablečného octa. Nejlepší doba na tyto dva klystýry je mezi pátou a sedmou hodinou ranní. Půl hodiny po procedurách se normálně najezte.

3. Před obědem snězte čtyři kvítky pelyňku hořkého, dva kvítky vratiče a jeden hřebíček, které zapijte vodou jako tabletu.

4. Před večeří konzumujte stejné bylinky a ve stejném poměru jako před obědem: pelyněk, vratič a hřebíček.

5. Večer si připravte teplou koupeľ a očištné klystýry z čerstvé uriny nebo s jablečným octem.

Třetí až pátý den

Od třetího po pátý den se užívá všechno stejně jako v prvním a druhém dni, ale přidává se antiparazitární léčba, například tablety Vermox (které mají uvedeno jako výrobce Belgie nebo Maďarsko, jiné neuzívejte). Kurz léčení počítá se šesti tabletami a každý den se polykají dvě: jedna ráno a druhá večer při jídle. Zapíjí se teplým sladkým čajem. Pacienti s kolitidou a vředy užívají kromě Vermoxu posilující a hojivý prostředek: jedna polévková lžíce suchých kopřivových kořínků se přelije jednou sklenicí vřelé vody a nechá se vařit na velmi mírném ohni patnáct minut, načež se na půl hodiny odstaví. Lokněte si dvě nebo tři polévkové lžíce třikrát denně.

Lék Vermox způsobuje u helmintů celkovou otravu.

Šestý až osmý den

Šestého a sedmého dne se Vermox vysadí a léčba probíhá obdobně jako první a druhý den. Osmého dne před spaním zkuste sníst slanečka, a sice v maximálním množství, jaké zvládnete, ale potom už v žádném případě nic nepijte. Ani kapku tekutiny! Je prověřeno, že lepší výsledky než slaneček přináší kvalitně sušená ryba, ovšem ne uzená.

Osmého dne si naloupejte syrová dýňová semínka; měla by zůstat s vnitřní zelenou slupkou. Dávkování pro dospělé: dvě stě až tři sta gramů, dětem do čtyř let podáváme pětasedmdesát gramů, dětem do devíti let sto gramů a dětem do patnácti let sto padesát gramů.

Devátý den

Ráno snězte semínka na lačný žaludek a zapijte je sto padesáti gramy výtažku.

Ten se připravuje podle následujícího receptu:

Jedna čajová lžička heřmánku, jedna čajová lžička dubové kůry, jedna čajová lžička řešetlakové kůry a jedna polévková lžíce vratiče se zalije půl litrem vařící vody a nechá se v termosce vyluhovat celou noc.

Uložte se na dvě hodiny do postele k odpočinku, poté vypijte solné projímadlo (jedna polévková lžíce soli na sto mililitrů vody) a půl hodiny poté si zavedte očištný klystýr ze dvou litrů teplé vody s umletou nebo utlučenou česnekovou hlavičkou (celou hlavičkou, ne čištěnými stroužky).

Dětem do pěti až sedmi let se podává jedna čajová lžička soli na padesát mililitrů vody, dětem do deseti let jedna dezertní lžička na pětasedmdesát mililitrů vody.

Desátý a jedenáctý den

Program je stejný jako první a druhý den.

Dvanáctý a třináctý den

Očista jater.

Závěrečná etapa

Očista jater se provádí až na závěr léčebného cyklu.

- 1u Taťána Abramovská vypracovala vlastní postup.
- Ráno se zavede očistný klystýr a v půl jedenácté dopoledne další.
 - Od rána do čtrnácti hodin se pije směs jablečné a řepné šťávy, doporučené množství je půl litru až litr.
 - Od jedenácti hodin si začněte rozehtívat játra ohřívačem.
 - Ve třináct hodin následuje miniklystýr z odpařené uriny.
 - Ve čtrnáct hodin se přestane pít šťáva a játra se nahřívají vleže na ohřívači.
 - V sedmnáct hodin následuje dvoulitrový očistný klystýr a hned poté ohřívací lázeň. Voda by měla být teplejší, ale nenuťte se do toho, pokud vám to není příjemné - měla by být natolik teplá, abyste cítili, jak vás ohřívá a jak její teplo vstupuje do vašeho těla.
 - V devatenáct hodin užijte hořčičný olej a citrónovou šťávu (nemáte-li hořčičný olej, vzpomeňte si na navrhovanou náhražku z olivového oleje a hořčičného semínka). Dýchejte skrze pravou nosní díрку, tím se tělo dodatečně ohřeje. Na jazyk si nasypete trochu papriky a posaďte se na paty, aby vám žár přešel do oblasti jater. Ležte na ohřívači až do půlnoci.
- * V šest hodin ráno následujícího dne zopakujte proceduru se solným projímadlem a za hodinu proveďte očistný klystýr.

- V jedenáct hodin dopoledne pak přijde na řadu klystýr z odpařené uriny.
- V poledne snězte salát z čerstvé zeleniny, poté doporučuji dostatek pohybu.
- V sedmnáct hodin si zaveďte dva očistné klystýry po sobě.
- Večer rozpusťte pět gramů mumia v půl litru vody a vypijte. Mumio zlepšuje vypětí a podráždění, proto je berte v průběhu celého týdne třikrát denně čtvrt hodiny před jídlem.

Po ukončení očisty nechte játra týden odpočívat. Všechny procedury zastavte a trávení by se mělo přirozeně srovnat.

Další léčebný cyklus můžete začít po jedenadvaceti dnech, a budete-li mít sílu, po dalších jedenadvaceti dnech opakujte třetí.

Příklad č. 4:

Je mi čtyřiašedesát let. Trpěla jsem bolestmi hlavy, nález zněl arachnoiditida²⁹, vysoký krevní tlak 240/120, nemocná játra, bolesti v kříži, Uličníkově kameny a osteochondróza. Rychle jsem se unavila, měla jsem těžké končetiny. Dvakrát ročně jsem ležela různě po nemocnicích, ale nic mi nepomohlo.

Také jsem si dělala klystýry: ráno litrový s čerstvou urinou, odpoledne stomililitrový s odpařenou. Třikrát ze mne vyšly škrkavky: dvakrát malé a potřetí obrovské padesáticentimetrové.

Po očištění jater jsem ve tři hodiny v noci aktivně vylučovala nečistoty. Den poté, co jsem si zavedla

urin klystýr, ze mne vyšlo kolem desítky škrkavek a ve čtrnáct hodin po očištění klystýru s citronem další dvě.

Měsíc po ukončení očisty střev mne zaskočil silný průjem a k tomu mi vyskočily horečky do osmatřiceti celých dvou desetin stupňů. Sužovaly mne nesnesitelné bolesti hlavy. Stále jsem si zaváděla klystýry a pila urinu. Navečer se všechno uklidnilo.

Nyní si pravidelně proplachuji nos urinou a dvakrát denně jím křen s citronem. Měla jsem příšernou rýmu, celé dva dny mi z nosu bez přestání tekla hlen.

Po ukončení veškerých ozdravných metod a po vytrpění všech martyrií jsem dosáhla těchto výsledků: bolesti hlavy už mne netrápí, zhubla jsem o patnáct kilogramů, nejsem tak často unavená a obecně se cítím mnohem lépe.

Příklad č. 5:

Je mi sedmapadesát let a jsem lékařka. Z nemoci jsem měla chronickou gastritidu s nulovou kyselostí, cholecystitidu, pankreatidu, chronickou hepatitidu, pyelonefritidu, thyreoiditidu a hemoroidy.

Po měsíčním ozdravném programu proběhly tyto změny: ustaly bolesti v oblasti žaludku, zmizely rušivé projevy ve střevech, mám lepší náladu a vytrácí se i deprese. Po očištění jater ze mne vyšlo hodně písku a hlísti.
Příklad kočičí motolice.

Metodika antiparazitárního léčení podle Huldy Clark

Hulda Clark zkoumala pacienty s onkologickými chorobami a odhalila, že mají organismy zaneseny velkým množstvím nečistot a parazitů. Prozkoumala tisíce případů a dospěla k závěru, že devadesát procent chronických onemocnění způsobují dvě příčiny: parazité a ekotoxiny (toxiny ze životního prostředí, které se dostaly dovnitř organismu, neplést s exotoxiny!). Nastává tedy otázka: jak efektivně čistit organismus od parazitů a ekotoxinů?

Podle doktorky Clark existují tři zázračné prvky, které při vnitřním užití čistí organismus od hlístů i jejich vajíček a pomáhají při léčbě rakoviny. Jaké to jsou prvky? Zelené slupky vlašských ořechů, pelyněk a semena hřebíčku.

A antiparazitární recepty

Očista od parazitů elixírem Trojčátka

Doktorka Clark doporučovala k léčbě tři druhy rostlin, jež jsou spolehlivými zabijáky většiny parazitů, virů i bakterií. Používají se takto: z nezralých slupek černého vlašského ořechu se připraví koncentrovaná tinktura, k níž se přidává pelyněk a prášek hřebíčku. Souběžný příjem všech tří komponentů má komplexní působnost: zabijí v organismu dospělé parazity, jejich larvy a vajíčka i patogenní mikroorganismy a plísň.

Tinktura z černého vlašského ořechu

První den - přidejte jednu kapku tinktury do půl sklenice vody (asi sto mililitrů) a vypijte ji, nejraději na lačný žaludek před jídlem. Doktorka Clark doporučuje pít po douškách během patnácti minut.

Druhý den - dvě kapky v půl až celé sklenici vody.

Třetí den - tři kapky v půl až celé sklenici vody.

Čtvrtý den - čtyři kapky v půl až celé sklenici vody.

Pátý den - pět kapek v půl až celé sklenici vody.

Šestý den - dvě čajové lžičky v plné sklenici vody.

Po každém smíchání tinktury a vody vyčkejte asi patnáct minut. S takovýmto dávkováním v těle zahynou všichni parazité ve všech stadiích vývoje včetně parazitů usazených ve střevech a na dalších nedostupných místech.

Nepřelévejte tinkturu do horké vody, protože tím se ničí její účinnost. Tinkturu nikdy nezapíjejte, to by vynulovalo veškerý ozdravný efekt. Je-li vaše tělesná hmotnost vyšší než sedmdesát kilogramů, užijete dvě a půl lžičky léku: pokud převyšuje sto kilogramů, pak užijete tři lžičky.

Jako profylaktikum proti parazitární nákaze užijte dvě čajové lžičky tinktury rozpuštěné v padesáti mililitrech vody týdně. Chcete-li tinkturu užívat jako lék, stačí stejné dávky, ovšem častěji – dvakrát denně po dobu pěti dnů. Dále užívejte dvě čajové lžičky jednou denně po celý rok.

Důležité upozornění! Členové rodiny a přátelé by měli užívat dvě čajové lžičky každý týden, aby vás opakovaně nenakazili. Mohou totiž být nositeli nákazy

a přenašeči střevních parazitů, přestože se u nich nákaza neprojevuje. Zejména se to týká těžce nemocných lidí.

Kúra s pelyňkem rozemletým na prášek

První den: špetka prášku před jídlem, zapijte vodou.

Druhý den: čtvrtina čajové lžičky prášku před jídlem, zapijte vodou.

Třetí den: třetina čajové lžičky před jídlem.

Čtvrtý den: polovina čajové lžičky.

Dávky stejným způsobem nadále zvyšujte až do čtrnáctého dne, kdy se dostanete k objemu poloviny polévkové lžice. Nemusíte ji užívat najednou, můžete si toto množství rozložit na dvě nebo tři dávky před jídlem. Po dobu šesti dní užívejte polovinu polévkové lžice denně a potom stejné množství jednou týdně.

Hulda Clark doporučuje užívat týdenní dávku (půl polévkové lžice) najednou. Je ovšem třeba rovněž přihlídnout k individuální konstituci člověka. Poznávejte, jak na léčbu Trojčátkem váš organismus reaguje, a podle toho si zvolte dávkování na míru.

Pelyněk v prášku je důležitý proto, že prochází celým trávicím traktem. Pelyňkový výtažek se totiž vsakuje už v žaludku a střevech a do tlustého střeva se nedostane. Sušený pelyněk prochází celým trávicím traktem a při cestě působí na parazity.

Hřebíček

Mletý hřebíček v prášku je nesmírně pálivý; jeho tytoncidy díky tomu spolehlivě ničí všechny možné parazity a aktivují teplotvorné schopnosti organismu i jeho imunitu.

Hřebíčkový prášek páli jen v dutině ústní, v žaludku střevech jej necítíme. Zato cítíme, jak se organismus příjemně rozehřívá a způsobuje nám žár ve tváři a kolem nosu. Tyto pocity však brzy zmizí.

První den: užívejte pětinu čajové lžičky třikrát denně před jídlem.

Druhý den: užívejte čtvrtinu čajové lžičky třikrát denně před jídlem.

Třetí, čtvrtý, pátý, šestý, sedmý, osmý, devátý a desátý den: užívejte třetinu čajové lžičky třikrát denně před jídlem.

Po desátém dnu: berte jednu čajovou lžičku jednou za týden.

Nejprve musíte absolvovat léčbu se třemi výše uvedenými komponenty a dále preventivně týdně užívejte „smrtící“ antiparazitární dávky po celý život. V případě nutnosti můžete antiparazitární kúru opakovat. Těžce nemocní ji mohou provádět už po týdnu nebo dvou. při lehčích nemocích zvolte četnost léčebných kúr podle vlastního zdravotního stavu.

Skutečných výsledků dosáhnete jen tehdy, pokud se budou léčit všichni členové rodiny souběžně. Chlamydie se šíří polibky, plísňe při dotecích a podávání rukou a vajíčka hlístů při hlazení psu a koček. Zvířata je rovněž nutné léčit, jinak se nákaza bude stále vracet. Doktorka Clark dále doporučuje, aby osoby s těžkou chronickou nemocí nechovaly domácí zvířata, a pokud nějaké mají, aby je daly dočasné jinam, dokud členové rodiny neukončí léčbu.

Ve všech případech, kdy lidé po léčbě porušili pravidla a začali znovu jíst nedovařené maso, ryby

konzervy nebo polotovary, se vrátily symptomy nemoci, a tudíž i parazitě.

Jak připravíte samostatně tři komponenty na elixír Trojčátka:

- Tinkтуру ze slupek vlašských ořechů připravíte tak, že patnáct slupek rozmělníte nadrobno, zalijete půl litrem lihu a necháte na světle třicet dní vyluhovat. Pak ji přeneste na temné místo. Ořechy jsou nejlepší takové, které právě uzrálv a ještě visí na stromě anebo se právě utrhly. Jejich zelená slupka se hodí k přípravě tinktury nejvíce, protože obsahuje hodně jodu. Neseženete-li tyto slupky, užíjte Lugolův roztok, což je jod s jodidem draselným. Užívá se pět až deset kapek na padesát až sto mililitrů vody.
- Pelyněk skvěle čistí organismus od parazitů počínaje mikroorganismy a konče velkými hlísty. Pelyněk se užívá vždy jen zralý. Sbírají se listy a plody, nejlépe ve tvaru kuličky, a pak se suší a drtí. Užívají se v suchém stavu jako prášek a zapíjejí obyčejnou vodou. Dávka na jedno užití je dvě stě až tři sta miligramů (polovina čajové lžičky).
- Třetím komponentem Trojčátka jsou semena hřebíčku. Obyčejná semena, která se prodávají pro kulinářské účely, je třeba před použitím rozmělnit. Najeden příjem stačí pět set miligramů, což odpovídá velikosti hrášku. Dávky se zvyšují postupně, první den jedna dávka, druhý den dvě a od třetího po desátý den

se užívají třikrát denně. Prášek hřebíčku se bere před jídlem. Dále se preventivně po celý rok užívají tři menší dávky jednou týdně.

Doktorka Clark doporučuje užívat všechny tři složky Trojčátka najednou - tinkturu ze slupek vlašských ořechů, pelyněk i hřebíček. Pokud některý komponent postrádáte, začněte klidně bez něj, já osobně jsem začínal jen s pelynkem a hřebíčkem bez tinktury.

S elixírem Trojčátka si efektivně očistíte organismus od všech druhů parazitů a hnisavých infekcí. Je to úžasný doplněk k dalším ozdravným metodám - správnému stravování, hladovění, otužování, pohybovým aktivitám, urinoterapii a práci s vlastním vědomím. Jak ukázala praxe, běžné ozdravné prostředky nejsou proti parazitům a hnisavým infekcím dostatečně účinné, ale Trojčátko nebo alespoň pelyněk s hřebíčkem se s tímto úkolem vypořádávají skvěle.

Hulda Clark dále zjistila, že parazité sami o sobě nemohou vyvolávat rakovinu a očištěný organismus je sám zabije. Něco jiného je, má-li člověk organismus znečištěný. Parazité totiž vyhledávají právě tato nečištěná a zanesená místa, snaží se do nich dostat a v nich se pak rozmnožují. A to jsou dva faktory vzniku rakoviny, znečištění plus parazité.

Co všechno znečišťuje organismus a zamořuje jej toxiny? Kromě nevhodné stravy to mohou být i běžné předměty v domácnosti, obaly potravin a další látky. Zvýšené nebezpečí představují plastové láhve, protože se v nich vyskytuje propylen a benzol, různé deodoranty a další kosmetické přípravky, pleťové vody, I doko i zubní pasty, dále hliníkové nádoby, freony a naftalín.

Tělo se zbaví toxinů a všech škodlivých látek při hladovění. Pomůže alespoň dvoudenní či třídní, ale nejlepší je sedmidenní až čtrnáctidenní. Organismus se očistí od toxinů a produktů odpadu všeho druhu na buněčné úrovni. Parazité jsou zbaveni prostředím vhodného pro svou existenci. Navíc se hladovění skvěle kombinuje a doplňuje s léčbou Trojčátkem. Tyto dvě metody všem vřele doporučuji. Dále krátce popíši základní pravidla hladovění.

Kontraindikace: Těhotné ženy musejí být při léčbě velmi opatrné, doporučuji snížit dávky uvedené pro dospělé třikrát až pětkrát a v poslední třetině těhotenství raději úplně vysadit.

Ruská varianta elixíru Trojčátka

Doktor Valerij Ivančenko rozpracoval ruskou variantu elixíru Trojčátka.

Obsahuje rovněž pelyněk v prášku a hřebíček, ale namísto tinktury z vlašských ořechů používá vřatič obecný (*tanacetum vulgare*) v prášku, který se bere denně v množství tři gramů, ale maximálně jeden gram najednou. Všechny tyto komponenty podporují vylučování šťáv, h listů a mikrobů a mají antiseptický i antipyretický účinek. Pro pelyněk platí dávka jednoho gramu za den, ale jen dvě sta až tři sta miligramů najednou; pro kořeni z hřebíčku dávka jednoho a půl gramu denně, ale jen půl gramu najednou.

Nejllepší je si vzít všechny komponenty najednou. Naplňte jimi pra/dnou kapsli *od* léků a tu polkněte.

Kapsle se někdy prodávají v lékárnách prázdné nebo si kupte nějaké velmi levné léky, obsah vyměňte a udělejte si vlastní kapsle. Není to ale nutné, stačí užívat prášek bez kapslí a zapíjet jej vodou.

Varování! Elixír Trojčátka nedoporučuji pacientům s žaludečními a peptickými vředy a gastritidou. Také osoby s vysokým krevním tlakem by měly být opatrné a neustále si kontrolovat hodnoty tlaku, protože hřebíček jej mírně zvyšuje. Léčbu nezačínajte při menstruaci, protože uvedené komponenty posilují výtok krve. Těhotným ženám je léčba zakázána, hrozí samovolný potrat.

Ruská varianta elixíru Trojčátka se užívá následovně:

První den: jedna kapsle půl hodiny před jídlem.

Druhý den: dvě kapsle, jedna před snídaní a druhá před obědem.

Třetí den a dále celý týden: tři kapsle během dne, před snídaní, obědem a večerí.

Pak užívejte jednu dávku Trojčátka týdně po celý život.

Detoxikace pelynkem podle

A. I. Afanasjeva

Pelyněk si připravte o novoluní, prohněťte jej rukama a prosijte. Bylinku polykejte suchou. Zbylé neproseté bylinky užijte k přípravě napařeného pelyňku

do klystýrů, výplachů, očních, ušních a nosních kapek nebo na kloktání.

Upozornění: Vnitřně je nutné užívat nikoli odvar, ale právě suché bylinky: to aby prošly celým trávicím traktem a léčily vnitřní postižená místa. Pelyňkový odvar se totiž vstřebává v tenkém střevě a do tlustého se nedostane. Zabalte pelyňkový prášek do chlebové střídy a polykejte; pro lepší chuť chleba namažte marmeládou, zavařeninou nebo medem.

Dětem se doporučuje méně hořký cicvárový pelyněk. Přidává se do polévek, kaší a dalších pokrmů.

Na pelyněk si musíte zvykat postupně. Naučte svůj organismus přijímat pelyňkovou léčbu.

- První den: položte si na jazyk jeden suchý kvítek, rozmělněte jej se slinami a polkněte; můžete zapít vodou. Opakujte během dne několikrát, vždy po dvou hodinách.
- Druhý den: proveďte stejný postup se dvěma kvítky a po čtyřech dnech dávku zvyšte na objem špičky čajové lžičky.
- Od pátého po čtrnáctý den užívejte pelyněk čtyřikrát denně: třikrát před jídlem a po čtvrté před spaním. Osoby s konstitucí větru mohou očištnou kúru prodloužit až na třicet dní a dávku zvýšit na čtvrtinu až třetinu čajové lžičky (ale nehodí se to pro osoby s konstitucí větru).

Je možné pelyněk rozkousat a chvíli povalovat v ústech, aby se dezinfikovaly zuby, dásně a dutina ústní. U některých osob může docházet ke stírání zubní skloviny, což svědčí o předráždění principu větru. Po ukončení kúry se sklovina zase obnoví.

Očistnou kúru kombinujte s klystýry: začněte s nimi druhý den a pokračujte po celý týden. Večer si zaveďte větší klystýr ze dvou litrů vody, do nichž přidejte půl litru teplého spařeného pelyňku (dvačtyřicet až třiačtyřicet stupňů Celsia). Jakmile se střeva vyprázdní, hned si zaveďte druhý miklystýr z padesáti až sta mililitrů pelyňkového odvaru; měl by zůstat ve střevech přes noc, a tím na ně blahodárně působit. Ženy mohou v rámci očistné kúry dvakrát denně (ráno a večer) provádět pelyňkový výplach vagíny a močové trubice (používá se vždy teplý bylinkový odvar, ohřátý na dvačtyřicet až třiačtyřicet stupňů Celsia).

Napařený pelyněk připravíte tak, že do litru vody přidáte jednu čajovou lžičku pelyňku, necháte třicet vteřin projít varem a poté na sedm až deset minut odstavíte. Proplachování provádějte od jednoho týdne až do třiceti dnů, dokud nepocítíte, že příznaky infekce vymizely. Roztokem si také zakapejte nos, oči a uši. Dvakrát do roka, nejlépe na jaře a na podzim, se k proceduře vraťte a z preventivních důvodů se jí věnujte alespoň čtrnáct až třicet dní.

Pelyněk dráždí princip větru, ale ten uklidníte teplou koupelí a následným namazáním celého těla olivovým olejem.

Další důležitá věc je, že parazité si mohou na určitý druh pelyňku zvyknout. Proto střídejte různé druhy bylinek: pelyněk pravý, vratíć, zeměžluć a další. Každý druh působí na určité typy parazitů. Navíc můžete střídat pelyňkové listy, kvítky, kořínky a semena.

Z vlastní zkušenosti moc dobře vím, že chuťové orgány si na hořkou chuť rychle zvyknou a po něko-

lžka dnech už ji takřka nebudete cítit. To je znamení, že můžete směle zvyšovat dávky.

Odčervení koňakem a ricinovým olejem

Toto je efektivní metoda, zaměřená na očistu trávicího ústrojí od parazitů. Po ránu se na lačný žaludek pije směs padesáti mililitrů vysoce kvalitního koňaku, který má tři až čtyři hvězdičky, a stejné množství ricinového oleje.

Mechanismus působení procedury je následný: koňak paralyzuje hlísty (doslova se jím opijí), takže se nemohou pevně přisát ke střevním stěnám ani se schovat do nějakého zákoutí v těle. Ricinový olej pak způsobí průjem, který je vyloučí ven z těla.

Stejnou proceduru opakujte i další den. Někdy se stane, že napoprvé metoda nepomůže a hlísti nevyjdou. Pokud vycházejí napoprvé i napodruhé, je nutné proces zopakovat i potřetí a v případě nutnosti i počtvrté. O tom, že se všichni hlísti z těla vyloučili, se přesvědčíte podle toho, že žání ve stolici po defekaci nejsou.

U dětí očista probíhá trochu jinak. Vzbudte dítě kolem první až druhé hodiny v noci a dejte mu pít nějaký velmi sladký nápoj, například čaj, šťávu z kompotu, sirup nebo zavařeninu. Dvacet až třicet minut poté mu dejte dávku ricinového oleje. Dávky se vybírají individuálně podle věku a pohybují se mezi patnáct-

ti až třiceti gramy; hlavní je, aby se dostavil průjem. Následujícího dne proceduru opakujte a provádějte ji po celou dobu, dokud hlísti vycházejí z těla (čili dokud jsou přítomni ve stolici).

Tato metoda se dá kombinovat s léčbou Trojčátkem nebo pelyňkovou detoxikací podle Afanasjeva. Samostatně se hodí na vyhánění velkých hlístů, například škrkavek a podobně.

Příklad č. 6:

Dívka ještě nemá ani dva roky (přesněji 1,8 roku), ale už je často nemocná: mívá zánět průdušek, prodělala zápal plic, dostala spoustu injekcí i antibiotik a trápí ji neustálý chrapot. Po prvním dni koňakové léčby s ricinovým olejem z ní vyšla obrovská třicetimetrová škrkavka a za ní spousta hlenů.

Odčervení dětí

Děti obzvlášť často trpí helminty a není divu, vždyť si rády hrají na pískovištích, hrabou se v zemi a také mají rády zvířata, s nimiž se mazlí a hladí je. Onemocnění se navenek projevuje různými příznaky: náhlá ztráta hmotností a viditelné hubnutí, nevolnost a zvracení, chudokrevnost, bolesti hlavy, narušení nervové soustavy, rychlá únava, avitaminóza, malátnost, úbytek obraných sil organismu a mnohé další. Některé z těchto příznaků však mohou doprovázet onkologická onemocnění. Dítě bude léčeno na všechny možné nemoci, ale podaří se pouze potlačit příznaky, nikoli příčinu. Testy na hlísty je třeba opakovat tři-

krát, protože není jednoduché je odhalit. Přesto p¹ zemřelých v devadesáti procentech prokazuje hlísty ve střevech!

Jak postupovat, když je vaše dítě nemocné a nikdo přesně neví, čím a jak je léčit?

Příklad vyléčení hlístů

Uvádím příběh, který mi poslala žena, matka dvou nemocných dcer.

Jedna z dívenek byla dlouho nemocná a léčila se u různých doktorů. Žádný však nevedl konkrétní diagnózu a myslelo se, že jde o onkologické onemocnění. Osm měsíců chodila na protirakovinnou terapii, a to jí definitivně zničilo zdraví. Dítě umíralo. Matka ji tedy odvezla z nemocnice a doma si všimla podivných útvarů v dceřině stolici: obsahovala hlísty různého tvaru a velikosti, někdy spletené do klubíčka, jindy samostatné. Matce bylo jasné, že léčba jí zabila dítě. Dívka zemřela jako pětiletá.

Žena oplakávala dcerku celý rok, ale pak šla do práce a tam se seznámila s mužem, lékařem, který jí vyprávěl, že kdysi sám trpěl podobnou nemocí. Řekl jí, že její dcera mohla být vyléčena za pět dní. O několik měsíců později této ženě onemocněla druhá, tříletá dcera a měla stejné příznaky jako zemřelá starší dívka: změněný krevní obraz, zvětšená játra a podobně. Tak se znovu vydali k lékařům a ti dospěli k závěru, že jde o dědičnou nemoc. Zapamatujte si: když lékaři nechápou příčinu nemoci a neví, jak nemocného léčit, tak se vymlouvají na dědičnost a mají další obecné nicneříkající výmluvy.

Nešťastná matka uvažovala takto: pokud je to dědičné, tak to jsou zase hlísti. Hned se obrátila na onoho známého doktora a ten jí poradil jednoduchý, chytrý a efektivní recept na léčbu hlístů u dětí. Uvádím jej v nezkrácené verzi.

Recept proti hlístům u dětí

Budete potřebovat kvalitní tří až pětihvězdičkový koňak a projímadlo, ricinový olej nebo fenolftalein.

Dále žena postupovala následovně: v sedm hodin večer dceru nakrmila a uložila ke spánku. Ve dvě hodiny v noci ji vzbudila a podala jí dvě polévkové lžice koňaku smíchaného se sladkým čajem v poměru 1:1. Dítě směs klidně vypilo. Pamatujte, že stačí malý objem koňaku a čaje, například čtyři až šest lžic.

Hladoví parazité v noci vylézají se svých tajemných úkrytů v trávicím traktu a mlsají - s potěšením nasávají sladkou směs. Z koňaku se opijí a už se nemohou přisát ke střevním stěnám, a tak jen tak vegetují, nezachycení uvnitř prostoru střev. Do půl hodiny jsou hlísti „namol“. Během této doby dítě může ještě chvíli spát, ale pak je rodič musí probudit a dát mu projímadlo. V našem případě matka podala dceři fenolftalein a posadila ji na nočník s teplou vodou.

Dávky projímadla volte tak, aby k vyprázdnění došlo poměrně brzy, jinak hlísti „vystřízliví“, uchytí se na stěnách a léčba nebude účinná.

První dvě noci dívenka nevyloučila nic, ale třetí noc to vypuklo: vycházeli hlísti a červíci všeho druhu, klubička roupů, lamblíí a dalších parazitů. Už na první pohled bylo jasné, že s takovýmito nezvanými hosty dítě nikdy nemůže být zdravo. O Čtvrté noci už jich

bylo podstatně méně, ale o páté noci vyšla patnácti-centimetrová škrkavka!

Preventivně je třeba postup po deseti dnech zopakovat. I když hlísti vyjdou už při první noci, pokračujte v léčbě ještě o dvou nocích a za týden proveďte kontrolní očistu. Někdy se stane, že hlísti vycházejí i pátou, šestou, nebo dokonce sedmou noc. V takovém případě pokračujte v očistě, dokud nepřestanou vycházet, a dále provádějte preventivní očistu, popsanou výše. Velmi se hodí koňak se sladkým čajem. Sladká chuť helminty přitahuje, a právě proto se užívá právě koňak, a ne jiné lihoviny. Klystýry v tomto případě nejsou vhodné, lepší očisty střev dosáhnete s pomocí projímadla. Průjem je nezbytný, jinak helminti z těla nevyjdou.

Při léčbě dospělých dodržujte stejný postup, ale dávky zvyšte dvakrát. Vypijte čtyři polévkové lžice koňaku, čtyři polévkové lžice sladkého čaje a stejnou dávku projímadla, které zapůsobí po jedné až dvou hodinách.

Možná by vás zajímalo, jak se dál vyvíjel osud naší tříleté holčičky? Naštěstí dobře: zlepšila se jí chuť k jídlu, měla zdravou krev a do normy se jí vrátila i játra. Přestala být rozmazlená a zlobivá a namísto toho byla plná energie a pohyblivá.

A co se stalo s matkou? I ona byla veselejší, ačkoliv si nikdy nepřestala vyčítat, že svou neznalostí léčení a neschopností *de facto* způsobila smrt prvního dítěte. Aby se takové případy neopakovaly, vzdělejte se, uče se metodám sebeuzdravení a pomáhejte svým nejbližším.

Očista jater od parazitů

Očista jater hořčičným olejem

Játra člověka obývá velké množství parazitů všech možných skupin. V játrech probíhá pestrá látková výměna (tvoří se glykogen a syntetizují aminokyseliny). Protoplazmajaterních buněk je bohatá na živiny, které parazité potřebují pro svůj život. Cizopasníky velmi přitahuje specifický krevní oběh v játrech. To všechno vysvětluje, proč se v jaterních buňkách usazuje nejvíce parazitů, především prvoků a helmintů.

Prvoci, parazitující v lidských játrech

Měňavka úplavičná (entamoeba histolytica)

Často postihuje lidská játra. Nemocní se střevní chorobou amébiázou nebo měňavkovou úplavicí (dysenterií) mají v pěti procentech případů zasažena také játra (amébová hepatitida). Prvotní semeniště měňavky se nachází v tlustém střevě, avšak odtud parazité stěnami pronikají do žil, lymfatických průtoků a vrátanou žilou do jater. Dostanou-li se do jater, poškozují *endotel* (vnitřní výstelku) cév a buněčné tkáně, narušují buněčnou výživu a způsobují krevní sraženiny. Měňavky navíc uvolňují *cytolytické enzymy*, jež spolu s výše uvedenými škodami vyvolávají mikronekrózy jater a později (při jejich slučování) z nich vznikají i *amébové abscesy*. Do těchto semenišť spolu s měňavkami pronikají také bakterie, ty ovšem posléze odumírají a hnis je z bakteriálního hlediska sterilní. Koleni abscesu je viditelná ohraničená zanícená oblast, oddělující hnisavá místa od zdravých tkání jater. **Měňavky** se nacházejí jen v zanícené oblasti, v hni

su samotném ale nejsou. Zanícená místa čokoládové barvy obsahují erytrocyty, žluč, tuky a fibrózní tkáň. K základním klinickým příznakům amébového abscesu patří: dlouhodobá horečka se zimnicí, hubnutí, zvětšování jater, bolesti v pravém boku, které vystřelují do pravého ramenního kloubu, či leukocytóza.

Při druhé formě postižení jater měňavkami, což je amébová hepatitida, se abscesy netvoří.

Ničivka^{3c} útrobní (leishmania donovani)

Prvok postihuje různé buňky jater - endoteliální. Kupferovy a další. Ničivky se rozmnožují v protoplazmě buněk a roztahují je, takže tlačí na drobné žilky. Histologické výzkumy prokazují hyperplazii Kupferových a endoteliálních buněk, atrofii tkáňových buněk a infiltraci postižených míst lymfocyty, histiocyty a plazmatickými buňkami.

Lamblie

Lamblie v některých případech postihují játra. Z dvanáctníku přecházejí do žlučníku a žlučodů, přilepují se k buňkám sliznice a způsobují funkční a zánětlivé změny. V některých případech se vyskytuje kombinovaná parazitární a bakteriální infekce s velkým množstvím vylučovaných leukocytů.

Helminti parazitující v lidských játrech

Ve vnitřním i vnějším průtoku krve játry a ve žlučníku parazitují tyto druhy motolic: motolice kočičí (*opisthorchis felineus*), *opisthorchis viverrin*, motolice jaterní (*fasciola hepatica*), *fasciola gigantica*, motolice žlučová (*clonorchis sinensis*) a motolice kopinatá (*dicrocoelium lanceolatum*)

Tito helminti vyvolávají cholangitidu (zánět žlučových cest), neprůchodnost žlučovodů, cholecystitidu a někdy i hepatitidu.

V jaterních krevních cévách cizopasí krevničky (*schistosoma*), jejichž vajíčka se usazují v jaterní tkáni a mají na svědomí hepatitidu a cirhózu jater.

Kromě toho v játrech cizopasí měchožil bublinatý – echinokok vícekomorový (*echinococcus multilocularis*), měchožil zhoubný (*echinococcus granulosus*) a larvy tasemnice dlouhočlenné (*cysticercus, taenia solium*).

Měchožil rozkládá jaterní tkáň a metastázuje do jiných orgánů - do plic, centrální nervové soustavy a dalších. Měchožil vypadá jako bublina a vyvolává atrofii jaterních tkání, tlačí na cévy a někdy i na žlučové cesty.

Skrze játra migrují někteří kulatí červi, zejména larvy škrkavek dětských (*ascaris lumbricoides*), a zanechávají za sebou mikroabscesy, mikronekrózu a eozinofilní infiltráty. Někdy do jater pronikají ze střev dokonce i dospělé škrkavky, jež jsou příčinou cholangitidy a hepatitidy. Znečišťují bakteriální flóru a způsobují hnisavé procesy ve žlučovodech a jaterních tkáních.

Játra jsou jedním z nejdůležitějších orgánů lidského těla. Bohužel jsou také vyhledávaným cílem parazitů, a proto jsou snadno zranitelná. Jako přípravné metody se k očistě jater hodí *kúra s Trojčátkem, detoxikace pelyňkem podle Afanasjeva, pití posříbřené vody, petroleje a lihové tinktury ze slupek nebo membrán vlašských ořechů*.

Po této komplexní přípravě přistoupíme k samotné očistě jater s citronovou šťávou a olejem, při níž bychom neměli skončit u jednoho pokusu, nýbrž postup třikrát až pětkrát opakovat.

Namísto olivového nebo slunečnicového vezměte raději hořčičný olej, který ohřívá a dráždí játra, čímž působí i na uvedené jaterní parazity a vyhání je ven.

Také citronovou šťávu můžete nahradit šťávou z jakéhokoliv kyselého ovoce nebo lesních plodů. Hodí se rakytník, klikva nebo granátové jablko.

Bylinkový elixír proti parazitům

Hořčičný olej se však špatně shání, a proto si můžete na očistu jater připravit vlastní speciální olejový přípravek s vynikajícími antiparazitárními vlastnostmi.

Do olivového nebo slunečnicového oleje přidejte pelyněk, hořčici, česnek, třezalku, hřebíček a další bylinky. Z nich si udělejte očistný elixír: od každého uvedeného druhu vezměte jednu čajovou lžičku nebo jeden gram rozmělněných bylinek a koření a nasypete je do půl litru oleje. Nechte týden odstát na temném místě. Napoprvé nemusíte mít všechny komponenty: zkuste přidat jen čajovou lžičku hořčicového prášku a pelyňku (pro ty, jejichž organismus má silné teploturné schopnosti) nebo mletý hřebíček (pro ty, kterým je spíš zima). To stačí a získáte vynikající léčebný olejový elixír proti parazitům.

Metody očisty jater

Připomínám pravidla, jak provádět očistu jater. tajemství efektivity této metody spočívá ve správně předchozí přípravě - celkovém změkčení organis-

mu. Tělo se změkčí při teplých vodních procedurách, které je třeba opakovat třikrát nebo čtyřikrát: každou ukončete krátkým ochlazením. Jedině tak z vás hned po prvním úkonu začnou vycházet kamínky, písek a další nečistoty. Poslední změkčující proceduru proveďte den před plánovanou očistou jater.

Budete-li tři až čtyři dny před plánovanou očistou jíst převážně rostlinné produkty a pít hodně čerstvých vymačkaných šťáv (například směs z dvaceti až padesáti mililitrů řepné šťávy a čtyřikrát až pětkrát většího množství jablečné šťávy, nejlépe z kyselých jablek) a k tomu jedenkrát denně zavádět očistné klystýry (s urinou i bez ní), vaše příprava bude ideální.

K očištění jater podle mnou doporučené metody přistupte před novoluním, desátý až třináctý den lunárního cyklu. Před očistou bystě měli být svěží a klidní. Ráno si zajděte na toaletu a zaveďte si klystýr. Vypijte předem připravenou šťávu a lehce posnídejte, v poledne stejně lehce poobědvejte a po jedné až dvou hodinách si začněte nahřívat oblast jater. Položte si na tělo obklad s horkou vodou nebo elektrický ohřívač a užívejte ho po zbytek dne až do počátku samotné očistné procedury, s níž začnete kolem devatenácté hodiny večer. Předem si ohřejte olivový olej (pokud potřebujete vyvést parazity z těla, tak hořčičný) a citronovou šťávu tak, aby dosáhly třiceti až pětatřiceti stupňů Celsia. Dávky volte podle své tělesné hmotnosti a také podle toho, nakolik váš organismus snáší oleje.

Postavte před sebe dvě sklenice, jednu s olejem druhou se šťávou. Jednou nebo dvakrát si loknete oleje a zapijte stejným počtem doušek šťávy. Počkej

te patnáct až dvacet minut, zda vás nepřekvapí lehká nevolnost, a postup opakujte ~ tolikrát, dokud ingredience nevypijete. Buďte v klidu a sedněte, dívejte se na televizi anebo si čtěte zajímavou knížku.

Někteří lidé špatně snášejí oleje a po prvních douškách se jim udělá špatně. Doporučuji počkat, dokud nepříjemné vjemy nezmizí, a teprve poté pokračovat v kúře. Klidně léčení prodlužte, to vůbec neškodí, ba naopak je to účinné. Pokud však nevolnost nepolevuje, dál nepijte a proceduru ukončete. Ohřívač můžete nadále držet anebo jej sundat.

Jakmile máte dopitu šťávu i olej (množství se pohybuje mezi sty a třemi sty mililitry), proveďte další úkony posilující účinek očisty. Přibližně jednu až půldruhou hodinu po požití ingrediencí se usadte v pohodlné pozici (vhodné je na paty), vatou si ucpěte levou nosní díрку a dýchejte pravou. Na jazyk si položte trochu pálivé papriky a na játra aplikátor Kuzněcova, ale s kovovými jehlami. Všechny tyto kroky podněcují produkci energie a tepla a jejich směřování do jaterní oblasti.

Představte si, že při výdechu posíláte k játrům ohnivý paprsek. Dýchejte pomalu a pravidelně čtyřikrát až šestkrát za minutu aktivně přitom pohybujte bránicí. Při nádechu vypněte břicho a při výdechu jej tlačte nahoru. Játra se skvěle promasírují, aktivuje se v nich krevní oběh a pro myji se od odpadních látek i zhuštěním. Dýchejte patnáct až třicet minut, pak si hodinu odpočiňte a cvičení opakujte. V přestávkách si položte na oblast jater magnet.

Všechny vlivy dohromady, teplo, aktivita enzymů, rozprouděná krev, zvýšení náboje červených krvinek i aktivní pohyb volných elektronů, pozitivně ovlivňují játra. drolí a rozpouštějí kameny, vymývají odpadní látky a vyhání parazity.

Přibližně od třidvaceti hodin večera do tří hodin ráno (nebo blíž k ránu) jsou biorytmy jater a žlučníku na vrcholu své aktivity a začíná proces vyvrhování a vylučování kamenů a nečistot, nejčastěji doprovázený průjmem. Konečně uvidíte, jaká „bohatství“ jste si ve vnitřnostech nashromáždili –kvůli svému nesprávnému životnímu stylu, chybnému stravování a dalším zlovykům. Nyní vidíte, že takto dále nemůžete žít, a dokud budete to svinstvo nosit v těle, o žádném zdraví nemůže být ani řeči.

Ráno si vezměte ještě jednou projímadlo, protože z vás možná začne vycházet velké množství kamínků a žluči s konzistencí mazutu. Zaveďte si očistný klystýr, trochu si odpočítejte a najezte se. U prvního jídla byste měli vypít půl litru zeleninové šťávy (mrkvové a řepnojablčkové v poměru jedna ku pěti), která vám znovu propláchně játra. Teprve poté můžete jíst saláty a vodové kaše a vrátit se k normálnímu životu.

Pokud si věříte, že další očistu jater zvládnete a že máte dost praxe, proceduru opakujte. Ráno následujícího dne si zaveďte očistný klystýr a kolem oběda druhý. Během dne pijte jen čerstvé šťávy nebo bylinkové odvary, například třezalkový s medem, máťový s medem nebo balšámový s medem, prostě co seženete. Ve čtrnáct hodin si začněte znovu prohřívát játra a dále si je pročistěte podle uvedeného postupu.

Ráno dalšího dne si zaveďte dvojitý očistný klystýr a na posílení trávicího ústrojí snězte dobře povařenou rýži s přepuštěným máslem. K obědu si připravte dušenou zeleninu a rýžovou kaši ochucenou máslem a mletými mořskými řasami. Celý další týden odpočívajte, vzdejte se procedur a nic neprovádějte, zejména ne šankpraksalánu nebo klystýry. Jen dodržujte dietu a relaxujte.

K dalšímu jednoduchému nebo zdvojenému očistnému procesu očisty jater se můžete odhodlat po dvou týdnech, nejlépe před následujícím novoluním a po přípravě.

Dodatečná doporučení k detoxikaci

Jak ukázala praxe, mužům a ženám s hmotností do šedesáti až pětadesáti kilogramů a lidem, kteří nesnášejí oleje, stačí sto padesát až dvě stě mililitrů oleje - to aby nezvraceli. Při dalších očistných kúrách se dávky zvyšují na tři sta mililitrů a u této úrovně je možné zůstat.

Pokud vás přesto trápí nevolnost a zvracení a pokud ve zvracích pozorujete nazelenalé, černé nebo podobně tmavé hleny, znamená to, že olej a šťáva v žaludku zapracovaly: rozpustily patologickou vrstvu, která se tam nacházela, a vyplavily ji. Někdy k tomu dojde hned při první očistě. U druhé očisty použijte menší množství oleje i šťávy a u třetí je zase trochu zvyšte.

Během očisty buďte uvolnění, klidní a relaxovaní. Očista s olejem a citronovou šťávou není bolestivá. Někdy se vám však může zdát, zejména když máte hojnou stolici, že vaše játra dýchají. Hlavně

se ničeho nebojte, protože strach způsobuje spazma cév i žlučových průtoků, které mohou zamezit vylučování nečistot, což je další příčinou zvracení. Jestliže jste přesto podráždění, vystrašení, nervózní a cítíte se svázaní, nejprve se uklidněte, snězte a zapijte dvě tabletky spasmolytického léku a relaxujte. Očista proběhne normálně.

Neprovádějte očistu jater po těžké práci ani po dlouhodobém hladovění, nýbrž si v takových případech tři až pět dní odpočiňte a obnovte síly. Jinak nastanou dva scénáře: buď prostě jen sníte trochu oleje s citronovou šťávou, nebo se hodně vysílíte. Pamatujte, že procedura přece jen představuje zásah do jater a nadměrné vypětí pro tělo, k čemuž organismus potřebuje síly. Sami poznáte, jak játra vibrují a dýchají, a to zejména během prvních očistných procedur.

Příklad č. 7:

Už druhým rokem se léčím podle vašich knih o urenoterapii a hladovění. Po prvním roce různých procedur jsem doslova pookřál. Měl jsem časté křeče a velmi mne bolely všechny klouby, přičemž ty na rukou i nohou jsem měl takřka nepohyblivé. Někdy se mi nohy téměř zkroutily bolestí a nemohl jsem chodit ani sedět. Bylo to, jako bych se úplně rozsypal: cukrovka, revmatismus, psoriáza, houbová a plísňová onemocnění, to je jen krátký výčet ze seznamu mých bývalých neduhů.

A nyní? Všechny nemoci mne nechaly na pokoji a já nejenže normálně chodím, ale dokonce se amatérsky věnuji společenskému tanci. Neznám únavu a můj životní tonus se významně pozvedl.

Detoxikoval jsem si organismus a proces očisty byl silný. Večer onoho očistného dne jsem měl trochu průjem a ráno druhý den od čtvrté do sedmé hodiny ranní trval bolestivý záchvat, kdy mi v břiše všechno tlačilo. Měl jsem pocit, že mi vnitřnosti vylezou ven. Takřka nepřetržitě ze mne něco teklo, chvíli něco hnědého, potom černého, pak zas jakési vločky, sraženiny a chomáče, bylo toho dost. Během jednoho týdne jsem zhubl o dvanáct kilogramů.

Hladovění a antiparazitární léčba

Hladovění znamená dobrovolné odmítnutí potravy na určitou dobu za účelem regenerace životních sil organismem a obnovy harmonie i síly biologických procesů, narušených v důsledku nemoci, celkového oslabení a jiných příčin.

Mechanismus hladovění

Jestliže dojde k úplnému přerušení příjmu potravy, organismus začne spotřebovávat rezervní zdroje a sekundární tkáně, to znamená, že člověk přechází po určité době na takzvanou *endogenní výživu*. Štěpení výživných látek a tkání způsobuje, že se uvnitř organismu hromadí produkty z tohoto procesu. Tím se pH vnitřního prostředí posouvá na kyselou síranu (acidóza), přičemž hodnoty okyselení nepřesahují fyziologické normy.

Acidóza je prvním a nejdůležitějším fyziologickým mechanismem spouštějícím řetězec léčivých procesů, které jsou při normální výživě utlumené.

Okyselení vnitřního prostředí organismu vede ke spuštění procesů rozpadu tkání (takzvaná *autolýza*). V kyselém prostředí se aktivují některé fagocyty a některé enzymy, jejichž funkce je zaměřená na rozklad oslabených a nezdravých vlastních tkání a cizích látek v organismu.

Během autolýzy dochází ke spuštění očistných mechanismů, při nichž se z organismu vylučují nečistoty, oslabené tkáně a různá patologicky změněná ložiska. Rozpad tkání přispívá k uvolnění různých toxických látek a nečistot, které se z organismu snadněji vylučují, a změněné tkáně se likvidují.

Kontrola rozpadu tkání probíhá na úrovni kvantového těla zvláštním procesem, který jsem pojmenoval *princip priority*. Hlavním úkolem tohoto principu je, aby v organismu došlo nejdříve k rozpadu všech zbytečných látek a potom na základě principu důležitosti pro životnost organismu zdravé tkáně.

Okyselení organismu a zvýšení aktivity fagocytů normalizuje mikroflóru organismu. Acidóza spouští proces *utilizace* kyslíčnicku uhličitého a dusíku z ovzduší. Tímto procesem přechází organismus na vnitřní (endogenní) výživu, která zabezpečuje úplnou syntézu aminokyselin a jiných biologických sloučenin během hladovění.

V průběhu hladovění je mnoho orgánů a systémů organismu ve fyziologickém klidu. Tento stav umož-

ňuje obnovení poškozených struktur a řady funkcí organismu.

Zvýšená intenzita rozpadu tkání v důsledku autolýzy a obnova struktur i funkcí trávicích orgánů během hladovění stimuluje metabolismus a posiluje činnost trávicích orgánů v průběhu regeneračního hladovění. V období hladovění se zvyšuje obranyschopnost organismu, a to jak na buněčné úrovni, tak také na úrovni organismu jako celku. Organismus je odolnější vůči různým vnitřním i vnějším škodlivým faktorům. Všechny uvedené fyziologické mechanismy vedou po ukončení hladovění k výraznému regeneračnímu a omlazujícímu procesu.

Pravidla léčebného hladovění proti parazitům

Při hladovění obecně platí, že se musí brát ohled na biorytmy, individuální konstituci a věk.

Hladovění s přihlédnutím na roční období a biologické rytmy

Hladovění by se mělo provádět s přihlédnutím k biologickým rytmům přírody. Jestliže se hladoví jen náhodně, nedosáhne se požadovaných výsledků. Mohou vzniknout potíže s následky, které člověku zabrání v zahájení dalšího procesu hladovění. Jaký je tedy postup, který by umožnil účinně využít biologické faktory pro úspěšné hladovění?

Roční období ovlivňují životní procesy v lidském organismu a významnou roli přitom hrají dva faktory: je to energie proudící z vesmíru a klimatické podmínky.

Energetický faktor se projevuje nejvýrazněji v období, kdy se Sluneční soustava dostává do sektoru živlu ohně. To probíhá ve znameních Skopce, Lva a Střelce. Obrovské množství gravitační energie se na Zemi dostává během zimního slunovratu. Hladovění je v tomto období jednodušší a účinnější. Všechny pusty (zejména dlouhodobé, to znamená Velký půst a vánoční půst) se většinou dodržují v těchto obdobích.

Klimatické podmínky mohou díky účinkům chladu, tepla, vlhka a sucha přispět k očistě organismu během hladovění, nebo naopak se mohou stát jakousi brzdou.

Pro hladovění je nejvhodnější teplé a vlhké počasí. Na počátku léta, přibližně kolem svátku Petra a Pavla 29. 6., se venkovní teplota aktivizuje v biologické reakce organismu a to přispívá k lepšímu a rychlejšímu vyloučení nečistot z organismu a k odstranění nových škodlivých útvarů v těle.

Zimní období, kdy je chladno a sucho, může zapříčinit ucpaní hlenů a nečistot v buňkách, a tím snížit účinek hladovění. Je nezbytné, aby se škodlivé účinky neutralizovaly, a proto je potřeba zařadit více procedur s nahříváním a dodáním vlhkosti organismu. Potom bude všechno v pořádku.

V létě je těžší hladovět, protože sluneční paprsky a teplo působí na organismus tak, že se uvolňuje. Očista však probíhá velmi dobře. V zimě je snazší hladovět, protože chlad a gravitační energie na organismus působí blahodárně; ovšem očista probíhá pomaleji

Dlouhodobé hladovění je vhodné provádět v období kdy je příroda v klidu, to znamená v období jarní a podzimní rovnodennosti. To dodržuje i většina zvířat. Očista a obnova organismu během hladovění jim zajistí příliv životní energie, což se projevuje zvýšenou pohlavní aktivitou (jarní a podzimní páření).

Hladovění s přihlédnutím k lunárnímu cyklu

*Lunární cyklus** také intenzivně působí na procesy probíhající v organismu člověka. Hraje významnou úlohu, neboť v jeho průběhu existují dny a období, kdy se organismus čistí sám, a dny a období, v jejichž průběhu by očista neměla probíhat.

Postavení Měsíce a jeho fáze vyvolávají na Zemi přílivy a odlivy. Podobný proces probíhá i v lidském organismu v podobě dvou jevů. Za prvé lidský organismus se skládá z vody, a proto v něm rovněž probíhají přílivy a odlivy. Za druhé vlivem gravitačního účinku Měsíce je náš organismus jednou lehčí, jednou zase těžší. Když je organismus lehčí, rozšiřuje se, což zajišťuje očistný proces hladovění, a naopak když je organismus těžší, stahuje se v důsledku zemské gravitace a vlastních sil. Tkáně a orgány jsou sevřené a vylučování nečistot a hlenů probíhá velmi obtížně.

Plného úspěchu hladověním lze dosáhnout pouze v souladu s lunárními cykly (v běžných kalendářích je uvedeno, kdy začínají příslušné fáze lunárního cyklu).

Kdy začít hladovění a jak dlouho je vydržet

1. Hladovění *do sedmi dní* se provádí pouze ve druhé a čtvrté fázi lunárního cyklu. Během tohoto období

* Nakladatelství Ugentka připravuje knihu G. Malachova *Lunární kalendář v běžném životě*

se organismus čistí přirozenou cestou a hladovějící jedinec se těmito procesům přizpůsobí.

2. Hladovění *delší než sedm dní* má být načasováno tak, aby většina dní byla ve druhé nebo čtvrté fázi lunárního cyklu.

3. Hladovění *delší než čtrnáct dní* je vhodné naplánovat tak, aby jeho ukončení připadlo na počátek lunárního cyklu. V tomto období organismus přirozeně spouští životní procesy, takže hladovější jedinec se bez problémů dostane do jeho rytmu.

Pokud si věříte a máte s pústy zkušenosti, zkuste *dlouhodobé hladovění*, které je nejúčinnější, jestliže začne na počátku lunárního cyklu a skončí současně s koncem lunárního cyklu. Je to nejlepší varianta.

Chtěl bych ještě jednou připomenout, že hladovění v první a třetí fázi lunárního cyklu (hladovění do sedmi dní), kdy organismus přirozeně přechází do fáze stažení a koloidy buněk zadržují nečistoty a hleny, je málo účinné. Regenerace organismu by měla probíhat právě v těchto obdobích, kdy v organismu probíhají takzvané *spojovací procesy* a organismus látky zadržuje.

Hladovění s přihlédnutím k věku a individuální konstituci

To je důležité především při počátku hladovění a při jeho ukončení. Každý člověk je jiný. Starodávní mudrcové přišli na to, že rozdíly mezi lidmi tkví v rozličných kombinacích životních principů slizu, vetru a žluči.

U jedinců s převahou tělesné konstituce slizu organismus dobře zadržuje vodu. Tito lidé jsou tlustí a mají velká těla

U jedinců s převahou tělesné konstituce žluče má organismus schopnost sám produkovat teplo. Jsou to lidé s průměrnou tělesnou konstitucí a nažloutlou kůží.

U jedinců s převahou tělesné konstituce vetru organismus špatně udržuje vodu a teplo. Tito lidé mají křehkou skladbu těla, jsou vyzáblí a neustále je jim zima. Při hladovění ztrácejí vodu, a to se projevuje na jejich zdraví negativně.

- *Osobám s nadváhou* hladovění pomáhá a dodává jim lehkost, pohyblivost a sílu. Odvádí z jejich organismů nadbytečnou vodu. Z léčebných procedur jim vyhovuje nahřívání v suché páře, střídmy pitný režim (měli by pít jen málo tekutin, a především převařenou vodu). Jim padne jako ušité jednodenní či dvoudenní hladovění nasucho týdne (bez příjmu vody).
- *Hubeným a často mrznuícím osobám* se k dosažení dobrého výsledku při hladovění doporučuje koupel v horké vodě. Měla by se provádět několikrát denně. Koupele by se měly doplnit pitím teplé vody. V opačném případě se očistný proces zpomalí a tyto lidé se budou se cítit velmi špatně.
- *Normálním osobám*, které nemají vážnější problémy, se k provedení kvalitního očistného procesu doporučuje sauna s vlažnou párou, teplé koupele i pití teplé vody. Tito lidé a osoby s nižší hmotností by měli vypít tolik tekutin, aby vyloučili asi litr moči denně.

Kontraindikace detoxikace hladem

Když měl G. A. Vojtovič, vynikající odborník na hladovění, odpovědět na otázku, zda je možné hladovění provádět v domácích podmínkách, řekl: „Ve starodávných civilizacích žádné nemocnice nebyly. Všechny léčebné metody včetně léčby hladověním se mohou provádět v domácích podmínkách.“

Mnoho lidí jistě napadne otázka, zda hladovění nemá kontraindikace? Pokud bychom měli přihlídnout k lékařské praxi, pak kontraindikacemi k hladovění mohou být následující příklady:

1. Druhá polovina těhotenství u žen a období kojení.
2. Pokročilé formy tuberkulózy, kdy se člověk nemůže hýbat.
3. Pokročilé formy zhoubných nádorů, kdy se člověk nemůže hýbat.
4. Pokročilé formy zhoubných onemocnění krve, kdy se člověk nemůže hýbat.
5. Pokročilé formy difúzních onemocnění pojivové tkáně, kdy se člověk nemůže hýbat.
6. Některé psychické a neurologické choroby v akutní formě, kdy se člověk nemůže hýbat, nebo poruchy mentálních funkcí.
7. Rozsáhlé hnisavé procesy ve vnitřních orgánech (abscesy, gangrény a jiné nemoci).

Pro odčervení a odstranění parazitů je jednodenní hladovění neúčinné. Jsou potřeba mnohem delší kúry, a proto se dále budeme věnovat především pravidlům a podmínkám třídenního, sedmidenního a desetidenního hladovění.

Správné třídenní, sedmidenní a desetidenní hladovění

Příprava před hladověním

Správná příprava se provádí dva až tři měsíce před počátkem hladovění a měla by z organismu vyloučit toxiny i produkty odpadu. Těžištěm přípravného období jsou různé ozdravné procedury a změna stravování.

První užitečná rada před zahájením hladovění je vyloučení nejškodlivějších látek z těla pomocí různých očistných procedur. Tlusté střevo se pomocí klystýrů vyprázdní a vyčistí od výkalů i ostatních patologických látek. Během hladovění tak nebude docházet k většímu vylučování výkalů, čímž se ušetří energie, potřebná pro jinou léčebnou činnost v organismu. Očista jater zabrání vzniku krizí během hladovění, při kterých z organismu vycházejí žlučové kamínky a zbytky staré žluči. Procedury s párou přispívají k odstranění většiny toxinů, nacházejících se v tělesných tekutinách organismu. Terapie šťávami je rovněž důležitá k provedení očisty, protože dodatečně propláchnou pojivové tkáně a očistí ledviny. Doporučuji zařadit výhradně potraviny rostlinného původu. Ze svého jídelníčku odstraňte umělé potraviny (zákusky, pečivo, čokoládu, bonbony a jiné druhy) a smíšené potraviny (obložené chlebíčky, pizzu, brambory s masem a jiné pokrmy). Dodržujte důležitá pravidla, jako například nejíst večer a nezapíjet pokrmy hned po jídle.

Předběžnou přípravou docílíte toho, že vylučování toxinů a produktů odpadu nebude tak intenzivní,

a proto snadno vydržíte bez obtíží i dlouhodobé hladovění a využijete je plně ve svůj prospěch.

Je-li organismus víceméně plně očištěný, klidně přípravnou etapu zkráťte, například týden nebo dva před hladověním jezte jen vegetariánskou stravu, načež začnete s půstem.

Jak správně zahájit léčebné hladovění

Velký význam má i to, jak začnete hladovět. Jestliže například jeden den vydatně jíte a následující den hladovíte, žijete jeden až dva dny prakticky z toho, co máte v žaludku a střevním traktu. U tří denního a vícedenního hladovění se zastavuje činnost střev a výkaly z potravy, přijaté ještě před hladověním, zůstávají v organismu a otravují jej v podobě zácpy.

Z toho vyplývá, že jedno až dvoudenní hladovění se zaplněným organismem není účinné. Hladovění v dalších dnech, kdy ve střevech zůstávají nestrávené zbytky potravy, je velmi obtížné. Kromě léčebného účinku hladovění probíhá v organismu očista střev v podobě zácpy. Co to vlastně znamená? Obsah tlustého střeva se postupně vstřebává do krve a z ní se odstraňuje pokožkou, sliznicí ústní dutiny a jazyka a přes plíce. Je však dvojnásob práce potřebná?

Jestliže se v žaludku a střevech nenachází ani potrava, ani kameny, tyto orgány velmi rychle přejdou na výživu, která probíhá díky uvolněnému vnitřnímu mechanismu buněčné biosyntézy a také díky kyslíčnicku uhličitému a dusíku, rozpuštěnému v tekutém prostředí organismu. Cizorodé prvky se rychleji roz-

pouštějí a odstraňují z organismu a řada léčebných mechanismů se urychluje.

Na základě výše uvedených skutečností vidíme, že je důležité hladovkovou kúru správně začít. Předcházející očista žaludku a střevního traktu se nesmí zanedbat. Uvedeme si několik doporučení:

1. Použití projímadla.
2. Použití klystýrů.
3. Neprovádět očištné procedury tehdy, jestliže jste týden před hladověním konzumovali převážně čerstvou rostlinnou potravu a hladovění netrvalo déle než týden.

Pokud bude počátek hladovění proveden správně, začne okamžitá očista na buněčné úrovni. V opačném případě se během hladovění začne nejdříve vylučovat obsah střev a teprve potom se spustí očista a regenerace organismu na buněčné úrovni.

První tři až pět kúr očištného hladovění, trvající tři a více dní, je vhodné provádět v příznivých podmínkách. Měli byste mít možnost si kdykoli odpočinout, jakmile pocítíte, že se vám nečistoty a hleny dostávají do krevního řečiště a vyvolávají intoxikaci v organismu. Právě při této ozdravné metodě se člověk může cítit oslabený, a proto byste si v případě nutnosti měli lehnout a odpočívat. V posteli je třeba být uvolněný a ležet v klidu, dokud vám životní síla neobnoví fyzické síly a neodstraní vám z organismu nečistoty z krve. Toto nepříznivé období skončí, jakmile se vám dostanou nečistoty a hleny.

Zahájení tří, sedmi a desetidenního hladovění

Ráno užijete projímadlo nebo si ve větších dávkách dejte několik očistných klystýrů. Dojde k prudkému přerušení příjmu potravy zvenčí a organismus přejde na nitrobuňčnou výživu. Vyvarujete se případné autointoxikace přes tlusté střevo, a navíc se budete během hladové kúry cítit mnohem lépe.

Při sedmi a desetidenní kúře se klystýry provádějí obden. Častější používání klystýrů (jednou nebo dvakrát denně) není účelné z tohoto důvodu, že nečistoty a žluč se během tohoto období nestačí v tlustém střevě nahromadit. Používání klystýrů během sedmi a desetidenního hladovění obden je ve srovnání s jejich každodenním prováděním užitečné, neboť není tak únavné a násilné. Klystýry jednou za tři dny zase nejsou dostačující, takže dvoudenní interval je skutečně optimální.

Pokud z těla neustále vycházejí toxiny a výměšky z klystýrů trvale obsahují nečistoty, dělejte je tak často, jak potřebujete, a nestyďte se. Vaším úkolem je co nejrychleji vyloučit kvasící nečistoty z organismu. Proto dělejte dvojité, a dokonce i trojitě očistné klystýry, vždy ráno a večer.

Nedělejte nic, co by z vás zbytečně vytahovalo životní energii. Životní pole se nejlépe posiluje při spánku. Zbavte se postranních myšlenek, jež vám škodí, aby v něm nevyvolávaly energetické vzruchy.

Lépe si očistíte organismus od toxinů a zbavíte se parazitů, pokud budete užívat hořké tonizující prostředky z bylinek a urinu. Nepijte čistou vodu, ale odvary a výtažky z bylinek, které jsme vyjmenovali

v kapitole „Hořká tonika“. Hodí se také silně kyselá citronová šťáva, při hladovění pak křemíková voda (na pití i klystýry). Lidé odhodlaní a se silnou vůlí možná vydrží i velmi vhodné suché hladovění trvajících od tří do pěti dnů.

- Užijete-li *hořké bylinky*, vězte, že napomáhají rychlému štěpení a očištění tkání, ale zároveň vysušují a ochlazují organismus. Tudíž se velmi hodí pro osoby s nadváhou a dobrými teplotovými schopnostmi organismu.
- Užijete-li odvary a výtažky *s pálivým kořením*, budou štěpit tkáň, vyvádět toxiny a vysušovat organismus, ale také aktivovat tvorbu tepla a zvyšovat celkovou obranyschopnost. A takto parazity z těla „vykoušou“. Odsud vyplývá, že se tyto prostředky hodí pro osoby s průměrnou stavbou těla, pro osoby s nadváhou a věčně zimomřivé osoby.
- Užijete-li *citronovou vodu*, v organismu se zvýší kyselá reakce, štěpení produktů odpadu a teplotovné schopnosti, ale přitom tělo nebude ztrácet vodu, ba naopak se v něm bude lépe udržovat. Tato metoda se nejlépe hodí pro hubené osoby, kterým je často zima.
- Užijete-li *veškerou urinu* vyloučenou při hladovění nebo její část, detoxikace se aktivuje a působení na parazity bude silnější. Je-li organismus silně zanesen a intoxikován, vypustí moč „zadní cestou“: urina zapůsobí jako jemné projímadlo a důkladně pročistí trávicí trakt i játra. Jestliže v těle není usazeno mnoho nečistot, bude půso-

bit jen jako močopudný prostředek a promyje vám urinogenitální soustavu. Metoda se hodí pro všechny typy tělesné skladby i funkčních zvláštností organismu.

Během hladovění je velmi vhodné potírat tělo vlastní starou nebo odpařenou urinou. Stará moč má zápach čpavku (intenzita západu závisí na stáří moči) a ten rovněž vyhání parazity, a navíc pozitivně ovlivňuje průběh detoxikace. Ničí mikroparazity usazené ve tkáních, v krvi a ve střevch.

Masáž s odpařenou urinou dodává organismu energii, a to se hodí pro oslabené osoby. Jakákoliv urinová masáž posiluje během hladovění srdce, a proto s ní budete hlad snášet lépe.

Varování. Nedoporučuji hladovět déle než tři dny na hořkých a pálivých odvarech a výtažcích. Nejprve získejte zkušenosti a nepřehánějte to, protože si můžete podráždit princip větru, a to by přineslo další komplikace. Hladovění na citronové vodě je jiné a může trvat i sedm dní. Delší hladovění praktikujte až po získání zkušeností, totéž platí i o urinovém hladovění.

Stav vědomí během hladovění

Během hladovění se aktivují některé emoční bloky, například netrpělivost, svíravý hlad, neklid a další. Je nutné si udržovat nadhled, ale jak? Až vás ovládnou negativní emoce, například strach z hladu, vytěsněte je jinými myšlenkami, takovými, které vás podporují a dodávají sílu. Tak se naučíte řídit své emoce a trénovat sílu vůle, a to jsou schopnosti, bez nichž vám životní síly nebudou narůstat.

Radujte se, že vám jednodenní hladovka pročistí organismus a aktivuje obranyschopnost. Představujte si, jak si pěstujete silné, odolné, nestárnoucí, nemocemi nezničené a únavou nevysílené tělo. Představujte si, jak napomáháte vyhánění parazitů z těla. Tak si při hladovění uchováte vysokou duchovní úroveň. Zbavte se sebelítosti a odhánějte od sebe všechny negativní myšlenky.

Každý den během hladovění opakujte:

1. Tento den jsem svěřil své tělo do rukou Síle života, aby je zevnitř očistila a obnovila.
2. Každou minutu hladovění z těla vyplavuji toxiny a odpadní látky a vypuzuji parazity. Každá hodina hladovění mi čistí vědomí. Jsem šťastnější a energičtější, bezstarostnější a přirozenější.
3. Hodinu po hodině si posiluji organismus.
4. Při hladovění využívám stejné metody duchovní, fyzické a mentální očisty, kterých využívali v průběhu věku ti největší učitelé lidstva.
5. Při hladovění plně kontrojuji své emoce a žádný falešný pocit hladu, nepohodlí ani sebelítosti mě nerozhodl' a nedonutí, abych s pústem přestal. Vím, že kúru úspěšně dokončím.

Opakujete-li si tato slova častěji, řídíte si svůj organismus skrze své životní pole. Buďte **pevní a důslední**, držte se svých záměrů a přemýšlejte o tom, jak kouzelné výsledky vám léčba přinese. Vnitřně se z toho radujte.

Ukončení tří denního, sedmidenního a desetidenního hladovění

Během sedmidenního hladovění dochází ke zmenšování žaludku a celého střevního traktu a trávení se částečně přesouvá na buněčnou úroveň. Orgány trávicího traktu musí nyní pomalu znovu začít pracovat.

- *Sedmý den hladovění*, přibližně v šestnáct hodin. je potřeba dodržet následující postup. Hladovějící osoba si vezme kůrku chleba potřenou česnekem, pečlivě ji rozžvýká a vyplivne. Tato procedura zajistí očistu ústní dutiny a odstraní hleny i toxiny. Zvolte takové dávkování česneku, aby vám jeho pálivá chuť nespálila sliznici dutiny ústní. Můžete postupovat i jinak: dobře si propláchněte ústa převařenou vodou, do které kápnete trochu jodu (pět kapek Lugolova roztoku na dvě stě mililitrů vody). Po pětadvaceti až třiceti minutách započne obnovená výživa podle některé z níže uvedených variant.
- *První varianta*. Vypijte sklenici (asi dvě stě mililitrů) kyselého mléka. K čemu je to dobré? Kyselá chuť energeticky stimuluje funkci trávení, které se spouští na kvantové úrovni. Kyselé prostředí a mikroorganismy okamžitě vytvoří příslušné prostředí v žaludku a střevním traktu, což zajistí správné trávení, správné fungování bakteriální mikroflóry a stimulaci zažívání organismu.
- *Druhá varianta* Vypijte sklenici čerstvé vylisované mrkvové šťávy. Jaké budou účinky? Barva mrkvové šťávy stimuluje zažívání, a tak v/m

ká impuls ke spuštění trávicí funkce. Dostatečné množství karotenu posiluje sliznici žaludku a střevního traktu. Mrkvová šťáva se vyznačuje silnými fytoncidními vlastnostmi a díky dostatečnému množství přírodních cukrů ji organismus rychle vstřebává a využívá. Navíc čistí játra, proto tento přechod doporučují mnozí odborníci v oblasti léčebného hladovění.

- *Třetí varianta*. Vezměte čtyři až pět rajčat průměrné velikosti, oloupejte je a nakrájejte. Vložte je na dvě až tři sekundy do vařící vody, poté vyjměte, nechte vychladnout a snězte.

Jaké jsou účinky? Při ukončení hladovky všechny tvrdé části zeleniny a slupky způsobují předráždění principu větru, a to přináší další komplikace. Něco jiného je, když zeleninu očištíte, oloupete z nich slupku a tepelně ji zpracujete: typické vlastnosti větru se ztrácejí a nevyvolávají žádné vedlejší efekty. Tuto hodnotnou a velmi důležitou informaci doporučuje člověk, který dlouho praktikoval hladovění. Rajčata jsou kyselá a mají červenou barvu: oba faktory stimuluji trávicí funkci. Takto ukončit hladovění doporučuje Paul Bragg.

V závislosti na tělesné skladbě, podmínkách a cíli hladovění si při praktickém provádění hladovkové kúry sami určíte, která ze tří variant přechodu na normální stravu je pro vás nejvýhodnější. To je nejdůležitější úkol.

Přechod lze provádět i takovým způsobem, že v létě může hladovějící jíst rajčata, na podzim a na jaře

pít mrkvovou šťávu a v zimě kyselé mléko. Zkuste vyzkoušet i jiné způsoby a možná, že si zvolíte jinou metodu. V tyto dny nepotřebujete nic jiného než protiovodu*.

- *Osmý den ráno* si připravte salát z prolisované mrkve a zelí a přidejte do něj šťávu, vymačkanou z poloviny pomeranče (není to ale nezbytně nutné). Potom můžete sníst hustou polévku z naklíčených obilných klíčků. Během dne pijte podle potřeby protiovodu.

K obědu snězte salát z prolisované mrkve, nastrohaného celeru a zelí, ochucený jablečnou šťávou. Potom si smíte dát dvě zeleninová jídla (z vařené zeleniny), například z řepy, tykve nebo mrkve. K tomu přikusujte plátek z obilných klíčků, který neobsahuje škrob (škrob se v organismu mění na sladový cukr). Vše důkladně pokousejte.

- " *Devátý den ráno* můžete sníst jakékoli čerstvé ovoce nebo zeleninu podle sezony (jablko, banán, mrkev nebo okurku). Můžete přidat placku z naklíčené pšenice, oslazenou medem (jen jednu polévkovou lžici).

Během dne je vhodný salát z prolisované mrkve, nakrájeného zelí a celeru, jedno teplé zeleninové jídlo a jedna placka z naklíčené pšenice. K večeři si připravte salát z mrkve a hlávkového salátu a v chladnějším ročním období teplou zapечenou čerstvou zeleninu (řepa, dýně).

ená zintazenim přibližně 80 % škodlivých látek

- *Od desátého dne* se pomalu do jídelníčku k zelenině a čerstvě vylisovaným šťávám zařazují i další pokrmy, jako například kaše z celozrnných obilovin. Může být jáhlová, pohanková nebo pšeničná (bez oleje).
- *V průběhu následujících tří až čtyř dní* jezte přibližně stejnou stravu a postupně do pokrmů přidávejte ořechy a malé množství přepuštěného másla.
- *Mezi sedmi a desetidenním hladověním* nejsou velké rozdíly. Po ukončení desetidenního hladovění si kolem šestnácté hodiny zvolte některou ze tří uvedených variant a potom dodržujte jídelníček podle navrženého schématu.

Nezapomeňte na jedno z nejdůležitějších pravidel při ukončení hladovění: *nejezte nikdy víc, než opravdu musíte*. V opačném případě dojde k narušení účinku sedmi a desetidenního hladovění a všechny očistné procesy bude nutné opakovat znovu. Je potřeba dodržet příslušnou dobu, kdy přechází organismus z režimu detoxikace do fáze nasycení.

Hlad je nejlepší pomocník pro boj s parazity a nejlepší očistná metoda. To všechno věděli moudří lidé už v daleké minulosti. Cyklus hladovění zlehčuje proces samoléčby, zrychluje jej a zefektivňuje, takže je mimořádně účinný a dají se s ním vyléčit i velmi těžké nemoci. Lidé, kteří pravidelně hladoví, jsou při stejných podmínkách životaschopnější a odolnější než ti, kteří nchladoví, jen se pravidelně očišťují a dbají na správný životný styl.

Příklad Jak se zbavit cizopasníků hladověním

Je mi osmapadesát let a už rok a sedm měsíců praktikuji vaše metody.

Za tu dobu jsem si dvakrát pročistila střeva podle vašich receptů, játra pětkrát. Vyteklo ze mě velké množství žluči připomínající mazut a celkem tři sta sedmdesát šest kamenů různé velikosti. Jednou týdně hladovím šestatřicet hodin, jednou za měsíc vydržím třídenní kúru a už jsem vydržela i velmi dlouhé hladovky: sedmidenní, desetidenní, čtrnáctidenní, šestnáctidenní a jednadvacetidenní.

Při čtrnáctidenním hladovění jsem se špatně cítila a vypadala jsem jako po dlouhé nemoci, ale nakonec se mi podařilo hladovku správně ukončit. Vyšla ze mne spousta svinstva a šest polypů v rozmezí pěti až dvanácti milimetrů.

Poznámka: to je zákonitý jev. Když se organismus očišťuje a bojuje s patologií, slábne. Následující hladovka už probíhá ve zdravějším organismu, a proto se člověk cítí lépe. Člověk, který hladoví pravidelně a je na to zvyklý, nebude žádné značné změny pozorovat, leda první dva až čtyři dny.

Během šestnáctidenního půstu už mi bylo lépe a následné jednadvacetidenní hladovění proběhlo zcela bez problémů. Zhubla jsem o deset kilogramů, ukončení půstu a regenerační fáze proběhly v pořádku.

Po ránu piji urin, promývám si s ní nosohltan a kapu si jí i do očí. O dvou předchozích zimách jsem poprvé po dlouhé době nebyla nachlazená a neskolilo mne akutní respirační onemocnění, ačkoli jsem často vyběhla ven bez teplého oblečení.

Poznámka: parazité byli odstraněni a organismus není zahleněný, a to znamená, že v něm není podhoubí pro virové a bakteriální infekce.

Nyní vážím sedmdesát až dvaasedmdesát kilogramů při výšce sto pětasedmdesát centimetrů. Předtím jsem ovšem vážila pětasedmdesát až sedmaosmdesát kilogramů. Mám živé pohyblivé klouby a bez problémů vystoupám do jakéhokoliv poschodí bez zadýchání a zvýšeného tepu srdce. Mohu nosit libovolně těžké věci. Tlak se mi normalizoval na 140-130/90-95, ale co je hlavní - cítím se být člověkem.

Urinové hladovění

Vlastní urina je přirozené a bezpečné okysličovadlo organismu. Má také antibakteriální účinky, které vyplývají z homeopatického principu, že podobné se léčí podobným.

Jedním z homeopatických směrů je takzvaná *léčba nozodami* a spočívá v tom, že organismus využívá patologické výměšky proti samotnému semeništi nemoci - proti bakteriím, které tyto výměšky do organismu vnesly.

Naše urina obsahuje široké spektrum vlastních nozodů, a pokud se užívá vnitřně, skvěle čistí organismus od hnisavých a dalších infekcí.

Specifika urinového hladovění

Urinové hladovění se vyznačuje několika zvláštnostmi.

- Doporučuje se pít veškerou urin, vyloučenou za den. Podle nutnosti pijte i vodu, a to v tako-

vém množství, aby urina nebyla příliš koncentrovaná.

- K provádění očistných klystýrů využívejte namísto vody čerstvou (přibližně litr) nebo odpařenou (od sta do pěti set mililitrů) urinu.
- Na masáž a automasáž použijte urinu, odpařenou na polovinu až čtvrtinu původního objemu, nebo starou urinu; masírujte se hodinu či dvě.
- Je třeba dbát na hygienu dutiny ústní: kloktejte a promývejte si nos čerstvou urinou (můžete opatrně využít i odpařenou).

Urinové hladovění má před klasickým několik předností: rychlejší okysličení organismu, lepší očistu od toxinů a produktů odpadu, zničení patogenní mikroflóry a nádorů, homeopatický efekt a zkrácení doby půstu.

John Armstrong o urinovém hladovění napsal: „Hladověl jsem pětáctyřicet dní a pil jen vlastní moč a vodu z vodovodu. Taky jsem si urinu vtíral do kůže.“ Navíc doporučoval urinové obklady. „Tkaninu nasáklou močí přiložte na bolavé místo a udržujte ji stále zvlhčenou, podle potřeby ji omáčejte v urině. Obklady přikládejte na veškerá nemocná místa, hnisavá místa, vředy, popáleniny, drobná zranění, výrůstky, zatvrdlinky, nádory a další... Obklady dodávají pacientovi během hladovění živiny. Moč je nejlepší známý výživný prostředek pro kůži.“

Příklad urinového hladovění;

„Už dvacet dní dodržuji urinové hladovění podle všech pravidel. A mám dojem, že vůbec nehladovím. Vpase mám o pětadvacet centimetrů méně než dříve (měl jsem sto dvacet centimetrů) a snížil jsem i značnou nadváhu. Tělo mám pozoruhodně lehké a pružné, mám neuvěřitelnou výkonnost. Jazyk se mi postupně očišťuje a já si počkám, až bude zdravě červený. Ukončím tuto hladovku a počkám si na Velký půst. Myslím si, že o každém půstu by se člověk měl skutečně postit, to je základní pravidlo. “

Druhá část

Energetičtí parazité

Pátá kapitola

Co jsou to energetičtí parazité?

Energetických parazitů je mnoho a jsou stejně jako hmotní parazité různorodí. Organismu člověka škodí všemi možnými způsoby. Můžeme je rozdělit na tyto kategorie:

- *Myšlenkové formy.* Člověk neustále o něčem přemýšlí a je nesmírně důležité o čem. Proč? Na člověka se lepí různí duchové a bytosti z jiných světů podle toho, jaké informace protékají skrze jeho vědomí.
- *Energetické bytosti.* Na člověku rády cizopasí.
- *Uhranutí a prokletí.*
- *Energetičtí upíři.*

◻ všech typech energetických parazitů si v této kapitole povíme více.

Jak se vlastně stane, že se na člověka nalepí energetický parazit? Nad tím se zamýšlel už švédský filosof Emanuel Swedenborg ve své knize *Nebe a peklo*:

U každého člověka jsou dobří a zlí duchové; skrze ze dobré duchy má člověk spojení s nebem, skrze zlé m spojení s peklem. Tito duchové jsou ve světě duhů kterýž jest uprostřed mezi nebem a peklem. Jest-liže tito duchové přijdou ke člověku, vstoupí ve veš-

kerou jeho paměť, a tudíž i ve veškeré jeho myšlení, a to zlí duchové v ty věci jeho paměti a jeho myšlení, které jsou zlé, dobří však duchové v ty věci jeho paměti a myšlení, které jsou dobré. Duchové naprosto nevědí, že jsou u člověka, nýbrž jsou-li u něho, pokládají veškerou paměť a veškeré myšlení člověka za své vlastní; rovněž tak člověka nevidí, poněvadž předměty tohoto Slunečného světa nejsou jejich zraku viditelné. Pán, co nejvíce pečuje o to, aby duchové nevěděli, že jsou u člověka; neboť kdyby to věděli, mluvili by s ním a pak zlí duchové uvedli by ho ve zkázu, protože zlí duchové, jsouce s peklem spojeni, po ničem tak velice netouží jako po tom, aby člověka ve zkázu uvedli, a to nejen pokud se týče víry a lásky, nýbrž i tělesného zničení. Ze trpkovému spojení duchů se člověkem jest, přesvědčil jsem se mnohaletou, nepřetržitou zkušeností, takže není nic, co by mi bylo více povědomé.

Povíme nyní také, jaké jest spojení nebe s dobrými duchy a jaké jest spojení pekla se zlými duchy, a jaké tudíž jest i spojení nebe a pekla se člověkem. Všichni duchové, kteříž jsou ve světě duchů, mají spojení buď s nebem, buď s peklem, zlí s peklem a dobří s nebem. Nebe rozděleno jest ve společnosti a právě tak i peklo; každý duch náleží k jisté společnosti, vlivem z ní také existuje, jakož i působí v souhlasu s ní. Duchové, člověku přidělení, jsou takoví, jaký jest on sám vzhledem ke své náklonnosti nebo své lásce, avšak dobré duchy přiděluje mu Pán, kdežto naopak zlé duchy člověk sám si přivábí. Duchové u člověka bývají však vyměňováni, a to podle změn jeho náklonnosti. Pán přiděluje takto duchy těm, kdož mohou býti polepšeni a znovu-

zrozeni; jinak jest tomu však u těch, kteříž nemohou býti polepšeni a znovuzrozeni. Jsou sice i jim přiděleni dobří duchově, aby je od konání zla zadržovali, pokud to lze; avšak tací lidé jsou bezprostředně spojeni se zlými duchy, majícími spojení s pekelnou společností, a proto mají u sebe takové duchy, jakými oni lidé sami jsou; jsou-li sebelibí, ziskuchtiví anebo pomstychtiví, anebo rádi-li cizoloží, jsou u nich duchové stejných vlastností a takřka sídlí v jejich zlých náklonnostech. Tou měrou, jak člověk nemůže býti dobrými duchy od zla odvrácen, zlí duchové ho podněcují, a dokud ona náklonnost panuje, dotud oni lpí na něm a neustupují. Takto zlý člověk jest spojen s peklem a dobrý člověk spojen s nebem. "

Jinými slovy člověk se dostane do závislosti na vlastním myšlenkovém procesu, na nějž se napojují odpovídající duchové. Tak se dostane do otroctví a neustále vyčerpává svou životní energii na obnovu odpovídajících myšlenek, emocí i činů. A nepozorovaně přichází posedlost.

Očista životního pole a mimovědomé formy života

Dýchání štěstí

Jak upravit a normalizovat spojení životního pole (vědomí) a fyzického těla? Především je třeba si důkladně pročistit životní pole. Starší lidé za život nashromáždili spoustu prožitého stresu, pocitů uražení, strachů a dalších negativních vjemů a ty nyní negativně ovlivňují stav jejich fyzického těla. Člověk už nemá dobrou koordinaci pohybů, špatně chodí a všechny orgány, funkce a svaly mu fungují hůře než v mladých letech. Každý psychický blok, zejména strach a hněv, znamenají prudké zvýšení energetiky uvnitř životního pole. Vznikají různé praskliny a dutiny a jejich energetika několikanásobně převyšuje energetiku životního pole člověka. Ano, tyto praskliny a dutiny jsou energetickými parazity životního pole člověka a aktivně mu brání normálně žít. Je třeba se jich rychle zbavit.

To se lehce řekne, ale jak se to dělá?

Jako první krok (jedna z hlavních metod) je nutné pozvednou energetiku životního pole na úroveň energetiky praskliny nebo dutiny. Jakmile energetika těla dosáhne úrovně energetiky dutiny, zničí se. V okamžiku, kdy se vysvobodí mocné energie a jejich komponenty, se tělo začne třást a Člověka polije horko či chlad. To proto, že musí prožít nanovo emoci, která

způsobila onu dutinu. V podstatě se vrátí do období, kdy nastal onen psychologický blok, a prožije vše znovu. Ale jakmile se od prasklin a dutin osvobodí, začne se cítit úplně jinak, bude schopnější a pracovitější.

Onemocnění na fyzické úrovni pak po nějaké době takřka nepozorovaně odezní. Například nádory v plicích či hrtanu se odtrhnou a vyjdou z těla při kašli jako hlenovitá lepivá hmota. Taky se sama upraví zácpa a rozplynou se hemoroidy.

Principy očisty životního pole

Očista životního pole od parazitů a parazitických dutin se zakládá na dvou principech, které působí jak na celkovou energetiku organismu, tak i na jeho fyziologii.

Cirkulační dýchání

Cirkulační dýchání se provádí proto, aby bylo možné zajistit přístup k dutinám a různým zkreslením v životním poli (mimovědomé formě života). Cirkulačním dýcháním se rozumí každý typ dýchání, který odpovídá následujícím kritériím:

1. Nádech a výdech jsou propojené a není mezi nimi přestávka.
2. Výdech je samovolný, bez napětí, a přirozeně následuje za nádechem.
3. Nádech i výdech je nezbytné provádět nosem. Jen v některých případech je povoleno dýchat ústy.

Při intenzivním cirkulačním dýchání (šedesátkrát až osmdesátkrát za minutu) dochází k akumulaci energie v životním poli a k zesílení její cirkulace. Člověk, který dýchá tímto způsobem, vnímá proudění energie a cítí, v jakých místech je zablokována (bolest, nepříjemné pocity) dutinou nebo zkreslením. Vzduch se dostává do plic pouze v omezeném množství, protože se pohybuje a cirkuluje jen v oblasti kolem nosohltanu. To je důležitý rys této dýchací metody: nevdechujete vzduch do plic, nýbrž jej s pomocí nádechů a pasivních výdechů necháváte volně proudit nosohltanem.

Při takovémto způsobu dýchání, jenž obsahuje aktivní nádech a pasivní výdech, se aktivuje vegetativní nervový systém, který posiluje látkovou výměnu v organismu, zvyšuje množství červených krvinek, cukru a hormonů v krvi, zabraňuje vzniku zánětlivých procesů a alergických reakcí (kortikoidy nadledvinek mají silný protizánětlivý účinek), zvyšuje krevní tlak a roztahuje průdušky. Vzduch se v plicích jakoby zastaví a v organismu se začne hromadit kysličník uhličitý. V důsledku toho se člověk začne potit a otevřou se mu póry. Tyto příznaky (proudění energie, tlak v oblasti svěračů, pocení) svědčí o tom, že dýcháte správně. Jinými slovy tento způsob dýchání posiluje organismus a podněcuje jej k sebeléčení.

Během dlouhodobých cyklických cvičení, k nimž patří i cirkulační dýchání (když odhlédnete od pohybu při běhu, zůstane vám jen cirkulační dýchání), se v lidském organismu v důsledku neustálé činnosti, jež udržuje potřebnou intenzitu uvedeného dýchání a produkuje přirozené opiáty, uvolňují takzvané *endorfiny*.

Do těla jich postupuje stále víc a víc a ony v něm vyvolávají a udržují trvalý stav extáze a nadšení.

Endorfiny vyvolávají silné emoce, dodatečně aktivují sympatickou část vegetativního systému, dráždí obranné síly organismu a zásobují jej energií.

Existují různé druhy cirkulačního dýchání, které různým způsobem mění intenzitu a podobu proudění energie cirkulující v životním poli. A to vede k aktivizaci některých psychických projevů. Různé druhy cirkulačního dýchání mají proto specifické účinky. Dýchání je možné měnit podle následujících parametrů: zvětšit nebo zmenšit objem nádechu, obměňovat jeho rychlost, nadechovat vzduch do spodní, horní a střední oblasti plic, dýchat nosem nebo ústy (dýchání ústy je málo účinné, protože tím zadržujeme jen nepatrné množství energie, které se vstřebává v nosních kanálech).

Mění se také naplnění plic vzduchem, například se zaplní jen horní nebo jen spodní část. Jestliže pocítíte, že dutina vychází z oblasti hlavy nebo horní části těla, pak dýchání plicními hroty usnadní celý proces. Jestliže dutina vystupuje z oblasti nohou nebo spodní části těla, tak dýcháte břichem. **Uvědomte si jednu důležitou věc: správné cirkulační dýchání nevyvolává hyperventilaci a nezpůsobuje vylučování kyslíčnicku uhličitého z organismu.** Tato metoda dýchání vás nabije energií. V končetinách a celém těle pocítíte nový příliv energie, což bude důkazem toho, že dýcháte správně.

Uvolnění

Hlavním cílem úplného uvolnění těla je připomenout si, že dýchání ovlivňuje zvýšení energetického potenciálu v organismu. Buď se uvolní a započne proces uzdravení, nebo se zavře, a to způsobí další napětí. Uvolnění těla během dýchání probíhá samovolně v souvislosti s tím, že pocítíte únavu z udržování rytmu dýchání (únava mozkových struktur, které jsou odpovědné za podporu dýchání, vyvolává rozsáhlé blokování v šedé kůře mozkové, což vede k uvolnění a ponoření se do zvláštního hypnotického stavu). Stimuluje se nádech, jenž podněcuje sympatickou část vegetativního systému a umožňuje udržet vysokou koncentraci vnímání. A to je důležité pro **úplné uvolnění svalů a pro koncentraci na vznikající emoce a vjemy.**

Máte-li tělo uvolněné, napjaté oblasti těla budete lépe vnímat. Uvědomte si, že ta oblast těla, která se *nechce* uvolnit, je nasátá energií z dutiny životního pole. Při úplném uvolnění je mnohem lehčí pocítit proud energie v životním poli. V okamžiku rozplynutí dutiny je uvolnění velmi důležité. Energie psychického napětí se uvolňuje, není nadále blokována svalovým vypětím a volně proudí ven z organismu.

Tetanie je zvýšená nervosvalová dráždivost (brnění) a objevuje se při odstraňování dutin z organismu. Při očistě jednotlivých polí organismu vzniká tetanie často ve svalech rukou a obličeje (hlavně v oblasti rtů) a rovněž i v jiných částech těla, v nichž vzniká energetický blok. Ke zmírnění tetanie nebo k jejímu úplnému odstranění je dobré, abyste se na ni přestali

soustřeďovat, ale naopak abyste se uvolnili a prožívali nepříjemné i velmi příjemné pocity.

Pozice těla

Pro ty, kteří využívají metodiku očisty životního pole, je nejlepší pozice vleže na zádech, při níž jsou nohy ve vodorovné poloze a dlaně otočeny vzhůru. Pamatujte, že životní pole je prostorový útvar a cirkuluje v něm energie. Je lepší uvolňovat emocionální odpad a ostatní nepříjemné pocity z jednotlivých částí tehdy, když se životní pole mění a díky tomu se zvyšuje proudění energie. Jestliže člověk prožívá například velký strach nebo hluboký smutek, měl by se schoulit do klubička.

Uvědomte si tuto důležitou myšlenku: zaujmete-li pohodlnou pozici, snažte se v ní setrvat, nehýbejte se a během očistné seance se například nezačněte škrábat. Místo pohybů máte možnost prožít zvláštní pocit, že danou činnost chcete vykonat. Je to jeden z nejlepších způsobů, jak rychle oživit potlačenou energii a vyvést ji bez problémů ven.

Koncentrace pozornosti

Při očistné seanci je nezbytné soustředit veškerou pozornost na pocity v těle. Když dutiny vycházejí z těla, někdy vyvolávají rozmanité pocity: může to být lokalizovaná bolest, šimrání, kočičí mňoukání venku nebo vzpomínky na nějaké pocity či prožitky. Věnujte proto pozornost každému pocitu, vznikajícímu v daném okamžiku.

Jakmile se objeví jakýkoliv vjem, zaměřte se na něj a zkoumejte každý detail svého pocitu. Vnímejte jej tak dlouho, dokud nezmizí. Nepříjemné vjemy přijímejte a vnímejte jako pozitivní.

Hypnotický stav vzniká v důsledku únavy centra, které podporuje potřebnou hladinu cirkulačního dýchání, a umožňuje lépe pochytit všechny detaily aktivizovaných potlačených pocitů. Neustálá aktivizace sympatické části vegetativního nervového systému zase při cirkulačním dýcháním udržuje vysokou koncentraci pozornosti, důležitou k úplnému uvolnění svalů a k tomu, aby se člověk soustředil na vznikající emoce a pocity i na to, jak je „vytlačit“ ven.

Potlačené emoce se ukládají ve vrstvách a každá z těchto vrstev se utváří v konkrétním úseku života. Jestliže se potlačená vrstva energie dostane ven, stačí obvykle aktivovat jinou potlačenou vrstvu, jež se nachází pod ní. Můžete přecházet od jedněch pocitů k druhým, neboť vrstvy potlačených pocitů jsou tvořeny z různých napjatých emocí a vjemů.

Mějte vždy na paměti, že každé odvádění pozornosti během seance znamená, že se projevuje potlačená energie. Ta vás nutí, abyste se jí věnovali a abyste v daném okamžiku maximálně soustředili síly na všechny její detaily

Extáze

Každý člověk se *neustále* nachází ve stavu *extáze*, ačkoli přitom má různé pocity. V *upanišádách* se říká, že *prvotnípříčina* neboli *átman*, *paruša*, která vytvořila člověka, si svůj výtvar vychutnává tak, aby se člo-

věk přitom necítil ani špatně, ani dobře. Tělo a rozum však rozděluje všechny pocity na užitečné a příjemné a na škodlivé a nepříjemné. A právě ty druhé, škodlivé a nepříjemné, jsou příčinou vzniku dutin v životním poli, které potlačují.

Pozitivní emoce (z nich je nejsilnější extáze) ovlivňují hypothalamus (který má souvislost se vznikem emocí), v němž se nacházejí struktury regulující funkce všech úrovní vegetativní nervové soustavy. Připomínám, že vegetativní nervová soustava zabezpečuje regulaci žláz s vnitřní sekrecí - štítné žlázy, slinivky břišní, pohlavních žláz, nadledvinek a dalších; a také fungování vnitřních orgánů, srdce, ledvin a jater, cév, sliznice, svalů a podobně. V tom spočívá ozdravný vliv extáze na fyzické tělo.

Nyní je důležité, abyste všechno negativní, co se bude vylučovat cirkulačním dýcháním z hlubin životního pole (čili z podvědomí), změnili na pozitivní. Jinými slovy budete znovu prožívat strach, hněv i jiné pocity, ale nebudete se vlastně bát ani zlobit, nýbrž zůstanete v klidu a budete nadšení jejich silou a projevem. Prožijte je s pozitivními myšlenkami, radujte se a mějte ze sebe dobrý pocit.

Být vděčný

Každý člověk prožívá pocit vděčnosti za svou existenci a za své bytí právě tady a teď, za možnost, že může všechno vnímat a pociťovat. Jestliže si uvědomíte, co se s vámi děje během očištné seance, dosáhnete pocitu vděčnosti.

Adekvátní srovnání

Postavíte-li vedle nádherné křišťálové číše plastový kelímek, bude vám připadat jako odpad. Ale pokud jej budete srovnávat jen s ním samým, přijde vám, že je to praktická pomůcka na pití, do níž si můžete nalít vodu. Jestliže máte v rukou křeč a domníváte se, že je to obvyklý pocit, budou pro vás tyto křeče bolestivou a nepříjemnou záležitostí. Srovnáte-li však křeč jen s ní samotnou, budete ji v rukou cítit jako příjemnou energii. Totéž platí také o bolesti: k ničemu ji nepřirovnávejte, ale vychutnávejte si pocit intenzivního projevu její energie.

Okouzlení

Pocity vznikající ve vašem těle by vás měly zaujmout a okouzlit už jen tím, že k vám s jejich pomocí proudí energie. V některých případech to k vnímání úplně stačí.

Láska ke všemu a nadšení ze života

Milujte každý okamžik svého života a buďte nadšení z každé maličkosti. Budete-li milovat vše, co v životě existuje, jen pro samu skutečnost, že to existuje, získáte křišťálově čisté životní pole. Radujte se z maličkostí a rychle se očistíte. Láteření a odmítání znamená, že se proces očisty zastaví a vy si vypěstujete další psychologický blok či dutinu.

Využívejte princip extáze a osvobodíte se od všeho: psychických bloků i dutin, takže budete zdraví a energičtí. Velebení života ve všech formách pozvedá tonus fyzického těla. Smích je zase příznakem úspěšné očisty.

Důvěra

V průběhu provádění očistné seance byste měli tomuto procesu plně důvěřovat a pohroužit se do něj. Možná z vás vychází strach, hrůza a další aspekty, které na vás silně působí. Vy už je možná nechcete prožívat nanovo, nýbrž si je chcete ponechat v sobě. To ale nesmíte za žádnou cenu dopustit: musíte z těla vyvést veškeré emoční nečistoty a mrzké věci, které vás ničí a brání vám normálně žít. Celkově budete prožívat dva procesy, při nichž vycházejí dutiny ze životního pole.

Ten první má formu katarze a odreagování a projevuje se navenek cukáním, chvěním, kašlem, lapáním po dechu, nutkáním na zvracení, výkřiky a podobně; to vše poukazuje na aktivaci sympatické části vegetativní nervové soustavy. Druhý spočívá v tom, že vás zachvátí hluboké vnitřní napětí a projeví se navenek jako spasmus či dlouhodobé stahování a uvolňování svalů. Organismus musí na udržení svalového napětí vynakládat obrovské množství vlastní energie, a jestliže se od nich osvobodí, bude fungovat mnohem lépe.

Možná jste na pochybách. Pochybnosti samy o sobě také představují psychologický blok a způsobují dutiny. Budete-li pochybovat o efektivitě této očistné metody, nic se vám nepodaří. Předchozí teoretická část byla sepsána proto, abyste se zbavili pochybností a věřili v úspěch i bezpodmínečné uzdravení. Všechno dělejte naplnění vírou v úspěch, plně důvěřujte procesu sebeléčby s pomocí popsaných přirozených mechanismů a uvidíte, že dosáhnete všeho, co chcete. Uvědomte si, že daná metodika je účinná pouze v **případě**, jestliže jí **celou** svou bytostí důvěřujete a jste odvážní.

Léčebný potenciál hudby

Různé formy zvuku byly odpradáвна využívány jako prostředek ke změně vědomí. Monotónní bubnování a zpěv patřily k hlavním prostředkům šamanů v různých oblastech světa (využívá se únava sluchového analyzátoru a za ním následující zbrzdění v mozkové kůře, z čehož pramení různé halucinace a hypnotické jevy). Podle laboratorních průzkumů má bubnování silný vliv na mozkovou činnost.

Některá duchovní učení vypracovala metody ovlivňování zvukem, při kterých se pacient dostane nejen do transu, ale také je poddajný vnějšímu ovlivňování. Sem patří mnohohlasý zpěv tibetských mnichů, posvátný zpěv Súfijců nebo dávné umění nádajogy (σjε zvukem).

Kvalitní hudba má jednu velmi cennou vlastnost, projevující se při změněných stavech vědomí. Pomáhá najít zapomenuté psychické bloky a vyjádřit je, posílit a prohloubit tento proces a také dodává jiný význam určitým prožitkům. Dlouhodobý poslech hudby vytváří jakousi nosnou vlnu, která člověku pomáhá zvládnout nepříjemné zkušenosti, překonat psychické zábrany, dosáhnout pokory a usmíření, a tím se osvobodit. Vybraná hudba zvláštním způsobem uvolňuje skryté agrese, fyzické bolesti, sexuální a smyslové pocity (v této oblasti existují různé druhy psychických bloků) i jiné projevy.

Hudbu je možné využívat jako urychlovač aktivace psychických bloků, je ale nutné, abyste se ji naučili vnímat a poslouchat jiným způsobem; prostě k ní zaujali jiný postoj. Během očistné seance je důležité,

abyste se **plně** odevzdali proudu hudby, abyste ji nechali proniknout do celého těla a reagovali na ni stejně spontánním způsobem. To znamená, že dáte volný průchod všemu, co účinkem této hudby : křiku, smíchu, grimasám a různým zvukům deroucím se na povrch, samovolným pohybům různých částí těla, jeho vibracím a případně dalším projevům.

Co se týká výběru hudby, volte různé žánry od klasické hudby až po přirozené zvuky v přírodě (šum větru, vytí vlků, zpěv ptáků, zvuky hmyzu a jiné zvuky). Dávejte přednost hudbě na vysoké umělecké úrovni, která je málo známá a nemá konkrétní obsah. Vyberte-li si hudbu s textem, měl by být v cizím jazyce, který neznáte. Hudbu vybírejte podle toho, jaký psychický blok chcete odstranit a vyvést z organismu.

Na prvních očištných seancích doporučuji například skladby německého skladatele Klause Schultzeho nebo hudbu skupiny Shaktí od Johna McLaughlina. Zapátrejte i v klasice a poslechněte si symfonickou báseň *Ostrov mrtvých* od Rachmaninova nebo tradiční súfijskou hudbu.

Inspirující hudbou pro pokročilé očištné seance je například dílo amerického skladatele Alana Hovhannesse *Tajemná hora* či další hudební poémy.

Nic nezkazíte, poslechnete-li si Alexandra Skrjabinu, Igora Stravinského či Sergeje Prokofjeva. Vyzkoušejte i etnickou hudbu, například hudbu z Bali nebo pravé africké tamtamy.

Po posledních očištných seancích, jakmile se uklidníte, sáhněte po moderní *meditativní* hudbě. Já osobně

mám rad album *Zoolok* od Jeanna-Michela Jarreho, to je vynikající hudba pro aktivaci psychických bloků. Dále jsem si sestavil vlastní poslechový hudební program, který aktivuje psychické bloky a pročišťuje životní pole.

Také bych vám chtěl dát několik doporučení týkajících se poslechu hudby. Tóny by nejdřív měly vyprovokovat a aktivovat usazený emoční odpad, pak dovést ke kulminaci a nakonec posluchače zklidnit. Jedna očištná seance může trvat od patnácti minut do dvou až tří hodin. Mezi patnáctou a pětáctou minutou poslechu se usazený emoční odpad uvolní a utrhne, což znamená, že seance byla úspěšně ukončena. Starší a silnější psychické bloky vyžadují dvouhodinovou až tříhodinovou práci. Pro jejich aktivaci je nezbytné mnohem víc energie, kterou poskytuje například cirkulační dýchání.

Metodika očisty životního pole

Metody očisty životního pole člověka spočívají v následujících principech:

- První princip: snažte se být nadšení ze všeho, co cítíte.
- Druhý princip: všechny pocity a vjemy přijímejte jako nádherné okamžiky a vnitřně je velebte.
- Třetí princip: při poslechu hudby zaujměte pohodlnou pozici, při které se uklidníte a uvolníte. Doporučuji polohu vleže.

- Čtvrtý princip: začněte pomalu, jednoduchou formou a přirozeně provádět cirkulační dýchání. Neměli byste mít pocit, že máte plíce napumpovány vzduchem k prasknutí - celé plíce se zaplní během několika rychlých nádechů, takže se již nemůžete nadechnout, a proto musíte vynuceně a dlouze vydechnout. Výdech by měl být přirozeně uvolněný a měl by následovat po aktivním a rychlém nádechu.
- Pátý princip: všechno, co vzniká ve vašem vědomí (strach, různé prožitky a jevy), co vnímáte a cítíte ve fyzickém těle (silnou lokalizovanou bolest, jako by vás někdo tloukl), je pro vaše dobro. Koupete se v nekonečném oceánu krásy a blaha, jež prožíváte a vnímáte do nejmenších detailů.
- Šestý princip: Všechno, co děláte (spontánní pohyby, křik a jiné projevy), vede k celkové očistě vaší bytosti.
- Sedmý princip: očistnou seanci ukončíte tehdy, jakmile je většina psychických bloků aktivizována, vyvedena na povrch a odstraněna. Nakonec se budete cítit velmi dobře a vnímat pocit vnitřního osvobození a lehkosti.

Několik praktických rad

Měli byste si dobře osvojit metody očisty životního pole, a proto je začnete praktikovat. Nejprve po dobu pěti minut a postupně čas prodlužujte, až dosáhnete třiceti minut. Teprve poté, až pocítíte, že se vám

všechno daří, budete sami cvičení prodlužovat, a tím zároveň splníte i podmínky sedmého bodu.

Každý člověk má mnoho dutin a mnoho různých typů psychických bloků (životní pole je jako odpadní nádrž pro energetický odpad a stokrát, možná i tisícokrát převyšuje nádrž ve fyzickém těle; nicméně i ona „nádrž“ má svoji hranici), a proto proces jeho očisty trvá několik let. Budete-li provádět očistné seance pravidelně jednu až dvě hodiny denně, pak k jeho očistě stačí rok, někdy i méně. Blahodárný účinek uvedených uzdravovacích mechanismů se na fyzickém těle projeví mnohem rychleji. **S každou správně provedenou seancí budete zdravější a váš život kvalitnější.**

Několik doporučení pro správnou očistu životního pole

Během provádění očisty životního pole se v každém člověku odehrávají různé změny, které můžeme rozdělit do dvou kategorií. Za prvé se uvolňují psychické bloky a postupně vyvěrají na povrch, za druhé se aktivizují parazité v jednotlivých polích, pokud se nacházejí v organismu.

To všechno probíhá z toho důvodu, že se během cirkulačního dýchání životní pole energeticky stabilizuje a člověk vnímá, jak energie cirkuluje. Na psychické bloky je vyvíjen určitý tlak, jenž se většinou projevuje jako pevné a bolestivé útvary. Jakmile se energie v celém organismu vyváží s energií psychického bloku, ten se rozplyne a začne z organismu odcházet.

Někdy si v organismu spokojeně žije parazit životního pole a je jasné, že se mu energetická bouře vyvolaná cirkulačním dýcháním nebude líbit. Začne se tedy projevat, zejména tím, že začne specificky působit na vědomí člověka. O tom si přečtete v následujících příkladech, vyprávějících příběhy lidí, kteří se v životě museli vypořádat s parazitem v životním poli anebo s uhranutím.

Praktické příklady očisty životního pole

Příklad č. 1:

Už dva měsíce si čistím životní pole a u toho praktikuji urinoterapii. Nejprve jsem začala s pětiminutovým dýcháním přesně podle vašeho doporučení. Během seancí jsem měla třes po celém těle, dokonce mi nohy nadsakovaly na posteli. Bolesti přicházely ve vlnách a přecházely do celého těla. Svaly na pravé ruce jsem měla napjaté a silně bolestivé a cukalo mi v kloubech, zejména ramenním a loketním. Také jsem měla citlivé lymfatické uzliny na krku a silně mě bolely, ale nejhorší byla bolest na plicích – připadala mi, jako by mi do nich někdo zapíchl kůl.

Poznámka: při zablokování energie psychickými bloky vznikají bolesti a píchání jako při zapíchnutém kůlu. Když budou z těla vycházet energetické bloky a součásti psychických bloků, pocítíte křeče, cukání, třas v konečnostech, vlny bolesti a podobně.

„Denně jsem prováděla dýchací cvičení po dobu pětáctyřiceti minut, a někdy dokonce i déle.“

Poznámka; to je zcela přípustné, pokud na to máte čas i chuť. Já jsem také praktikoval dvakrát denně dýchací cvičení po dobu pětáctyřiceti minut, ráno a večer, když jsem se zbavoval energetických bloků.

Mezitím se mi zmenšila lymfatická uzlina na krku a opadl mi otok na pravé dlani, ale stále mě bolely loketní a ramenní klouby.

Poznámka: zkuste tedy obklady z odpařené uriny a přikládejte si je na místa, v nichž bolest přetrvává. Kromě toho doporučuji třídenní až sedmidenní urinové hladovění a pokračování v dýchacích cvičeních.

Příklad č. 2:

Dvakrát jsem si pro čistila játra a nyní své tělo vnímám jinak a změnila se mi i barva pokožky. Praktikuji urinoterapii a pijípo ránu moč, potírám s ní tělo a připravuji si lázně s odpařenou urinou.

Zkousím také cvičení Dýchání štěstí a skutečně se cítím šťastná. Očista životního pole mi zabírá asi hodinu. Nyní se už cítím dobře, ale dřív tomu tak nebylo: zmítala jsem se v křečích a plakala.

Poznámka: pláč svědčí o přítomnosti energetických bloků.

A když ukončím očištnou seanci, připadám si, jako bych se probudila z hlubokého spánku. Odpočinu si a hned je mi líp, a tak pracuji doma. Je mi tak dobře, že to ani nedovedu popsat.

Poznámka: tyto vjemy vznikají v důsledku silného nasycení organismu energií. Doporučuji pravidelně provádět cirkulační dýchání, protože silně nabíjí tělo.

Příklad č. 3:

Od dětství jsem bez energie a bez radosti. A nyní jsem z toho psychicky onemocněla. Po přečtení vašich knih jsem pochopila, že mi může pomoci očista životního pole. A má duše přijala Dýchání štěstí.

Poznámka: někteří lidé intuitivně vycítí, co jejich tělo potřebuje k uzdravení.

Co cítím při dýchání? Někdy šílené svědění po celém těle (bylo to jen jednou) Jindy silně zívám (začne to po dvaceti minutách dýchání). Ve výjimečných případech mi tělo sužuje lámavá bolest pod čelem, v levém a pravém podžebří ale nejvíce v zápěstí a chodidlech a také v hrudníku. Jindy přijde cukání, chvíli v pravé, pak zase v levé noze, záškuby v pravé ruce, silné slinění, mimovolné polykání a pokašlávání.

Poznámka: to jsou popisy různých psychických bloků a průběh jejich vycházení z organismu.

Někdy cítím, jako by se mi v těle přelivala voda (ale ne kručení či bubláni), někdy vnímám pulsování (stlačování a rozšiřování) na konečku nosu a v lokti pravé ruky. Jindy cítím, jak se mi některé orgány doslova pohybují. Ale co je nejdůležitější, při dýchám vnímám silný chlad, který pramení v končetinách a dále se rozšiřuje po celém těle; někdy se z něj úplně třesu.

Dýchám třicet minut nejčastěji v období mezi devátou a desátou hodinou večerní

Poznámka: vypadá to, že na tuto ženu působil v dětství silný chlad, do jejího životního pole pronikla energie chladu a zbrzdila všechny procesy spojené s teplem. Člověk je z toho okamžité bezmocný. Kro-

mě cirkulačního dýchání je třeba praktikovat procedury zaměřené na prohřívání organismu, například procedury v páře, horké koupele, konzumace ostrého jídla a mazání těla olivovým olejem.

Příklad č. 4:

Je mi osmapadesát let, měřím sto šestapadesát centimetrů a vážím devětačtyřicet kilogramů. Ve dvanácti nebo třinácti letech (přesně si to nepamatuji) jsem překonala suchou pleuritidu. Na počátku šedesátých let jsem prodělala sinusitidu - zánět vedlejších dutin. Koncem dubna roku 1970 mne odvezli do nemocnice s žaludečními vředy. Užívám spoustu léků, ale prakticky bezvýsledně, zdravotní stav se mi nezlepšuje...

Vím, že něco nedělám správně, ale nevím přesně, co to je. Koupila jsem si čtyři díly vašich knih a zhrozila se, kolika chyb jsem se dopustila kvůli své nevědomosti. Pochopila jsem z nich, že příčina mých nemocí tkví v mém životním poli.

Poznámka: nejdůležitější je, abyste se naučila v sobě vyrovnávat všechny tři životní principy - stravováním, životním stylem i dalšími procedurami. A samozřejmě je třeba si pročistit životní pole. Ovšem nejdůležitější je pro samouzdravování a vyléčení harmonie životních principů.

Tak jsem začala s meditováním a na druhé seanci mi ruka vyskočila o patnáct centimetrů. Tak jsem začala studovat rebirthing. Šlo mi to velmi ztěžka a nebyla jsem schopná si nic zapamatovat, ale nakonec jsem se všemu naučila.

Druhého listopadu roku 1996, na konci další seance rebirthingu jsem najednou uviděla, jak se od mých

nohou vzdaluje vyhublá a shrbená velká šedá kočka. Skoro jsem se lekla.

Poznámka: to byl odcházející parazit ze životního pole.

Později, třicátého listopadu, mi vypukla silná bolest v levém rameni. Tak jsem stiskla zuby a vydržela to, pak to stejně polevilo. A podivné věci pokračovaly: o několik dní později při zahájení seance (začínám po páté hodině ráno) jsem ležela na posteli a tu se v rohu místnosti ozval třeskavý zvuk, jako by vybuchla bomba. Síleně jsem lekla, že jsem ani nedokázala seanci ukončit. Co to všechno znamená?

Poznámka: tím se přetrhlo energetické pouto.

Sestá kapitola

Démoni, běsové ajak se jich zbavit

Co je to parazit **životního** pole?

Italský výzkumník Luciano Boccone provedl několik pokusů, které prokázaly, že prostor kolem nás obývají různé prapodivné bytosti, které není možné spatřit lidským zrakem, ale jež jsou reálné. Pojmenoval je *critterové*, *kreatury* či *temní tvorové*.

Výzkumnou stanici si Boccone vybudoval na vysoké hoře v nepřilíš zalidněné oblasti kolem města Arenzano. Zásobil se nejmodernějšími přístroji na rozpoznávání elektromagnetických a gravitačních polí a záření všeho druhu. Fungovalo to takto: jakmile přístroje zaznamenaly odklon parametrů od normálu, v ten okamžik se rozsvítily videokamery a snímaly všechno.

Průzkum trval tři roky a během této doby se Boccone přesvědčil o tom, že kolem planety Země se nacházejí různé energetické formy života. Jak jinak bychom vysvětlili různé úkazy zaznamenané kamerou - nepravděpodobné bytosti, obrovské *měňavky* vznášející se ve vzduchu nebo pozoruhodní okřídlení tvorové, na něž nejvíce pasoval název *kritosaurus*, *griposau-*

rus nebo *neopterodakti*. Některé z nich byly svítící pseudobytosti zdánlivě připomínající člověka, jindy o jen o amorfni rozplizlou hmotu... A Boccone narazil na přesvědčení, že energetický život je mnohem starší, než se obecně soudilo.

Critteři, patvorové, běsové, parazité životního pole - všichni jsou ze stejného těsta, byť jsou pro člověka pouhým okem neviditelní. V infračerveném nebo ultrafialovém spektru záření je však zaznamenáme. Proto se někdy na fotografiích objevují tajemní tvorové, jež jsme při fotografování neviděli. Mohou mít nejrůznější rozměry - od velikosti mince do pěti set metrů v průměru. Samovolně mění svou strukturu a procházejí viditelným spektrem.

Boccone byl přesvědčen, že critteři jsou nejen skuteční a živí, ale také vysoce rozumní. A v dnešních dnech se nám vměšují do života stále víc a víc.

Nyní si povíme, v čem spočívá zlobnost jejich vměšování do našich životů a jak se s tím vypořádáme.

Jak se zbavit parazitů ze životního pole

Očista životního pole a aktivace usídleného parazita.

Příklad č. 1:

Parazit ve vědomí

Přečetla jsem si vaši knihu Dokonalá očista organismu³¹ a rozhodla se, že si pročistím životní pole cirkulačním dýcháním. Kdybyste jen věděl, co jsem to udělala a kam jsem se dostala!

Poznámka: tahle žena má zvláštní způsob uvazování, protože raději bude žít s parazitem, než aby o něm věděla a bojovala s ním. Zde je klasický příklad toho, jak cirkulační dýchání způsobuje aktivaci parazita životního pole.

Všechno jsem dělala podle vaší metodiky. Během seance jsem se začala kroutit bolestí, prohýbat a křičet a nakonec mi cosi vytáhlo ruce nahoru a nakreslilo to nade mnou figuru. Po chvíli jsem se uklidnila a dospěla k názoru, že ze mě vyšel bés. Tomu jsem se zaradovala a ihned mi bylo lehčeji na duši. Po druhé očistné seanci mi ruce ale opět prováděly podivné věci.

Poznámka: parazité v životním poli se aktivuje, když v organismu narůstají a zesilují energetické procesy. Metodika očisty životního pole je zaměřena právě na zvyšování energetických procesů a jejich hutnosti.

Večer jsem se rozhodla, že si s tím duchem, který za mne pohyboval rukama, promluví. Uvolnila jsem si ruce, soustředila se a začala jsem se ptát.

A ruce si se mnou povídaly znakovou řečí a pověděly mi jména všech osob, které mne mohou kontaktovat. Výčet nakonec došel až k Bohu.

Poznámka: parazité životního pole jsou chytré bytosti, některé dokonce vysoce rozumné až vychytralé, a umí svým hostitelům pěkně zamotat hlavu. Nezačínajte s nimi myšlenkový kontakt, protože tím jim otevřete své vědomí ještě víc a vložíte jim do rukou páky, aby vás ovládaly. Důležitá je jedna věc: pocítila jste přítomnost parazita a nyní se jej musíte zbavit.

Potom jsem začala hovořit hlasem s cizí intonací.

Poznámka: tak vidíte, jak je aktivní, nejprve vám pohyboval rukama, a pak dokonce promluvil.

Dobří lidé mi poradili, abych zašla do kostela a poradila se s popem. Tak jsem uposlechla a on mi ihned otevřel oči, že je to bůh. Nejdřív jsem mu nevěřila, ale ten bůh mě hned posílal, abych se činila a nezištně léčila lidi. Vychvaloval vás, že jste velký člověk, ale zároveň mi slíbil bohatství, štěstí a nešetřil chválou vůči mně ani mým dětem.

Poznámka: to je jeho zákeřná taktika, vychvalovat a mazat med kolem úst, abyste ho vyslechli, a pak vás nepozorovaně přivést do záhuby.

Vy jste mě donutil k následujícím věcem.

Poznámka: já jsem vám pouze poskytl informace, které jste se rozhodla využít. Navíc to nejsou mé osobní informace, ale kolektivní. Dále v knize naleznete jiné informace a rady, jak se běsa zbavit. Ani ony nevznikly v mé hlavě, nýbrž jsou plodem kolektivního úsilí. Dám vám však jednu radu: nehledejte nepřátele **mimo** sebe. Vaším největším nepřítelem je vaše vědomí a rozum, které ve vás probouzí negativní myšlenky a ty přitahují různé bytosti, běsy, tvory, parazity z polí a podobné. Jen pamatujte na Ježíšova slova:

„Belzebub, kníže pekel, zřídlo všeho zla, číhá v těle všech lidí. Je smrtí, je pánem všech běd, a zatímco se obléká do pěkných šatů, pokouší lidi a utiskuje je. Slibuje bohatství a moc a zářivé paláce a šaty ze stříbra a zlata a množství služebníků, všechno toto. Slibuje slávu a nádheru, rozkoše a požitky, přemí-

ru jídla a pití, hýřivý smyslný život a zahálčivé dny. A láká každého tím, po čem jeho srdce nejvíce prahne. A v onom dni, kdy se již synové člověka stali otroky všech těchto marnivostí a ohavností, zmocní se jako oplátkou všech věcí, kterými je bohatě obdařila Matka Země. Vezme si z jejich dechu, z jejich krve, z jejich kostí i z jejich masa, z jejich vnitřností i z jejich očí a uší. A dech člověka se stává krátkým a sípavým, plným trýzně a zápachu jako dech nečistých dobytčat. A krev mu houstne a páchne jako voda močálu, hrdkovatí a je černá jako noc smrti. A kosti mu **tvrdnou** a sukovatí, vysychají a **rozlamují** se jako kámen, který dopadne na skálu. **A** jeho maso je stále tučnější a vodnatější, rudne a hnije vyrážkami a hroznými nádory. Střeva se mu naplňují odpornými nečistotami, kalnými proudy úpadku, ve kterých řádí hrozní cizopasnici. **Oči** se mu zakalují, až je zastře **černá** noc, a uši ohluchnou, jako ticho hrobu. A nakonec ztrácí zbloudilý syn člověka svůj život"

*Nyní už s **běsem** kontakt nenavazuji, ale on mi nedává pokoje a chce mě usoužit, nutí mě k sebevraždě a trápí mi duši. Jedinou záchranou pro mě je církev, denně chodím do kostela a modlím se. Svátost **oltářní** jsem přijala pouze jednou, ale hned se mi udělalo na duši lépe, ačkoliv tělo na tom bylo špatně. Kdo vlastně **jste**?*

Odpověď: obyčejný člověk.

Jaké síly vás řídí?

Odpověď: stejné jako všechny ostatní lidi.

Jestliže vás řídí temné síly, vězte, že já se nevzdám, i kdyby mi bylo kdovíjak zle, a budu bojovat až do konce. Bůh je silnější než vy.

Poznámka: tohle je zajímavý popis a vypadá to, jako bych oním běsem, který ničí tuto ženu, byl já.

Vím, že mě Bůh ochrání, protože jsem začala věřit v něho, v jeho sílu i moc, kterou má nad ostatními a také nad vychytralými i zákeřnými bytostmi, běsy. Ale pokud jste jen obyčejný člověk, Bůh vám dozajista odpustí a já také.

Poznámka: tato žena by měla bojovat hlavně hladověním a modlitbami. A také dbát na to, aby vždy žila mravným životem, v němž by už žádní běsové do jejího vědomí nepronikali skrze myšlenky, přání, pocity a ambice.

Parazit v životním poli

Příklad č. 2:

Loni v létě mě přepadly zčistajasna ukrutné bolesti, jejichž původ jsem si nedovedla vysvětlit. Bylo to, jako by mi někdo svázal srdce a hrdlo, prostě strašné. Pomohly mi klystýry s odvarem z osiky.

Poznámka: to je velmi zajímavý, originální a efektivní prostředek. Patogenní energie a energie vzniklá z uhranutí totiž osiku nesnášejí. Tato žena je velmi šikovná, jelikož si sama našla způsob, jak se zbavit parazita v životním poli. Pokud jste se dostali do podobné situace, mohu tento prostředek vřele doporučit.

A v očistě organismus pokračuji - už druhou zimu hladovím sedm až dvanáct dní, skoro každý měsíc, sta-

lo se to pro mne nezbytností a životní potřebou. Zřejmě jsem už dospěla do takového stadia, že jsem si musela sama vyhánět patologické tvory z těla.

Poznámka: my všichni jich na sobě nosíme víc než dost a jsme jejich energetickou potravou!

Psala jsem i o tom, že jsem v kostele hledala odpověď na otázku: Proč? Také jsem si tam zakoupila knihy s náboženskou tematikou, které jsem vzápětí přečetla, a navíc se vyzpovídala. Hodně jsem se věnovala charitě - sama jsem přispěla a také jsem se snažila pro tuto činnost zaujmout ostatní, ačkoliv to někdy bylo nad moje síly.

Poznámka: to vše dosvědčuje, že tato žena začala pracovat na změně svého charakteru.

Ale ze všeho nejvíce jsem se snažila změnit sama sebe, což byl dlouhý a úmorný proces. Hodně jsem přemýšlela a leccos pro sebe také objevila. Neustále jsem se modlila, a to dělám i nyní. Náboženská přikázání jsou jednoduchá a přirozená, a když si je uvědomíte celou svou bytostí, život se vám zcela změní. Ve skutečnosti je vše nekomplikované, a když pochopíte důležité životní pravdy a změníte se uvnitř, váš život se začne ubírat jinudy.

Poznámka: co jsem právě říkal?

„Po Častých hladovkách a pečlivé práci se sebou sama, až jsem se naplnila pokorou a vnitřním klidem, jsem byla připravená na zázrak. A něco se skutečně stalo! Často jsem měla bronchitidu a v únoru jsem ulehla s chřipkou, doprovázenou nezvykle vysokou teplotou (mimořádně ulehla celá rodina kromě nejstaršího syna). Proleze la jsem ji o hladu a pila urinu.

Dva dny jsem nesmírně trpěla a pak jsem se rozhodla trochu si oddechnout.

Měla jsem i vidiny: několik minut se mi zdálo, že po mně leze studená tlustá zmije dlouhá tak tři metry. Pozvolna se mi protáhla přes prsa od levého k pravému. Byla pomalá, studená a taková nezvyklá; několikrát přelezla sem a tam a zmizela. "

Poznámka: to byl parazit ze životního pole. Zvýšená teplota v kombinaci s dýcháním ho vyhnala z těla ven.

Potom jsem cítila v hrtanu elektrické výboje, také, jako by mi do něj někdo zapíchl ohnivý kord.

Poznámka: čím je energetické centrum mocnější a čím vyšších hodnot dosahuje, tím intenzivněji se projevuje patologie - a tím silněji pak vnímáte následné osvobození od ní.

Po celou zimu a jaro jsem si z úst tahala vlasy a vycházely mi z nich hlenové shluky, obzvlášť mnoho jich bylo zejména při hladovění. Já jsem je vyplivla a hned pálila.

Poznámka: jde o hmotné komponenty parazitů ze životního pole a možná zbytky po uhranutí.

A ještě jeden zajímavý úkaz: od levé části hlavy se mi odpojilo domněle tenké vlákno mocné energie, utrhlo se a prasklo.

Poznámka: tím se přetrhlo energetické pouto.

*Dlouho mi bublalo v hrdle, a to trvá dodnes, ale už to není tak silné. Po nějaké době se mi po prsou začaly kutálet koule a někdy se pozvedaly až k hrdlu a úpěly: Hospodina, pomiluj! Dost těžké období, ale já jsem to. **vydržela** Nehluhé projevy naštěstí časem zmizely,*

ale tlak v hrdle mi zůstal. Myslím, že už to vydržím, a snažím se toho zbavit.

Poznámka: zkuste si přiložit obklad z osikového vývaru nebo uriny.

Casto dodržuji půst, například sedmý den po ukončení regenerační fáze po hladovce. Vydržela jsem hladovět až pět dní a vzpomínala jsem si na evangelické texty, které se zmiňují o tom, že bésové se sedmého dne navracejí do svého čistého a uklizeného domova.

*Pochopila jsem, proč se duchovní k dlouhodobému hladovění staví poněkud odmítavě: každý člověk **nemá** tolik sil, aby to vydržel. To se ovšem těžko vysvětluje.*

Jak se ubránit temným tvorům, jak se vyvarovat nepříjemným vidinám? Nadechnout se a pomodlit Hospodine, pomiluj! nebo jinou modlitbu. U mne to pomáhá a všechny vidiny se rozplynou.

Jak se ubránit náporu bésů a dalších bytostí, aby se nás nezmocnili například ve spánku?

1. Nikdy si nesundá vejte z krku křížek.
2. Modlete se dvakrát denně, ráno a večer.
3. Dodržujte Boží přikázání.
4. Chodte se vyzpovídat a přijímejte svátost oltářní.
5. Vždy pomáhejte ostatním.
6. Ve všech případech pronášejte modlitbu k Ježíši-Kristu.
7. Uchovávejte si vždy chladnou hlavu a klid v duši.
8. Navštěvujte svatá místa.

Poznámka: všem radím, aby se životními zkušenostmi této ženy také řídili. Pokud jste v situaci, že by vám mohly pomoci, klidně je využijte ve svůj prospěch a doporučte i svým známým.

Dále jsem pochopila, jaké je skutečné poslání ženy a matky; měnit k lepšímu cizí osudy, a to svých dětí, muže a blízkých nebo i svého města a země. Když se očistíte a pomodlíte, má to pozitivní dopad i na životy lidí kolem vás a může je to kardinálně proměnit. Přemýšlejte nad tím a dále tuto ideu rozvíjejte. Tlučte a bude vám otevřeno.

Pochopila jsem, že většinu nemocí, kterými dnešní lidé trpí, mají na svědomí temné bytosti. Od nich pramení kupříkladu srdeční nedostatečnost nebo vysoký krevní tlak. Vím, o čem mluvím, protože jsem to prožila. Strašně mě bolelo u srdce, ale potom vše ustalo. Lidé, pracujte na sobě a nedopouštějte se zbytečných hříchů!

A ještě jedna maličkost: vyhodila jsem na smetiště všechny knihy o magii a učinila pokání.

Poznámka: zde pravděpodobně tkví příčina, proč tato žena měla děravou auru a proč se na ni přilepili různí polní parazité. Když se člověk věnuje magii, přitahuje na sebe různé síly, jež od něj mohou za vykonanou službu chtít něco zpět, jakoby úplatu; například takovou, že od něho začnou odebírat životní energii.

Příčiny pronikání parazitů do lidského organismu

- Negativní charakterové vlastnosti: ponižování slabších, hrubost, zlost, namyšlenost, pýcha, nenávisť.
- Sexuální zvrácenosti a chlípnost.
- Egoistické přání prosadit se na úkor ostatních. **Jato** vlastnost v kombinaci s nadměrnou vníma-

vostí způsobuje další negativní emoce a nálady, probouzí strach, neklid, pocit beznaděje a závist.

- Praktikování magie.
- Touha po nadřazenosti nad ostatními může člověka donutit k nepromyšlenému činu. On sám se odevzdá do rukou parazitů polí a vymění sám sebe za pochybné hodnoty.
- Všechny negativní myšlenkové formy formují v životním poli negativní energetická pole a v nich se uhnízdí parazité. Kdo za to může? Je snad na vině parazit ze životního pole? Nikoli, může za to charakter člověka. Rada tedy zní: pracujte se svým charakterem, aby se vám také nepříhodila nepříjemnost s parazitem.

Symptomy usídlení temných bytostí v člověku

Člověk je na první pohled churavý, doslova se ztrácí před očima a žádné léky mu nepomáhají. Cítí se **hlavně zesláblý – příznak vysávání energie někým jiným.**

- Často trpí bolestmi hlavy (*energetický kanál je totiž v hlavě*).
- Je mu nevolno a zvrací (*energie je pohlcována energetickým kanálem v hlavě natolik silně, že vzniká její zpětný tok a ten se projevuje zvracením*).
- Stažené hrdlo, kámen v břiše (*podle toho se pozná, kde a v jakém energetickém centru došlo k napojení a vytvoření kanálu*).

- Někdy i ztráta vědomí (*je-li organismus úplně vysát v důsledku masivního odebírání energie*)
- Zlost a agresivita (znal jsem kluka, který se bavil rdoušením svých sester) (*zde tkví příčina maniakálních projevů, kdy je navenek realizována vůle parazita skrze zasaženého člověka. Strach, bolest a dočasný odchod vědomí z těla podporuje usídlování parazitů v člověku a jeho nakažení*).

Často se stává, že lékaři ani za nic nemohou najít příčinu onemocnění. Po vyhnání temných bytostí a bésů z těla mnohé nemoci mizí samy anebo se začnou léčit. Specifika tví v tom, že negativní energie se může nasměrovat na cokoli, dokonce i na ikony. Znal jsem ženu, která si koupila na tržišti ikonu a modlila se k ní, jenže jí to nejenže nepomáhalo, ale naopak se jí při tom vždy udělalo špatně. To proto, že na ni byla nasměrována energie zlé vědmy*.

Poznámka: chcete-li někam nasměrovat vlastní energii, musíte se na tento objekt zaměřit. Samotný akt modlitby představuje soustředění pozornosti na obraz, skrze nějž je možné pohlcovat energii.

Při vyhánění bésů žena chraptěla, vyla, štěkala jako pes a vydávala další zvuky... K posedlosti běsy dochází u lidí, kteří nejsou křtěni ani chráněni modlitbou, nedodržíjí Boží přikázání a také pokud se zlobí, závidí, pomlouvají a sprosté nadávají.

Poznámka: všichni opravdoví svatci vynaložili velnu mnoho času na to, aby se očistili od emočního od-

* To je důvod, proč by měli lidé znát původ svatých obrázků, **jež** mají autor do rukou může (i nevědomě) vložit své momentální negativní nebo informací o nemoci. Každý svatý obrázek by proto měl být napřed posvěcen - pozn. red.

padu a upravili si narušené struktury životního pole. Ještě jednou opakuji: dokud se člověk **charakterove** nezmění, zůstane nemocný.

Jak se bránit před parazity životního pole

Obecně pomáhá svěcená voda, kadidlo, modlitby a vysoce mravní způsob života.

Podíváme se na to podrobněji. Lidská bytost sama o sobě trochu voní kadidlem, o čemž se můžete přesvědčit sami, pokud si důkladně pročistíte organismus a využijete lék z jeho útrob - urinu. Odpařená urina voní ještě jemněji a lépe než kadidlo. Odsud vyplývá, že parazité životního pole napadají především Znečiš-

hnilobou zasažený organismus. Tělesná schránka očištěného člověka voní po kadidle a toho se mrzké bytosti i **patvorové** bojí.

Pokud se člověk dobrovolně pustí do hladovění, zahajuje zároveň zvláštní etapu vysoce mravného **života**. Při dlouhodobém hladovění tělem začínají procházet velmi silné energetické proudy. To je znát zejména večer před spaním, kdy člověku jako by hořela chodidla a dlaně. Parazité polí nesnášejí Čistou energii.

A konečně nejspolehlivějším prostředkem je modlitba. Je to v podstatě proces vnitřního tvoření vysoce morálního způsobu života a žádost dobrým silám o pomoc.

Očista organismu pomocí různých procedur a správného stravování, urino terapie, hladovění, vysoce morální způsob života a čerpání energie při cirkulačním

dýchání vykání z těla parazity usazené v životním poli a napomáhá pěstování imunity vůči nim.

Mnoho lidí na Zemi bylo napadeno parazitem životního pole. Oslabil je jejich vlastní nevhodný životní styl, který z nich udělal pochoutku pro běs v a další patvory. Ovšem lidé si za to mohou sami a oslabují se, protože nesprávně žijí. Změňte životní styl: čím dříve to uděláte, tím lépe.

Člověk je složitá energoinformační struktura, jejíž viditelná část se jmenuje *fyzické tělo*. To pobývá v konečné třírozměrně prostorové úrovni. Existuje však i čtyřrozměrná, pětirozměrná a vícerozměrná varianta prostoru, možná i storozměrná či tisícírozměrná, a člověk s jeho životním polem je do nich pohroužen. Odsud vyplývá, že parazité životního pole se nacházejí ve vícerozměrných prostorech a skrze ně také působí na lidské tělo. Pokud bychom zablokovali různé úrovně prostoru, například mezi desetirozměrným a patnáctirozměrným, pak ta část parazita životního pole, která zasahovala k těmto úrovním, počínaje trojrozměrnou a konče desetirozměrnou úrovní lidské bytosti, zůstane bez energie a zmizí, prostě se rozplyne.

Jak vyhnat parazity ze životního pole

Parazité napadající životní pole člověka jsou velmi různorodí. V některých případech se dají snadno zapudit, v jiných je to složité dokonce i pro takového člověka, který umí pracovat s démony a dalšími patvory. Takovým lidem se říká *exorcisté*, vymítači d'ábla. Níže jsou dva příklady, jak se exorcismus praktikuje.

Příklady vyhánění besů a vymítání d'ábla

Příklad č. 1:

Jistý známý profesionální vymítač d'ábla vyprávěl historku o tom, jak probíhala velmi těžká bitva s parazitem životního pole.

Byla jedna dívka jménem Anna, která se nechala zlákat temným kouzelnictvím a příslibem rychlých pozitivů - a vstoupila do sekty satanistů.

Poznámka: dívka si dobrovolně vytvořila životní pole z patogenních energií a nalepila se na satanistický egregor*.

Chvilí se v sektě činila, ale pak dostala ze satanistických praktik strach a rozhodla se, zeji raději opustí. Jenže ouha: schválila a ovládla ji nevědomá síla, jež ji řídila jako svého poslušného robota. Nutila dívku, aby se proti své vůli účastnila satanistických srocení, vykonávala s ostatními členy sekty odporné obřady a do puntíku plnila příkazy satanistických kněží. Nakonec to Anna nevydržela a obrátila se na vymítače d'ábla.

Po první seanci doznal Annin byt úhony: navštívil jej celý pluk neviditelných zlých duchů a značně dívce zneprjemňovali život, například neustále praskali dveřmi, strhávali obrazy ze stěn, házeli nádobím a rozbíjeli sklenice, talíře a džbány na tisíce drobouč-

* Nakladatelství Eugenika vydala v roce 2005 knihu A. Někrasova *Egregory Strážní anděle*.

kyh střípků. Zatímco dva silní exorcisté drželi dívku v poloze vleže, neviditelná ruka dívce trhala ošacení, blůzku a džíny. Nakonec Anna zůstala ležet nahá a na těle jí vyskákaly krvavé podlitiny a protáhlé rány, jako by ji někdo přetáhl karabáčem. V dívčině bytosti se usídlil démonicky patvor a vymítač d'ábla potřeboval celý rok na to, aby jej vyhnal.

Příklad č. 2:

Známý teolog a exorcista Amantini Candido³² vyprávěl, jak vyháněl d'ábla ze skromné jeptišky jménem Francizska. Žena se jednoho dne vznesla nad podlahu a začala levitovat ve vzduchu a přitom rozmlouvala s Bohem a se svatými. Ve skutečnosti však měla podezření, kdo za tím vším stojí a kdo ji řídí, a obrátila se k otci Candido vi o pomoc.

Jeptišku tedy začali sledovat a jednou ji viděli vejít do kuchyně, načež se ze svých míst utrhly nože a zranily ji. Tak bylo rozhodnuto, že Francizska musí podstoupit proceduru vymítání d'ábla. Na první seanci se přímo na ní roztrhal oděv na cucky. Otec Candido a jeho pomocníci ji měli v práci několik let, než z ní vyhnali tvora, který jí způsoboval problémy. Jak se později ukázalo, šlo o velmi silného parazita usazeného v životním poli.

V každém případě platí: člověk nejprve musí změnit své vědomí a zbavit se špatných charakterových rysů, neboť právě ony vytvářejí negativní energetická pole. Základním předpokladem je tedy sebestoproměna, a nikoli práce exorcisty, která tento proces pouze urychluje. Opravdoví vymítači d'ábla se vyznačují tím, že dlouhodobě vedou svatý život, a tím získají

schopnost vyhánět parazity ze životního pole. A tuto schopnost si, a to také stojí za zmínku, uchovávají i po smrti. Musíte se na ně obrátit s upřímnou modlitbou a oni určitě rádi pomohou.

Kteří světci mohou konkrétně pomoci a jak je máme žádat o uzdravení při běsnění (zasazení životního pole parazitem) ?

Ctihodný Jan Kronšadský³³

Církevní památka zesnulého druhého ledna

Svatý, spravedlivý, divotvůrce a presbyter³⁴ Jan Kronšadský na sebe vzal nelehký úkol Kristova zpovědníka. Modlitby k němu vyléčily tisíce lidí a vykonaly mnoho zázraků. Věřící se k němu obraceli ještě za života a doufali ve vyléčení. Mnoho z nich bylo také vyslyšeno.

Ctihodný Serafim Sarovský³⁵

Církevní svátek patnáctého ledna, památka zesnulého prvního srpna

Svatý Serafim Sarovský, divotvůrce, za života pomáhal lidem radami a léčením různých nemocí. Značnou část života setrval na kolenou v modlitbách, a takto dokonce ukončil svou životní pouť - při modlitbě za trpící.

Ctihodný Irinarch Rostovský, divotvůrce a poustevník

Církevní památka zesnulého šestadvacátého ledna

Poustevník Irinarch po dlouhou dobu neopustil poustevnu, přesto pomohl mnoha lidem modlitbami,

radami a moudrostí. Léčil nemocné a osoby posedlé běsem tak, že je nutil modlit se a postit. Ctihodný Iri-narch skončil rovněž při modlitbě v roce 1616 ve věku šestadevadesáti let.

Světitel Tichou Zadonský, voroněžský biskup

Církevní památka zesnulého šestadvacátého srpna

Měl od Boha nadělenou velkou moc léčit posedlost.

Světitel Lavrentij Pečerský, poustevník a turovský biskup

Církevní památka zesnulého jedenáctého února

Lavrentij se proslavil ještě během života, zejména svým darem léčit nemocné a posedlé běsem. Dokázal očistit duše nemocných od nečistých sil.

Svatý Makarij Veliký (Alexandrijský)

Církevní památka zesnulého prvního února

Svatý Makarij působil a šířil slovo Boží v egyptské Alexandrii. Napsal dílo *Slovo o odchodu duše z těla a o posmrtném stavu člověka*. Dodnes se k němu lidé obracejí s prosbou o vyléčení běsnění a vyhnání nečisté síly z těla.

Každý si může vybrat sám, ke komu se chce modlit, a určitě si k tomu najde i vhodná slova. Buďte iniciativní, hledejte, čtěte vhodnou literaturu a uvidíte, že se vše upraví.

Varování před černou magií a nekalým věštěním

Lidé často sklouznou pod nadvládu parazitů životního pole vlastní neopatrností, lehkomyšlností a zvě-

davostí. Vyvolávají duchy, aniž by chápali, s kým mají tu čest, a neuvědomují se nebezpečí. Prosí o různá přilepšení a splnění přání, ale nepodniknou odpovídající bezpečnostní kroky.

Vysvětlení tkví v tom, že člověk je vůči duchům a různým bytostem nepoddajný a vůči jejich nadvládě imunní - dokud to sám nezačne chtít nebo pokud je sám nepřitahuje svým chováním a myšlením.

Mějte vždy na paměti (zejména při vyvolávání duchů), že to jsou energoinformační bytosti s různou mírou uvědomělosti, které z nějakých důvodů nemohou mít vlastní fyzické tělo. A pokud k tomu dostanou příležitost, rádi proniknou do životního pole věštícího či modlícího se člověka nebo toho, kdo provádí magické rituály (zejména bez ochranných metod). A co se děje dál? Oni ho začnou utlačovat jako osobnost a ovládají jeho fyzické tělo i veškeré energie, **jak je** napadne.

Proto radím: nedělejte tyhle věci a vyhněte se problémům.

Sedmá kapitola

Jak se zbavit uhranutí, uřknutí, očarování a dalších negativních ovlivnění

Co je uhranutí?

Uhranutí se rusky řekne *porča* a toto slovo je odvozeno od slovesa *portit' - kazit*, jiným slovem *zhoršovat, poškozovat, ničit*, tedy *konat špatné věci*.

Často se k provedení tohoto zkázonosného úkonu používají věci zemřelého, mezi nimiž nechybí voda, se kterou se omývala mrtvola. Existuje hodně literatury, kde se o tom dočtete víc. Mějte na paměti, že jde o velice vážnou věc, kterou není radno brát na lehkou váhu a již není snadné vyřešit.

^v Cím se vyznačuje uhranutí

Při uhranutí se zčistajasna začíná zhoršovat zdravotní stav oběti a v některých případech to vede i k její smrti.

Uhranutí způsobuje různé psychické nemoci, od nepatrných odklonů v psychice po skutečně vážné **negati-**

vní nálady: strach, smutek, deprese, zloba. A odsud už je jen krůček ke schizofrenii.

Z uhranutí vznikají také skandály v rodinách, a to ze všech možných důvodů. Například se oslabí nebo úplně vytratí láska mezi manžely a namísto ní nastoupí nenávisť, pohrdání a odpor jednoho k druhému.

- Uhranutí může způsobit i alkoholismus, drogovou závislost, obžerství a zvrácenost.
- Uhranutí může být příčinou toho, proč má postižený člověk neustále smůlu, nic se mu nedaří a jeho život je jedna velká řada ztrát a proher.
- Uhranutí někdy vyvolává nadměrnou pýchu, namyšlenost, svěhlost a velebení vlastního ega.
- Uhranutí má na svědomí nemoci dětí, mentální zaostalost, nechuť k práci a lenost obecně.
- Uhranutí v některých případech způsobuje nepřátelství mezi blízkými a jejich vzájemnou nenávisť; můžete cítit i odpor k přátelům, kolegům, rodičům a dětem.
- Uhranutí má za následek také pohromy jiného druhu, například neúrodu nebo onemocnění zvířat.
- Uhranutí zahrnuje i spoustu dalších projevů, které člověku ztrpčují a zkracují život.

Příklad mocného uhranutí

Původní článek „Jak se pomstít manželovi“ od autora I. Zajceva byl otištěn v novinách *Megapolis expres*, číslo 39, rok vydání 1998. Uvedu jej v mírně zkrácené verzi:

K jednomu mágovi se na seanci dostavila žena se třemi dětmi, kterou opustil manžel. Přála si jen jednu jedinou věc: aby ten darebák exmanžel byl potrestán a dostal, co si zaslouží, jednou a provždy! Mág ženu vyslechl, usoudil, že má ve všem pravdu, a začal jednat.

Uhrnutí mělo proběhnout ve dvou etapách. Mág nejprve vytvořil ve svém vlastním vědomí a v myšlenkách jakousi bytost a tu naprogramoval tak, aby se chovala vždy určitým způsobem. Ve druhé etapě měla být tato bytost implantována do vědomí ženina bývalého manžela. K tomu mág potřeboval navázat kontakt s vědomím „objektu implantace“. To znamená, že musel vytvořit specifický kanál, skrze nějž se bytost dostala do těla objektu (v tomto případě do těla ženina exmanžela).

To lze jedinečně tehdy, pokud se mág s objektem implantace ztotožní. Snaží se myslet jako on, pohybovat se jako on, a dokonce mít stejná přání jako on. Není to vůbec jednoduché, dlouho to trvá, odebírá to obrovské množství energie a vyvolává nepříjemné pocity. Tyto stavy se nejvíce projevují při práci s „objekty“, které mají silnou psychiku a jsou přesvědčeny o své pravdě. Pro mága jsou vítané pochybnosti, protože se za ně může zachytit; jsou pro mimovědomou bytost jako adresa, podle níž se může řídit. Kde nejsou pochybnosti, tam se není za co chytit. To znovu dokazuje, že člověk je zranitelný svým myšlením.

Mág naprogramoval bytost na mužův pocit viny vůči rodině, kterou opustil. Jenže muž žádný takový komplex neměl a bytost se nemohla v jeho vědomí

uhnídit. Mág se hodně snažil, ale nakonec vysílením zhubl o čtyřicet kilogramů a nebyl schopen podporovat životaschopnost bytosti. (Vy si ale můžete udělat obrázek, jak silně z vás může vámi vytvořený myšlenkový fantom vysávat energii.)

Nakonec bylo přece jen dosaženo vítězství: poté, co mág změnil pohlaví bytosti. V mužově vědomí se zahrnila ženská monáda a nastartovala sebezničující proces. Muž přitom začal myslet jako žena. Bytost během půl roku úplně transformovala mužovu osobnost a udělala z něho homosexuála. Nová přítelkyně ho vyhodila a staří přátelé, kteří mu mezitím odpustili opuštění rodiny, se nyní nemohli smířit s jeho novou vášní. Muž je nyní ubohou osamělou bytostí, rozdíranou hromadou vnitřních komplexů.

Příznaky uhrnutí a usídlení parazitů v životním poli

Mnoha lidem možná vrtá hlavou otázka: a jak vlastně poznáme, že náš organismus nebo někoho blízkého zasáhla nečistá síla a že se v něm zabydlel běs nebo parazit polí?

Níže uvádím několik příznaků uhrnutí člověka:

- Skřípání zubů ve spánku svědčí buď o nakažení hlísty, anebo o usídlení parazita v životním poli.
- Pokud se zorničky otáčejí proti směru hodinových ručiček a jedna je větší než druhá, je to příznak posedlosti.
- Člověku se zdá zlý sen, v němž cítí, že ho někdo uhrnul; pak je to zpravidla pravda.

- Pokud je člověk nemocný, ale lékaři se nemožou dopátrat příčiny onemocnění a žádná léčba ani sebeuzdravování nepomáhají, pak může jít buď o uhranutí, anebo o parazita v životním poli.
- Pokud se vám zdá, že vám někdo stojí za zády, nebo se neustále něčeho bojíte, je to velmi spolehlivý ukazatel uhranutí či přítomnosti parazita v životním poli.
- A pokud se vám často zdá o zemřelých, hrobech, pohřbech a podobně, znamená to nejspíš uhranutí ze záhrobí.

Příznaky usídlení parazita v životním poli:

- Pigmentové skvrny na obličeji u jinak zdravého člověka poukazují na přítomnost parazita v životním poli.
- Třinácté žebro na pravé straně - přítomnost extrémně silného parazita v životním poli.
- Pokud vás doma něco nadzvedává do vzduchu, evidentně se u vás zabydlely temné síly.
- Pokud zdravá žena nemá menstruaci či jen velmi řídký výtok krve, a přitom není těhotná, znamená to, že má parazita v životním poli.

O usídlení svědčí také tyto příznaky:

- Strach z uzavřených prostor a místností.
- Značná ztráta tělesné hmotnosti během příliš krátkého časového úseku.
- Pokud se člověku dělá v kostele špatně nebo je hlučný.

- Křížek posvěcený v kostele se sám odtahuje od těla nebo se po nějaké době ztratí.
- Nedokážete se pomodlit, při pronášení modliteb zíváte. Při modlení ke svatému Janu Kronštátskému se vám dělá zle.
- Díváte se na svatý obraz nebo kříž a z nitra se vám proti vaší vůli ozývají nadávky či berete jméno Boží nadarmo.
- Pokud člověk špatně spí a ráno se probudí celý unavený.
- Pokud člověk nesnáší pohled na sebe sama v zrcadle nebo vidí své oči jakoby gelovité.
- Když se objevuje uvnitř zorničky červené oko.
- Člověk slyší prapodivné zvuky, které jako by vycházely z něho - psi štěkot nebo kočičí mňoukání, případně další.
- Různé zvuky v místnosti, například skřípot, šramot a šustot, slyšitelné zejména v noci; praskají lampy, žárovky, sklenice, vázy nebo jiné skleněné předměty.
- Nesnášenlivost vůně kadidla.
- Trvalý dlouhodobý úpadek sil, nechut' žít a občasné myšlenky na sebevraždu.
- Výskyt většího množství myší, mravenců, švábů a dalších škůdců.

Nyní jste přečetli tento seznam. Pokud na vás některý z uvedených bodů silně zapůsobil, například jste při čtení dostali strach, že vám někdo stojí za zády, je to spolehlivý ukazatel toho, že jste zasaženi právě uhranutím.

Ochrana před uhranutím a parazity životního pole

Tak jsme si pověděli něco o příznacích uhranutí či usazených parazitů v životním poli a nyní se budeme věnovat metodám, jak se těchto nechutností zbavíme.

- *Křest.* Nekřtěné osoby by se měly určitě nechat pokřtít. Pokřtěného ochraňuje křesťanský egregor a kromě toho má svého anděla strážného.
- *Křížek.* Noste vždy přímo na těle posvěcený křížek.
- *Modlitba.* Proti uhranutí se modlete dvakrát denně, hned ráno po probuzení a večer. Alespoň dvakrát do měsíce chodte do kostela. Proveďte očistu obývaných místností.
- *Podezřelé předměty.* Prohledejte polštáře a peřiny, v nichž spíte, zda se v nich nenacházejí podezřelé nebo nezvyklé předměty, a v případě jejich nalezení je ihned spalte, nejlépe daleko od domu. Dým by neměl směřovat k domovu, snažte se vyhnout přímému kontaktu s ním. Při spalování odříkejte *Otčenáš*.
- *Půst.* Během křesťanských postních svátků se skutečně postěte, nejlépe jeden až tři týdny.
- *Vodní zábal.* Pro nemocné se schizofrenií, epilepsií nebo dětskou mozkovou obrnou jsou vhodné zábaly na hlavu z ohřáté posvěcené vody.

- *Koupele.* Pravidelně si připravujte lázeň z posvěcené vody (sklenici této vody nalijte do vany tak, že opíšete kříž) a při koupeli se pomodlete nebo proneste zaříkadlo. Před koupelí vypijte sklenici vody.
- *Tinktura.* Lidoví znalci doporučují k urychlení procesu odstranění uhranutí či kletby speciální tinkturu z Černobýlu, bodláčí nebo kypreje. Připravíte ji tak, že sto gramů jakékoliv z uvedených bylinek nasypete do nádoby a zalijete půl litrem vodky. Nechte deset dní odstávat v teplém temném místě, procedte a užívejte jednu čajovou lžičku tinktury na sklenici vody třikrát denně.
- *Posvěcená voda.* Vodu si můžete posvětit sami: naberte ji do třílitrové skleněné nádoby (nejlépe tak, aby se první kapka dostala do nádoby v noci ze středy na čtvrtek) a postavte do blízkosti svatého obrazu. Zapalte svíci nebo lampičku a třikrát proneste modlitby *Otčenáš*, *Zdrávas Maria* a další, případně zaklínací modlitbu Kaprianovu.
- Posvěcenou vodu vždy uchovávejte v nádobě uzavřené poklicí.
- V průběhu „antiběsově“ léčby omezte návštěvy u sebe doma, a zejména se vyhýbejte těm lidem, kteří podivně zapáchají.

Jak se chránit před uhranutím

- V žádném případě nevykopávejte nic z dávné minulosti.
- Neshromažďujte kamenné ani žádné jiné suvenýry, právě z těchto věcí pramení nejsilnější uhranutí.
- Pokud si na sebe kupujete něco nového, mějte na paměti, že byste měli kolem věci nejprve třikrát objet nožem. Čepice a další pokrývky hlavy, kalhoty, ponožky a vazanky je třeba třikrát pokřížovat.
- Před uhranutím dobře ochraňuje pletený bílý, bleděmodrý nebo červený nátělník, jenž se nosí přímo na těle.
- Studená tekoucí voda ulevuje a vymývá uhranutí. Člověku postiženému uhranutím se doporučuje hodně chodit k proudícím řekám (i koupat se) a pronášet u toho modlitby. V zimě se vždy na řece nebo na jezeře nachází nezamrzající místa a právě v nich by se měl uhraný člověk vykoupat, ovšem opatrně a s dodržováním veškerých bezpečnostních pravidel.
- Při uhranutí s důsledkem epilepsie nebo alkoholismu dobře pomáhá směs šalvěje a chrpy; rostliny by se měly posvětit na Velikonoce.
- Některá uhranutí způsobují, že se uvnitř člověka v jeho organismu usídí různá havěť, například žáby, ropuchy, ještěrky, hadi, červi a housenky. Na to dobře pomáhá pryšec kolovratec (*euphorbia helioscopia*). Léčebný přípravek se

dělá takto: jednu čajovou lžičku pryšce zalijte sklenicí studené vody a povařte asi patnáct minut ve smaltované nádobě. Sced'te a užívejte na lačný žaludek hodinu před jídlem. Je lepší vypít celou dávku nadvakrát: nejdřív sto mililitrů a po půl hodině zbytek odvaru.

- Proti kvákající žábě v útrokách se doporučuje každý den užívat na lačný žaludek syrové koprné semínko (nejméně sto padesát až dvě stě gramů).
- Pokud člověk cítí, že se ho při návštěvě kostela zmocňují vědmy nebo čarodějové, je třeba se ihned pomodlit *Cherubínskou píseň**

Málo známá, ale účinná metoda

- ochrana kožešinami

Je třeba vědět, že například kožešinové oblečení velmi dobře ochraňuje před uhranutím a dalšími typy energetického škůdcovství.

Kožešiny vodních zvířat (bobr, nutrie, vydra, lachtan a tuleň) mají na Člověka, který je nosí, očištný vliv. Jejich přirozeným živlem je voda a ta odplavuje a pohlcuje škodlivé energie. Věci z kožešin vodních zvířat absorbují různé negativní vlivy, brání uhranutí a energetickému škůdcovství, tlumí vliv očarování a není vyloučeno, že chrání také proti vpádům energetických upírů.

Důležité upozornění: nikdy nekupujte podomácku šité kožichy a další kožešinové výrobky ze psů a ko-

Cherubíny tajemné představujíce a oživující Trojici trojsvatou píseň pějíce. všechny nyní světské odložme péče (zpíva se 3x) - pozn. red.

ček! Ani králík není úplně bezpečný, zejména pokud si jej pořizujete na tržišti nebo od soukromé osoby.

Při chovu zvířat pro komerční účely se lidé většinou moc nestarají o to, v jakých podmínkách zvířata žijí a jak jsou usmrcována. Je důležité, zda zvíře zemře bezbolestně, anebo je krutě týráno. Někteří „chovatelé“ jsou dokonce přesvědčeni, že při sedření kůže ze zvířete zaživa kožich vypadá hezčí...

Čepice ze zvířete, které zemřelo v mukách a v bolesti, bude vždy vyzařovat záření a náboj bolesti, strachu a utrpení. Taková pokrývka hlavy vám spolehlivě přinese nemoci srdce a cév.

Jak prověřit kožešiny na negativní energii

Zda je kožešina nasáklá negativní energií, to zjistíte poměrně jednoduše.

Vezměte věc do ruky a pomalu ji hladěte ve směru srsti. Zavřete oči a soustředěte se na vjemy v ruce.

Pokud v kožešinách existuje byť nepatrný záblesk negativní energie, třeba stopa po hrůze předsmrtné agonie, vy jej bezpochyby pocítíte: například jako nepatrné píchání do dlaně nebo zápěstí, případně jako pocit beznaděje, smutku, zoufalství, neklidu či nepříjemný pocit u srdce.

Jak očistit kožešiny a obnovit jejich vlastnosti

Nyní se budeme věnovat umělým kožešinám. Jejich hlavním vlastnostem patří schopnost okamžitě zachycovat, vtahovat a dlouhodobě uchovávat veškeré pozitivní i negativní energetické vlivy, které ovlivňují jejich majitele. Takovéto vyzařování kožešin není o nic slabší, než kdyby tyto vlivy na člověka působily bezprostředně...

Jakými způsoby se můžeme bránit akumulaci negativního energetického náboje ve věcech z umělých kožin?

Právě zakoupenou novou věc si oblečte a poproste nějakou osobu, o jejímž dobrotivém vztahu k sobě nepochybujete, například z členů rodiny nebo přátel, aby věc nabíla pozitivním nábojem. Vybraný člověk musí věc několikrát něžně pohladit oběma rukama a přitom si o vás myslet něco laskavého a příjemného. Pozitivní emoce se usadí na jednotlivých chloupkách kožichu i v jeho strukturách, a tím jej *de facto* promění v ochrannou slupku pozitivního vztahu k vám. Negativní vztah bude od kožichu odpuzován, zatímco pozitivní se bude zvyšovat a bude podporovat dobrotivost, která se na kožichu usadila. Takový kožich se stane „lapačem“ pozitivního a začne na sobě uchovávat všechno pozitivní - myšlenky nebo pocity zaměřená na vás. Na negativní věci vůbec nebude reagovat, protože jejich přítomnost je vyloučena v dříve zadaném „programu pozitiv“.

Příklady úspěšného odstranění uhranutí

Příklad č. 1:

Píše vám duchodkyně, která v životě na vlastní kůži zakusila to, čemu se lidově říká uhranuti. Dospělo to až do stadia, kdy jsem chtěla zemřít, prostě si sáhnout na život. Dva roky jsem byla úplně holohlavá. Taky mě špatně poslouchaly nohy: někdy prostě normálně jdu a najednou hác, spadnu jako hruška. Lékaři samozřej-

má nemohli na nic přijít, protože výsledky veškerých testů a rentgenové snímky byly v pořádku.

Poznámka: uhranutí je v podstatě působení cizorodého ničivého programu **na** životní pole člověka. Až se lékaři naučí diagnostikovat změny organismu energetického původu, pochopí, v čem tkví podstata takovýchto a podobných stavů člověka,

Později jsem na své životní cestě potkala dvě dobré duše, které mi poskytly neocenitelnou pomoc. Dále jsem si koupila knihu Paula Bragga Kouzlo hladovění a v prosinci roku 1991 jsem vydržela čtrnáctidenní půst. V létě roku 1992 jsem začala chodit do lesa, ale ještě jsem se nedokázala prodírat houštím. V roce 1993 už jsem chodila normálně, tedy do kopce ztížka a z kopce bez problémů. Zásadní změna nastala, když jsem si přečetla vaše kruhy a důkladně si pročistila střeva metodou, označovanou za těžkou (s odpařenou urinou) - bylo to, jako by začala moje obroda. Najednou se u mě objevila lehkost, o níž jsem si předtím mohla jen nechat zdát. První změny začaly v roce 1991 a nyní po letech jsem již jinde a na hodně věcí se dívám úplně jinak

Poznámka; to vypovídá o pozitivních **změnách** v charakteru člověka.

Příklad č. 2:

*Je mi třiatřicet let. Někomu jsem asi v tomto světě vadila, možná manželovi. Když mu zemřel bratr, nemohla jsem mu jít na pohřeb, protože jsem měla dvě malé děti a po druhém porodu jsem těžce napadala **na** pravou nohu*

Můj bývalý manžel a jeho švagrová, bratrova manželka, nechali sloužit mši za zemřelého a současně i za mne (takže jsem se musela obrátit na věštce). Dostala jsem těžký zápal plic a dvakrát ležela na psychiatrii, bylo mi strašně zle a málem jsem zemřela. Dokonce i můj lékař už ztratil naději na to, že se uzdravím a budu moci normálně žít. Díky Bohu a kvůli dětem jsem zůstala naživu.

Hledala jsem odpovědi a obrátila jsem se k Bohu. Čistě intuitivně jsem vycítila, že bych se měla postit, a vydržela hladovět dva dny co čtrnáct dní. Potom jsem prošla velkou cestou pokání před Bohem. Cítila jsem se příšerně a celý týden mi divoce bušilo srdce, ale nakonec se bolest dala na ústup. Dále jsem absolvovala léčbu akupunkturou a při ní si uvědomila, že já jsem já a žiji tady a teď nic z toho, co se odehrálo v minulosti, se nestalo mně.

Hladověla jsem patnáct dní, ale špatně kúru ukončila a pak mě silně bolel žaludek. V roce 1993 jsem vydržela hladovět neuvěřitelných čtyřiatřicet dní a napodruhé všechno dobře dopadlo, organismus se mi očistil. Ale následovaly problémy v psychické a fyzické rovině. Duševní bolest ustala patnáctého dne hladovění.

Poznámka: hladovění pomáhá postiženým, aby se vyrovnali s uhranutím, což tento případ názorně ukazuje.

*Nyní už se na sebe mohu podívat do zrcadla s potěšením. A smysl života spatřuji v něčem jiném. Také se pohybuji mnohem lehčeji, přestože jsem předtím **na*** padala na nohu a byla slaboučka.*

Osmá kapitola

Energetický vampyrismus

Co je vampyrismus a kdo je upír

Slovo *vampír* pochází z francouzštiny: říkalo se tak zemřelým, kteří vstávali z mrtvých a vysávali krev spícím lidem. *Vampyrismus* znamená vysávání krve nebo životní energie jedním člověkem u druhého.

Nejčastěji se vyskytuje *energetický vampyrismus**.

Ovšem *energetičtí upíři* se navzájem dost liší: někteří se živí náhodným vzplanutím životní energie, jiní tuto energii konzumují neustále.

Podíváme se, co se přitom děje v praxi a jak se tohoto jevu zbavíme.

() psychických upírech

Nejvíce nebezpeční jsou lidé, kteří nejsou schopni odolat ze samotné existence. Jejich přirozené životní instinkty jsou přesunuty do oblasti skryté agre-

sivity. Fakticky požívají ty, k nimž se chovají s předstíranou mateřskou láskou a starostlivostí. Sebezapření odmítající jakékoliv potěšení ze života je *nicive* ve vztahu k těm, na něž je směřováno.

Jak odhalíme nositele negativní psychologie? Podezření vzbuzuje člověk, který je nadměrně hovorný anebo přehnaně úslužný. Takoví lidé jsou chaotičtí, nesynchronní a navenek vypadají neupraveně. Jsou neobyčejně úporní a ve svých názorech tvrdošíjní a rádi si stěžují na nepochopení ostatních, ale ve skutečnosti sami nikoho nemilují, jsou závistiví a neustále demonstrují žárlivé soupeření s nároky vůči ostatním. Jsou vnitřně agresivní a krutí, nemají žádné vřelé pocity a za jejich falešným úsměvem, lživou laskavostí a přítvívostí se skrývá maskovaná lstivost a záludnost.

Negativně naladěné osoby nesnášejí dlouhodobé osamění a ticho a rády provokují konfliktní situace, aby mohly ničit své oběti a dotlačily je do závislosti. A pokud nedosáhnou svého, mohou vydírat a vyhrožovat. ..

Negativní osoby kolem sebe šíří chlad, lhostejnost a útlak. Lidé, kteří se dostali do jejich sféry vlivu, mají pocit olověné těžkosti a tlak v oblasti některého ze životně důležitých orgánů.

Máte-li podezření, že jste se stali objektem negativního ovlivňování ze strany jiné osoby, musíte především projevit svou *vůli* a **sebekritiku**. Přestaňte se chovat jako otevřená, dobromyslná a důvěřivá oběť. Oběti často samy podporují negativní osoby, jež jim odčerpávají energii, ač si to samy neuvědomují. Upír dokáže odebrat oběti energii jedině tehdy, jestliže se

* V roce 2002 vydali knihu o energetickém upírství Barbary E. Horst *Nekalé vztahy*,

my dotyčny otevře Negativní osoby budují vztahy tak, že provokují své oběti k odevzdávání energie.

Každý z nás však přežije setkání a pobyt v blízkosti psychického upíra bez úhony, pokud se mu neotevře a nezačne se chovat, jak si přeje on. Musíme se energeticky uzavřít a zůstat neteční vůči jeho skuhrání, rádoby hlubokým rozhovorům a přilnavosti. Nechat ho, ať si skuhrá... Pokud se na to necítíte a nemáte dostatek sil mu odolat, pak s ním raději zastavte veškeré kontakty, vyhýbejte se setkáním s ním, nepište a nevolejte mu a tak dále...

Jak se chová psychický upír

Jeden muž mi vyprávěl zajímavou historku o jeho sestře, která se (už v pokročilém věku) provdala za jakéhosi chlapíka.

*Týpek zpočátku na všechny působil příjemně, byl chytrý, společenský a vtipný. Později se však ukázalo, že je to velmi zkušený intrikán, jemuž se podařilo rozhádat všechny členy rodiny. Nevypadal moc dobře, byl takový neupravený. Několikrát jsem se s ním pohádal a on mi pohrozil že **mi** ještě ukáže, A já se poté skutečně několik měsíců válel po nemocnicích a trpěl jsem strašnými bolestmi v nohou. Totéž se přihodilo vnukovi. Zachránil nás jeden lidový léčitel a mastičkář, který si uměl poradit s uhranutím a odstranil je, A teprve poté jsem se dozvěděl, že tomu muži v jeho rodné vsi říkají čaroděj.*

Takoví lidé se nejprve snaží získat sympatie ostatních a jakmile toho dosáhnou, začnou svou obět

energeticky vysávat a tlačí ji do hádek a konfliktů, aby mohli nasávat její energii.

Příklady energetického vampyrismu

Příklad č. 1:

Mé třináctileté dceři už od šesté třídy někdo nebo něco neustále odebírá energii. Nejprve měla silné bolesti v krku, které později ustaly, ale začaly ji přišerně bolet oči a zhoršil se jí zrak. Nyní ji bolí krk i oči.

Ráno po probuzení pociťuje, jak z ní odcházejí síly, a začne ji bolet v krku a očích. Po celý den se cítí unavená a zesláblá, a tak to jde pořád dokola, každý den.

Poznámka: je třeba se modlit k Bohu a prosit svaté o ochranu. A také je nutné samotnému změnit charakter.

*V říjnu roku 1996 jsem byla nezaměstnaná a seděla často doma. Někdy jsem také cítila, jak mě začíná bolet v krku, respektive jsem to vnímala **ne jako bolest, spíš jako nepříjemný pocit doprovázený slabostí**. Když jsem o tom řekla dceři, odpověděla, že když je odebírána energie mně, jí se udělá lépe. Když je dcera doma, skoro pořád jí bolí v krku a v očích, ale mimo domov se cítí dobře.*

Poznámka: někdo se u vás doma evidentně zabydlel. Proveďte v bytě vykuřování, posvěťte jej a pak požádejte o pomoc svaté síly.

Nedávno jsem si koupila vaši knihu Dokonalá očista organismu. Začali jsme ji číst a došli ke kapitole pojednávající o parazitech v životním poli (k místu, kde se popisuje, jak člověka zavalí peřina a on leží v nechráněné pozici a cítí silné bolesti v bři-

še. což znamená, že se na něho někdo nalepil). Dcera mi tehdy pověděla o tom, co se stalo, když byla v šesté třídě: jednou ji večer před spaním příšerně rozbolelo břicho. Ten okamžik si pamatuji a vybavuji si, jak se svíjela bolestí a nevěděli jsme, co dělat. Nevěřili jsme, že by to mohlo být ze špatného jídla. Tehdy jsme jedli především vodové kaše bez soli a ochucení, ovoce a zeleninu a holdovali dělené stravě.

Dcera měla v ten okamžik dojem, že jí něco silně tlačí na břicho. Bylo to bolestivé a těžce se jí dýchalo. Po chvíli nadzvedla peřiny, bolest se zmírnila a začalo se jí snáze dýchat.

Poznámka: tak se parazit napojuje k energetickému centru, skrze nějž je možné člověka energeticky vysávat.

Od té doby uběhly dva roky a nevypadá to, že bychom viděly světlo na konci tunelu. Dcera říká, že se všechno den za dnem neustále opakuje, jen občas se střídají „odpočinkové přestávky“. Bydlíme ve vlastním domě. Myslíte, že bychom se měly přestěhovat, pomůže to?

Poznámka: modlete se k svatému **Janu Kronštadskému**

Příklad č. 2:

Zakoupil jsem si vaši knihu Dokonalá očista organismu, nejprve ji celou letmo přečetl a teď' podrobně studuji kapitolu o očistě od parazitů životního pole. Několikrát jsem praktikoval cirkulační dýchání, ale povedlo se mi to tuším jen jednou. Ruce a nohy se mi (chvilu) v obličejí mi škubalo a trvalo to asi pětadvacet

až třicet minut. Pak jsem si pro sebe odříkal Otčenáš a celý roztřesený vstal, ale potom jsem se uklidnil.

Nyní trochu o samotné nemoci. Neustále jsem byl rozzlobený kvůli maličkostem, často mě něco trápilo a všechno jsem si bral příliš k srdci. Jsem vychrtlý a Často mrznu, neustále mám rýmu. Tři roky nepiji a nekouřím, ačkoli jsem tomu dříve holdoval ve velkém. Je mi dvačtyřicet let a žiji od roku 1980 sám s matkou, manželku nemám. Zdá se mi, že se na mě energeticky přisálajedna babka. Když jdu kolem ní, vždy mě zastaví, začne mi něco povídat, brečí u toho a přitom se mi dívá do očí. Pokaždé se snažím uhnout pohledem, a pokud bych neodešel, tak by tam stála a žvanila celou věčnost. Možná mi poradíte, jak **prověřím**, zda mi babka vysává energii i tehdy, **když** ji nevidím, **a** jak se jejího upírství zbavit?

Poznámka: energetičtí upíři se chovají přesně tak, jak popisujete. Snaží se navázat se svou obětí kontakt a skrze něj jí odebírají životní energii. Pomodlete se za ni s veškerou laskavostí a odpusťte jí; tohle oni nevydrží.

Příklad č. 3:

Narodila jsem se v roce 1952 ve znamení Vah a s konstitucí větru. Od února roku 1996 se řídím **vašimi** knihami. Začala jsem jinak vnímat Boha a nyní jako opravdová věřící chodím do **kostela**, což jsem dříve nedělala, ačkoliv moji rodiče už dvacet let zpívají v církevním sboru. Přestala jsem se na rodiče urážet a už necítím silnou bolest mezi lopatkami (bylo to, jako by mi tam někdo zapíchl kůl).

Poznámka pocit uražení je *de facto* cizorodá informace, která se nachází v oblasti srdce a je vnímána jako nepříjemný patologický výtvar.

Ve vašich knihách je mi vše jasné, díky Bohu. Vyléčila jsem si však jen alergii (na pyl ambrozie), jinak nic

V listopadu jsem se rozhodla, že si očistím životní pole. Ale máj soused truhlář někdy silně tluče a já se nemohu soustředit. A znovu vypukl smolný řetězec: nedaří se mi vyměnit byt a v práci mám nepříjemnosti. Po koupi vaši knihy Dokonalá očista organismu je mi konečně vše jasné.

Narodila jsem se s mateřským znaménkem zleva nad horním rtem. Můj otec byl opravdový upír, měl pět dětí a já jako nejstarší dcera byla jeho 'miláček', takže si to dovedete představit... Ve svém životě jsem sama jen zhoršila karmu svých předků. Po ukončení vysoké školy se můj život stal snůškou neúspěchů, šéf v zaměstnání byl opět upír a ze dvou set podřízených si jako objekt zájmu vybral zrovna mě, nezaměnitelného pracovníka (na pětadvacet let). Pak následoval druhý manžel, s nímž jsem prožila pět let, ale už dva roky jsme rozvedeni. Byl to opět upír, a navíc jsem se nedávno dozvěděla, že jeho první žena byla cikánka a praktikovala černou magii. Prosím vás, pokud je to možné, napište mi adresu toho člověka, který pomáhá lidem, aby se zbavili pout s energetickými upíry. Děkuji za vaši rozsáhlou práci. Jste léčitelem duší i těl národa, kterého nám seslal Bůh. Jsem vám předem vděčná.

Poznámka: někteří lidé mají takový charakter, že přitahují špatné situace a lepí se na něho upíři. Je

třeba, aby se on sám pokusil změnit svou povahu, a nehledal a neobracel se na jiné osoby. V jednom z předcházejících příkladů bylo uvedeno, kam takové hledání vede.

Příklad č. 4:

Piši vám ohledně vampyrismu. Už jsem o tom hodně slyšela, ale nikdy jsem nic nečetla v odborné literatuře. Můj manžel, jehož jsem vždy pokládala za člověka s komplikovaným charakterem, je energetický upír.

Poznámka: komplikovaný charakter - to je upírovo specifikum, jeho zbraň, jíž se snaží působit na ostatní, aby u nich vyprovokoval vychrstnutí emoční energie, již poté pohlcuje.

Typické upírské rysy jsou vidět na první pohled. První rys: absolutní ego ismus, vyžadování pozornosti a absolutní nezájem o ostatní. Celé dny si stěžuje, že moc pracuje a je přetažený, ale ve skutečnosti nic nedělá a spí až do poledne. Když nemá žádnou energii, vyvolává hádky kvůli maličkostem a stěžuje si na nepříznivý osud, i když ten ho nikterak nepoškodil. Teď už je v důchodu.

Poznámka: to je popis stoprocentního domácího energetického upíra.

Dříve jsem si myslela, že trpí skrytou depresí, která se periodicky projevuje nějakým neduhem. Pořád má nějaké deprese, tu ho z nich bolí nohy, tu ho zas píchá u srdce nebo mu pulsuje v játrech. V mládí prodělal nemoci zažívacího traktu. Dnes má srdeční chorobu, artritidu a artrózu a běžné metody léčení nepřinášejí úspěch.

Poznámka: upírem se mimochodem může stát člověk, napadený parazitem životního pole. Měl třeba nějakou charakterovou vlastnost, s níž si vytvořil pole negativní energie, na tu se nalepil parazit životního pole a vysává z něho životní energii. Přitom působí na vědomí člověka a provokuje ho, aby vyvolával u lidí z okolí emoční výbuch.

Po přečtení vaší knihy mi bylo jasné, že se projevy vampyrismu s věkem stupňují. Dívali jsme se s vnučkou na televizi a on začal hovořit nahlas, pořád něco mlel a nereagoval na prosby, aby se ztišil. Po celý život si vymýšlel záminky, aby mne vyvedl z duševní rovnováhy

Poznámka: to je právě ono - veškeré rozumové schopnosti nasměrovat na maximální vyvážení ostatních z duševní rovnováhy.

Začal silně pít a občas sprostě nadává, ačkoli jsem od něho během prvních dvaceti let společného života neslyšela jediné hrubé slovo. Čím víc jsem proti tomu protestovala, tím tvrději nadával a k tomu dělal spoustu dalších věcí. Zřejmě má chuť mne neustále rozčilovat a vyvádět z rovnováhy, ta jezákladním projevem jeho nemoci. Po vyvolání skandálu se chvíli cítí dohře a je v klidu, ale pak to začne zas. Prosím vás o radu, co mám dělat.

Poznámka: v duchu se za něho modlete a pozorujte, zda se jeho chování nezačne měnit. Nahlas proneste modlitbu k Janovi Kronštadskému. Pokud manžel trpí na parazita v životním poli, tak mu to vysvětlíte a můžete proti němu bojovat spolu. V opačném případě se rozved'te.

Záver

Pochopili jsme, jak jsou parazité pro člověka nebezpeční a že se jich musíme zbavit. Všechno je závislé na aktuálním stavu člověka.

Je-li člověk vážně nemocen, doporučuji provádět antiparazitární léčení podle metod Naděždy Semjonové nebo Taťány Abramovské. Dále je nutné posilovat imunitu podle návodů, uvedených v příslušné kapitole.

Pokud nemáte závažné zdravotní problémy, vyzkoušejte léčbu elixírem Trojčátka, pelyňkovou kúru, krátkodobé urinové hladovění, dvojitou očistu jater a užívání petroleje. Do jídelníčku zařaďte bylinky a koření s antiparazitárními účinky.

Pro preventivní účely a při lehké zdravotní indispozici se hodí měděná a stříbrná voda. Trojčátko je ale lepší: pomůže týdenní kúra, při níž se lék užívá třikrát denně; pak je nutné brát jednou za týden silnou dávku až do konce života. V případě nezbytnosti týdenní kúru opakujte. Je samozřejmé, že se budete muset pravidelně očišťovat, pravidelně hladovět a správně stravovat.

Při vleklých zdravotních obtížích a chronických nemocích se dobře hodí Trojčátko nebo pelyněk. Nejlepší je pročistit si životní pole a projít úplným kurzem antiparazitárního léčení podle Semjonové nebo Abramovské. Dbejte na hygienu dutiny ústní, dodržujte pravidla osobní očisty; zároveň tak budete léčit i své blízké.

Pamatujte: očista od parazitů je záležitostí několika léčebných kurzů s celkovou délkou do devadesáti dnů. Ovšem preventivně musíte některé antiparazitární kurzy, léčbu hořkou chutí a podobné technicky opakovat po celý život.

Proti energetickým parazitům pomůže dodržování obecných morálních zásad, zejména pokora, půst a přátelský vztah - v tom tkví nejlepší obrana.

Poznámky

1. Bičenky (*trichomonas*) patří do skupiny bičíkoviců a způsobují nemoc trichomoniázu –pozn. překl.
2. Askaridóza - onemocnění způsobené škrkavkou - pozn. překl.
3. Alexandr Leonidovič Čiževskij (1897–1964) - první ruský heliobiolog - pozn. překl.
4. Helminti - cizopasní červi - pozn. překl.
5. Lyzozim - enzym, který se vyskytuje ve slinách - pozn. překl.
6. NK buňky (*natural killer cells*) neboli „přirození zabíječi“ jsou třetí skupinou lymfocytů (5-10 % celkové populace) a ničí hlavně nádorové nebo virem zasažené buňky - pozn. překl.
7. Humorální - týkající se tekutiny - pozn. překl.
8. Neutrofil - druh bílé krvinky, jenž se podílí na obraně proti bakteriálním infekcím a má schopnost vetřelce pohlcovat - pozn. překl.
9. Kasein - mléčná bílkovina - pozn. překl.
10. O této problematice vyšla v Eugenice v roce 2008 autorova kniha - *Individuální konstituce* - pozn. překl.
11. O antiparazitární léčbě a přípravě elixíru **Trojčátka** se dočtete v knize *Jak vyléčit 200 nemocí* od autora Gennadije Malachova, vydala **Eugenika** v roce 2007 - pozn. překl.

12. O očistě střev se dočtete v autorově knize *Očista těla a správná výživa*, již vydala Eugenika v roce 2005 – pozn. překl.

13. O přípravě odpařené uriny i další informace o urinoterapii naleznete v autorových knihách *Urinoterapie - teorie, lék z vaší čistírny* a *Urinoterapie - praxe. lék z vaší čistírny*, jež vydala Eugenika v roce 2007 - pozn. překl.

14. Reinhard Voll - německý lékař, průkopník ekoakupunktury, vynálezce biorezonančních přístrojů, diagnostické a léčebné metody EAV a dalších - pozn. překl.

15. Trypanosoma - rod prvoků, bičíkovec, vyvolávajících onemocnění lidí trypanosomózu - pozn. překl.

16. Sarkosporidie (starší název svalovky) - prvoci patřící do kmene apicomplexa - pozn. překl.

17. Dětská obrna - pozn. překl.

18. Hodgkmova nemoc - maligní onemocnění, dnes dáváno do souvislosti s virem Epstein-Barrové - pozn. překl.

19. Iritida – zánětlivé onemocnění duhovky - pozn. překl.

20. Chorioretinitis - zánětlivé onemocnění postihující současné cévnatku i sítnici

21. Enterokolitida – zánět tenkého a tlustého střeva, většinou infekčního původu - pozn. překl.

22. Jedna mezinárodní jednotka I. U. - 0,3 miligramu. jeden mi kilo gram = 40 I U) pozn. překl.

23. Psychastenie – druh neurózy projevující se nutkavými představami a strachem – pozn. překl.

24. Konidie - spory vzniklé nepohlavním způsobem - pozn. překl.

25. Od Paula Bragga vydala Eugenika v roce 2006 knihu *Jak se dožít do sto dvaceti let podle systému Paula Bragga* - pozn. překl.

26. O dýchacích metodách Strelnikové nebo Butějka se dočtete v knize *Bioenergetika člověka* od Gennadije Malachova; vydala Eugenika v roce 2005 - pozn. překl.

27. Johann Schroth - rodák z České Vsi, zakladatel Lipové-lázně (1840), léčitel a autor redukční diety - pozn. překl.

28. Příklady laskavě poskytla T. Abramovská, která provádí léčebné kurzy v Taganrogu - pozn. aut.

29. Arachnoiditida - chronický zánět pavoučnice, prostřední z mozkových plen - pozn. překl.

30. Ničivka - nepřiliš rozšířený český název prvoků bičíkovců rodu *leishmania* - pozn. překl.

31. O očistě organismu podle Gennadije Malachova pojednávají knihy *Léčivá detoxikace hladem - teorie a Léčivá detoxikace hladem – praxe*, vydala Eugenika v roce 2007 - pozn. překl.

32. Amantini Candido (1914-1992) - známý italský katolický exorcista - pozn. překl.

33. Jan Kronštadtský, vl. jménem Ioann Sergijev žil v letech 1829–1908. Měl blízké vztahy s rodinou cara Mikuláše II. Byl známý jako léčitel, který dokáže jakoby kouzlem zbavit nemocného bolesti; byl rovněž šířitelem homeopatické medicíny, za jejíhož patrona je pokládán dodnes. Kanonizován byl v roce 1991 – pozn. překl.

34. V současnosti se v katolické a pravoslavné církvi užívá pojem *presbyter* jako společné označení pro kněze a biskupa

35. Serafim Sarovský (narozen v roce 1759 **Kur**sku, zemřel v roce 1833 v Sarové). Ve dvaceti letech byl vysvěcen na kněze v klášteře Sarov, odešel však do ústraní a více než dvacet let žil jako poustevník sám v lesní chatrči daleko od civilizace a věnoval se studiu *Písma* a modlitbám. Poté, co byl zbit a okraden lupiči, se vrátil do kláštera, kde poskytoval pomoc a útěchu trpícím, kteří za ním přicházeli. Je mu připisováno velké množství zázračných uzdravení. **Kano**nizován byl v roce 1903 - pozn. překl.

Jak vyléčit 200 nejčastějších nemocí

Uznávaný ruský lékař, zaměřený na metody přírodní léčby, předkládá známé i méně známé recepty založené na terapii urinou, detoxikaci organismu nebo fytoterapii, jejichž účinnost byla mnohokrát prověřena v praxi. Kromě toho nabízí různé rady a doporučení, jak se při té či oné nemoci zbavit potíží. V neposlední řadě také využívá zkušenosti svých čtenářů.

První část knihy obsahuje teoretický výklad, v druhé naleznete jednotlivé nemoci s krátkým popisem, seznamem doporučení a léčebnými recepty, seřazenými podle abecedy.

Měsíční cyklus
Biorytmy lidského organismu
Tři životní principy
Očista organismu
Recepty a rady, jak léčit konkrétní nemoci

OBSAH

Poznámka nakladatele

Ивoц

První část: Praktické rady pro správné provádění
ozdravných procedur

Části druhá: Recepty a rady, jak léčit konkrétní nemoci

Adenom předstojné žlázy (prostaty)

Afty

Akné

Alergie

Angína

Angína pectoris

Artritida

Astma bronchiální

Arteroskleróza

Bílý výtok z pochvy

Bílý zákal (leukom, bělmo)

Bolesti hlavy

Bolesti krku

Bolesti jater, sleziny a žlučníku

Bolesti ledvin a močového měchýře

Bolesti očí

Bolesti uší

Bolesti zubů

Bolesti žaludku a střev

Bradavice

Cirhóza jater

Cizopasní červi (helminti)

Cukrovka (diabetes melittus)

Cysta vaječníku

Deprese (melancholie)

Dýchavičnost

Ekzém

Eroze děložního hrdla

Hemoroidy

Hluchota (ztráta sluchu)

Horečka

Houbová a plísňová onemocnění

Chřipka

Chudokrevnost (anémie)

Ischias (ischialgie)

Kašel

Klimakterium

Koktavost

Kolika, jater a žluči

Kolika, ledvinná

Kolika, střevní

Kousnutí, hmyzem nebo zvířetem

Přeloženo z ruského originálu

Как лечить 20 самых распространенных болезней

2002

1. vydání

Poznámka nakladatele

Kdo by nechtěl zůstat trvale zdrav, dožít se vysokého věku a zbavit se svých nemocí? Přichází nová knižní řada a přináší díla známých autorů, léčitelů, lékařů přírodní medicíny a bylinkám (nyní fytoterapeutů), kteří předkládají léčbu více než dvou set nejrozšířenějších nemocí.

Známý autor knih o metodách přírodní léčby G. P. Malachov předkládá známé i méně známé přirozené recepty založené na terapii urinou, detoxikaci organismu nebo fytoterapii (na léčivých bylinkách), jejichž účinnost byla mnohokrát prověřena v praxi. Kromě toho nabízí různé rady a doporučení, jak se při té či oné nemoci zbavit potíží. V neposlední řadě také využívá zkušeností čtenářů, o něž se v dopisech adresovaných tomuto známému lékaři přírodní medicíny podělili.

Kniha je unikátní i tím, že obsahuje různé tipy a triky na vyléčení nemocí a zároveň předkládá autorova osobní doporučení a zkušenosti, s nimiž chce nemocným skutečně pomoci a poradit jim, aby se vyvarovali chyb a rozhodně léčbu nevzdávali, ačkoli je obtížná.

První část knihy obsahuje teoretický výklad, v druhé naleznete jednotlivé nemoci s krátkým popisem, seznamem doporučení a léčebnými recepty, seřazenými podle abecedy. Každý člověk je jiný a stejná nemoc u každého probíhá jinak, vyžaduje vlastní léčení - zvláště sestavenou bylinkovou kúru i specifickou očistu organismu. Nemocný se musí řídit individuálními zvláštnostmi a biorytmy a teprve pak si sestaví vlastní maximálně účinný léčebný program.

Mnohokrát už bylo dokázáno, že léčebné rostlinné přípravky mají své přednosti a v mnohém klasické léky vyrobené na chemickém základe překonávají, zejména tím, že tělu dodávají komplex nezbytných biologicky aktivních látek.

Odvary, výtažky, výluhy, tinktury, oleje a masti z rostlin jsou účinné, ale přitom velmi šetrné, takže je nemocní lépe

snášejí a mnohem méně u nich dochází k vedlejším účinkům a alergickým reakcím. V posledních letech se bylinkové přírodní přípravky staly neoddělitelnou součástí komplexní klasické léčby. Chemické léky zpravidla vyléčí základní nemoc, ale poškodí jiné orgány a vyvolají další onemocnění, a tím organismus celkově ničí. Rostlinné preparáty se však harmonicky sloučí s buňkami organismu, vylepší jejich činnost a nijak jim neškodí.

Všechny recepty uvedené v knize jsou psány pro jednoho dospělého člověka. Dětem od jednoho do tří let je nutné dávky snížit třikrát až pětkrát, dětem od tří do sedmi let dvakrát až třikrát a dětem od sedmi do čtrnácti let jednapůlkrát až dvakrát.

Člověk si zpravidla všimne, že v jeho organismu něco není v pořádku, až když se projeví první příznaky nemoci.

Někteří lidé si myslí, že si s léčbou poradí sami, a neřídka používají recepty lidové medicíny. Zapomínají však, že přírodní léčiva, na první pohled zcela nevinná, mohou při nesprávném užití také uškodit. Správný postup je takový, že si nemocný nejprve zajde za lékařem a nechá se kompletně prohlédnout, aby byla zjištěna přesná diagnóza nemoci. Teprve poté si může sestavit vlastní ozdravný program, založený na radách a receptech uznávaného autora.

„Lidský organismus disponuje nevyčerpatelným potenciálem léčebných sil," říká autor a je o tom pevně přesvědčen. A vy si z této pokladnice můžete načerpat vše, co potřebujete, obnovit své zdraví, zvítězit nad nemocí a začít nový život, naplněný radostí a spokojeností. Budete mnohem lépe vypadat, budete vždy ve formě, prostě obnovíte sami sebe. Přejeme vám hodně štěstí!

Úvod

V této knize bych se s vámi rád podělil o poznatky a zkušenosti z vlastní praxe, jak léčit a vyléčit dvě stovky nejčastějších nemocí. Jsem si jist, že vám budou k užitku a skutečně vám pomohou. Přiznám se, že jsem některé recepty převzal z vašich četných dopisů, které jste mi napsali, abyste se mi svěřili s radostí z vyléčení, nebo smutkem z neúspěchu. Všechny jsem sepsal do samostatné knihy v přesvědčení, že vám pomohou k úplnému vyléčení sebe sama anebo alespoň k výraznému zlepšení vašeho zdravotního stavu.

První část

Praktické rady pro správné provádění ozdravných procedur

Samoléčba není jednoduchá záležitost a měli byste se jí věnovat s rozmyslem. V každém případě musíte brát ohledy na věk, konstituci a biorytmus organismu a také na vnější podmínky, například roční období a klimatické podmínky obecně. Na základě mnoholeté praxe jsem dospěl k závěru, že bez absolutní detoxikace organismu není zdárné uzdravení možné. S nadsázkou bychom mohli říct, že pevné zdraví se skládá z několika komponentů, k nimž se řadí správné myšlení, psychická vyrovnanost, pravidelný denní režim a dostatečná pohybová aktivita. Jedním z nejdůležitějších faktorů je však jednoznačně vyvážená strava a optimální skladba potravin a v neposlední řadě i vhodná posloupnost během stravování; prostě člověk by se měl zbavit všech škodlivých zlovyků. Důležité je i otužování, avšak s ohledem na vlastní zdravotní stav.

Zásady pro správnou samoléčbu

1. Zjistete, k jaké tělesné konstituci patříte.
2. Berte ohled na svůj věk.
3. Dbejte, aby veškeré ozdravné procedury probíhaly v souladu s biorytmickými faktory a podmínkami daného ročního období.
4. Upřesněte, jaké tělesné orgány jsou během ozdravného období aktivní, a jaké oslabené.
5. K důležitým faktorům patří, jaká atmosféra panuje v rodině a jaké vztahy máte se svými nejbližšími. Ačkoli se to na první pohled nezdá, domácí klima má výrazný vliv na průběh léčby.

Jakmile provedete tento malý vstupní průzkum, můžete si naplánovat kompletní léčbu a poté ji uvést do života. Pokud byste tuto **fazi** vynechali, mohli byste si vážně poškodit zdraví.

Jak správně načasovat **léčbu**

1. S léčbou každého nemocného orgánu je nejvhodnější začít v době jeho nejvyšší aktivity. Všechny orgány v těle jsou během roku různě činné a mají periodu **aktivní**.

ší a nejnižší aktivity. Například aktivní období jater trvá sedmdesát dva dnů a začíná vždy dvanáctý až čtrnáctý den měsíčního cyklu.

2. Z preventivních důvodů byste měli nemocným a oslabeným orgánům věnovat v období poklesu aktivity (jež je protikladem k období zvýšené aktivity) zvýšenou péči. Kupříkladu srdce je méně aktivní v zimě, proto byste je měli v tomto ročním období *šetřit*. *Ledviny* podporujte v létě, játra na podzim a plíce na jaře.

3. Detoxikaci a regeneraci orgánů provádějte při jejich nejvyšší aktivitě, neboť dosáhnete nejvyšší efektivity: játra na jaře, ledviny v zimě, plíce na podzim a žaludek v mimosezonním období.

4. Nikdy neprovádějte stimulaci orgánů, které jsou od přírody silné, neboť podle zákona protikladů začnou potlačovat slabé orgány: například stimulace ledvin v zimě potlačuje srdce, a naopak podpora srdeční činnosti v létě nepříznivě ovlivňuje slabé ledviny. Totéž platí i o játrech a plicích.

K provádění některých ozdravných procedur budete potřebovat lunární kalendář (*informace o měsíčních fázích naleznete v každém kalendáři; potřebné informace lze nalézt i na Internetu: například na stránce <http://esence.mystena.cz/luna.htm> najdete aktuální fázi měsíce. je možné vyhledávat podle data z dopředu - pozn. překl.*).

Měsíční cyklus základní - fáze

První fáze trvá od novoluní do první čtvrti (dorůstající srpek). Organismus se stlačuje a smršťuje, proto je vhodné dbát na dostatečnou fyzickou zátěž.

Druhá fáze trvá od první čtvrti do úplňku (dorůstající Měsíc). Organismus se **rozširuje** a nastává pravá chvíle pro očištné procedury, kupříkladu očištění jater bude mimořádně efektivní.

Třetí fáze trvá od úplňku do poslední čtvrti (couvající Měsíc). Organismus se opět stahuje, **proto** je doporučováno aktivní **činnosti** a fyzická aktivita.

Čtvrtá fáze měsíčního cyklu začíná ve třetí čtvrti a končí opět v novu (couvající srpek). Organismus se rozširuje, a to je znovu příhodné období pro očištění, například tlustého střeva.

V průběhu měsíčního cyklu se postupně aktivují odpovídající orgány lidského organismu. Každá ze čtyř výše uvedených fází trvá přibližně sedm a půl dne, ovšem dělíme ji dále na tři stejné časové úseky (třetiny, mezifáze) o délce přibližně 2,3 až 2,5 dne. Do každé mezifáze spadá zvýšená aktivita toho či jiného tělesného orgánu.

První fáze

V první třetině *fáze* (první mezifázi) je aktivní mozek a obličej, zejména horní čelist a oči.

Ve druhé třetině Eustachova trubice, dolní čelist, hrdlo, krk a krční obratle. V poslední třetině jsou to ramena, ruce (po lokty), plíce a nervová soustava.

Druhá fáze

V první *třetině* fáze jsou aktivní prsa, hrudník, dále krajina břicha mezi pravým a levým obloukem žeberním (regio epigastrica) a loketní klouby.

Ve druhé třetině srdce, hrudní část páteře, žlučník a játra.

V poslední třetině žaludek, tenké a tlusté střevo a další orgány břišní dutiny.

Třetí fáze

V první třetině jsou aktivní ledviny a bederní oblast.

Ve druhé třetině pohlavní žlázy, močový měchýř a konečník

Ve třetí třetině kostrč, zadeček a stehenní kosti.

Čtvrtá fáze

V první třetině jsou aktivní kosti (celý kostní systém), kolena a kůže.

Ve druhé třetině kotníky a zápěstí.

V poslední třetině chodidla a také se aktivuje střevní **peristaltika** a oběh **tělesných** tekutin.

Chcete-li vyléčit či posílit jednotlivé orgány těla, přistupujte k tomu v období jejich zvýšené aktivity.

Kromě ~~...~~ střídají tělesné orgány aktivitu i během dne, *tudíž* jejich funkce mohou během dvaceti čtyř hodin kolísat.

Přehled aktivity jednotlivých orgánů během dne

Játra 1-3 hodiny

Plíce 3-5 hodin

Tlusté střevo 5-7 hodin

Žaludek 7-9 hodin

Slinivka břišní 9-11 hodin

Srdce 11-13 hodin

Tenké střevo 13-15 hodin

Močový měchýř 15-17 hodin

Ledviny 17-19 hodin

Osrdečník 19-21 hodin

Denní biorytmy lidského organismu

Musíte mít vždy na paměti, že *různé* biologické procesy, respektive jejich maximum a minimum, se časově neshodují - tedy připadají na různá období dne. Mnohé ukazatele stavu organismu se během dvaceti čtyř hodin mění: například tělesná teplota a krevní tlak je nejvyšší v osmáct hodin, tělesná váha ve dvacet hodin, objem vdechnutého vzduchu za minutu ve třináct hodin a množství leukocytů v krvi ~~dosahuje nejvyššího počtu ve dvacet tři hodin~~. Je třeba také věnovat pozornost periodickým změnám tělesné teploty během *dne*, protože to ovlivňuje látkovou výměnu. Rytmus dýchání je rovněž důležitý, neboť dosahuje v různé hodiny odlišných hodnot. Snížení *tělesné* teploty má zpravidla za následek **změny** fyziologických rytmů a příznivě ovlivňuje celkovou délku života (prodlužuje se). Naopak zvyšování teploty (například **při** chřipce) biologické hodiny člověka zrychluje a délka života se zkracuje.

Výkonnost ~~...~~ krevního oběhu **během** dne kolísá - dvakrát se prudce sníží, **a** sice kolem třinácté hodiny a kolem dvacáté první **hodiny**. V tuto dobu není vhodná **intenzivní**

fyzická zátěž ani pobyt v prostředí s **vysokou** teplotou a **ne-**dostatkem kyslíku.

Aktivita krvetvorných orgánů se mění takto: mícha **fun-**guje nejlíp v časných ranních hodinách, slezina a **lymfatické** uzliny kolem sedmnácté až dvacáté hodiny. Ráno se **do** krve dostane nejvíce mladých erytrocytů, hladina hemoglobinu v krvi dosahuje nejvyšších hodnot od jedenácté do **třinácté** hodiny a nejnižších od šestnácté do osmácté hodiny. Nejvíce cukru v krvi má člověk kolem deváté až desáté hodiny ráno, nejméně pak pozdě večer a v noci

Také trávicí orgány fungují v určitém denním rytmu a například období zvýšené tvorby žluči a glykogenu se navzájem střídají. V první půli dne se **vytvoří** maximální množství žluči, a to napomáhá optimálnímu trávení (například zpracování tuků). ve druhé půli dne se v játrech **nastřádá** glykogen a voda, a tak se jaterní buňky zvětší skoro **tříkrát**.

Střeva jsou maximálně činná ráno, zvýšená je střevní peristaltika i motorická funkce žaludku. Při očistě střev vznikne v organismu deficit soli a vody a úroveň kyselosti žaludečních šťáv je nejnižší.

Ledviny mají největší vylučovací schopnost večer, nejnižší pak v období od druhé do páté hodiny ranní.

Těmito poznatky byste se **měli** řídit, protože si podle nich můžete upravit **denní** rozvrh příjmu potravy a přizpůsobit její množství i skladbu. Obecně platí, že v první polovině dne by v jídelníčku měla převládat bílkovinná strava (**pří-**pustné jsou i tuky), ve druhé polovině **pak** produkty bohaté na sacharidy a **mléčné** výrobky.

Během **dne se** fyziologická aktivita **člověka** několikrát zvýší **a zase** poklesne. Vrcholu dosahuje kolem páté **až** šesté hodiny ráno a další výrazné **zvýšení** nastává **mezi** desátou **a** dvanáctou hodinou dopolední a pak od **šestnácti** do **osm-**nácti hodin v **podvečer**. V těchto časových **úsecích** je orga-nismus **maximálně** odolný vůči nedostatku **kyslíku** (**kyslíko-**

věrmu hladovění) a kromě toho jsou tyto hodiny nevhodnější k těžké fyzické práci a k rozhodování. Další vzestup aktivity spadá do období rěsně po půlnoci do jedné hodiny ranní. Tento jev dobře znají osoby, jež pracují v intelektuální duševní oblasti a využívají jej pro svou tvorbu.

Poznáte-li biologické rytmy svého organismu a denní i měsíční kolísání aktivity vnitřních orgánů i soustav, můžete přistoupit k léčbě. Abyste se vyhnuli případným omylům a vybrané léčebné procedury prováděli skutečně správně, musíte ještě znát také svou *individuální konstituci*. Co to znamená? Skutečné zdraví z hlediska životních principů znamená, že všechny tři základní parametry - vítr, žluč a sliz - jsou dostatečně silné a ve vzájemné rovnováze.

Tři životní principy

Životní princip větru

Vítr kontroluje veškerý cirkulační pohyb v organismu, k němuž se řadí proudění vzduchu při výdechu a nádechu, rychlost myšlenkových procesů, krevní oběh, oběh lymfy a dalších tekutin. V neposlední řadě ovlivňuje také rychlost chemických reakcí v buňkách a biologické procesy obecně, vylučování moči a kalu a tak dále.

Životní princip větru se skládá z prvotních elementů *prostor a vzduch*, které neobsahují pevné ani tekuté substance, nedají se popsat slovy jako „studený“ nebo „chladný“ a jejichž přebytek organismus vysušuje a ochlazuje.

Princip *vítr* sídlí ve spodní části trupu od pupíku k chodidlům (zejména konečníku).

Je-li princip větru v rovnováze, člověk má jasné myšlení, je energický, střeva mu fungují normálně a všechny cirkulační procesy v organismu jsou vyrovnané a vyvážené.

Příznaky zvyšování životního principu větru

1. Moč je čirá jako voda, silně pění a pokud ji necháme odležet, zůstává čistá.

2. Jazyk je suchý, červený a drsný, v ústech panuje trpká příchut'.

3. Člověka trápí vlhký kašel, leckdy spojený s vylučováním zakaleného hlenu, zácpy.

4. Zhoršování „větrných“ nedostatků a poruch spojených s nerovnováhou tohoto principu, k níž dochází zejména v 16 tě, většinou v podvečer nebo při rozbřesku.

5. V kříži, bedrech, v jamkách kyčelního kloubu a dalších kloubech se zvyšují bolesti.

6. Snížení váhy, suchá **kůže**, píchání v zátylku, hrudníku a **čelistech**.

7. Člověk má **chuť** k pohybu, **nepravidelně** dýchá, je vzrušený.

8. Leckdy se vyskytnou závratě, **brnění** v hlavě, šumění v u
nespavost a třes.

Životní princip žluči

Je odpovědný za udržování tělesné teploty a průběh veškerých fyziologických reakcí: trávení, látkové výměny, imunity a tak dále. Tento princip vlastně představuje cosi jako „abstraktní teplo“, abstrahované od hmotného těla - je to „oheň organismu“.

Žluč se skládá z elementů ohně a vody, a proto je horká a tekutá, přičemž vlastnosti horka mírně převládají nad tekutými vlastnostmi. Jestliže se jí v organismu nahromadí nadbytek, tělesná teplota se zvyšuje a trávicí proces se narušuje. Žluč (jako princip) se hromadí v prostřední části trupu, zejména v místě mezi bránicí a pupíkem.

Příznaky zvýšení životního principu žluči

1. Moč je zbarvená - žlutočervená, má silný zápach a odpařuje se.

2. Na jazyku je silná vrstva povlaku, v ústech nakyslá pachůť.

3. Hleny jsou žlutočervené a mírně slané, člověk má často zizen.

4. Zhoršení zdravotních obtíží spojených se žlučí a její tvorbou - nejvíce na podzim, během dne v poledne a o půlnoci.

5. Časté bolesti hlavy, tělo jako by hoří, suchost v nosních dírkách.

6. V očích žlutočervené zbarvení, prudké koliky.

7. V noci nespavost a ani ve dne člověk nemůže usnout.

8. Nadměrné pocení a tělesný zápach.

Životní princip slizu

Sliz tvoří hmotné tělo na molekulární a buněčné úrovni: spojuje molekuly a dodává jim formu. Má vliv i na orgány a organismus jako celek, je jeho oporou.

Je tvořen elementy země a vody, proto je chladný a sliznatý. Pokud tento životní princip přesáhne běžnou úroveň, v organismu se nashromáždí studený hlen, zejména v horní části trupu od temene hlavy po bránici (a v tomto místě tento životní princip „sídlí“).

Příznaky zvýšení životního principu slizu

1. Moč je bílá, maličko se odpařuje a páchne.

2. Jazyk a dásně jsou bílé, v ústech se objevuje nevýrazná, někdy nasládlá pachůť.

3. Sople a hleny v hrudníku i hlavě. Člověk se cítí potlačený a deprimovaný, vlastní tělo vnímá jako těžké.

4. Zhoršení zdravotních obtíží spojených s vylučováním hlenů, zejména na jaře a obecně při vlhkém a sychravém počasí; během dne pak večer nebo brzy ráno.

5. Oteklá víčka, bělavé oči.

6. Ztráta chuti k jídlu, oslabené trávení.

7. Tělo otéká, mohou se objevit hnisavé vřídky na kůži.

8. Bolest v ledvinách a v kříži, klouby jsou nepohyblivé, kůže svědí.

9. Špatná paměť, ospalost, celková slabost.

V člověku vždy jeden z životních principů převládá a podle toho je určována jeho konstituce.

Lidé s konstitucí větru

Lidé s touto konstitucí (viz obrázek A) jsou často shrbení, bledí, mnohomluvní, špatně snášejí chlad a při pohybu jim praská v kostech. Mají rádi zpěv, smích, zápasy a střelbu. Připomínají svými pohyby i zvyky supy, ještěřů a lišky (Čžud-ši).

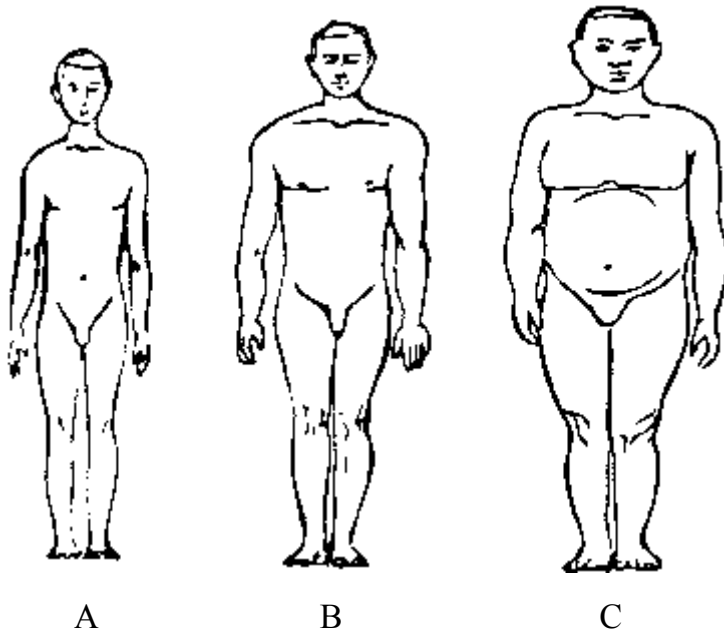
Bývají slabě vyvinutí po fyzické stránce, mají ploché hrudníky a pod kůží jim prosvítají žíly a šlachy. Pokožka často mívá snědý odstín, je chladná, hrubá, suchá a popraskaná a najdeme na ní několik mateřských znamének tmavé barvy.

Tělesnou výšku mají buď příliš malou, anebo jsou naopak vysokí (dlouháni). Jejich kostra je jemná, kosti tenké a svaly špatně vyvinuté, proto jsou jim vidět všechny klouby. Vlasy mají řídké a často vlnité, řasy tenké, oči studené, bez vášně, malé, zapadlé a suché, navenek i uvnitř zakalené a vysušené. Nehty jsou hrubé a snadno se lámou, špička nosu je křivá, anebo zatočená nahoru (nos „pršák“).

Fyziologické procesy v organismu osob větru probíhají rychle, avšak mají sklony k problémům s trávením, a pokud onemocní, uzdravují se pomalu. Milují sladkosti, kyselé a slané pochoutky, dávají přednost horkým nápojům a dopřávají si i alkoholické pití. Tvorba moči je nedostatečná, stolice suchá a v malém množství, obecně trpí na problémy s vyměšováním. Ze všech tří konstitucí se potí nejvíce, zejména v létě, a jejich spánek je rychlý a nehluboký; celkově prospí kratší dobu než lidé ostatních konstitucí. Mají často studené ruce a nohy.

Jsou zpravidla živí a plní elánu a nadšení, bodří a neklidní, chodí i mluví rychle, ovšem brzy se unaví.

Z psychologického hlediska jsou bystří a vnímaví, ale mají špatnou paměť. Nedělá jim potíže čemukoliv porozumět, chápou věci okamžitě a rychle, ale stejně rychle je zase zapo-



Obrázek č. 1

A - osoby s charakteristickými příznaky konstituce větru

B - osoby s charakteristickými příznaky konstituce žluči

C - osoby s charakteristickými příznaky konstituce slizu

menou. Chybí jim pevná vůle, jsou psychicky nevyrovnaní, nevěří si a nemají potřebnou trpělivost ani odvalu.

Vždy se snaží rychle vydělat peníze a stejně intenzivně je potom utrácejí. Ze sportu dávají přednost disciplínám, jež vyžadují rychlost a ve kterých se přitom střídají fáze odpočinku.

Lidé s konstitucí žluči

Lidé s konstitucí žluči (viz obrázek B) velmi silně vnímají žízeň a hlad. Jejich těla a vlasy mají nažloutlé zbarvení, charakterizují je bystrý rozum a jsou ctížádostiví, až trochu namyšlení. Hodně se potí a někdy i zapáchají. Mají průměrné tělo a jsou také často průměrně finančně zaopatření. Svými pohyby a zvyky připomínají tygry, opice či démony (Čžud-ši).

Mívají průměrnou tělesnou výšku a půvabné tělo; celkově jsou pěkně stavění. Hrudní koš je širší než u osob s konstitucí větru a nemají tolik výrazné žíly a šlachy. Charakteristickým znakem je velké množství mateřských znamínek, někdy i pih, které jsou tmavohnědé s příděchem do modra či do červena. Svaly osob s konstitucí žluči jsou průměrně vyvinuté, a proto jim nevystupují kosti v takové míře jako lidem s konstitucí větru.

Barva obličeje je žlutavá, načervenalá nebo mírně měděná; ale může být i úplně bílá. Pokožka je měkká, pružná, teplá a na omak příjemná, nehty zdravé a poddajné. Mají jemné, jakoby hedvábné vlasy hnědé až ryzavé barvy, s tendencí k předčasnému šedivění a vypadávání. Lidé s konstitucí žluči mají často šedé, zelené nebo hnědé (s měděným odstínem) oči, normální (nevystoupilé ani nevpadlé) oční bulvy a vlhké načervenalé spojivky. Jejich nosy bývají špičaté s tendencí k červenání (zejména na špičce).

Fyziologické procesy v těle probíhají aktivněji než u osob s konstitucí větru. Látková výměna není narušená, střeva fungují normálně a tito lidé mají přirozenou chuť k jídlu; spíše leckdy jedí a pijí nad míru. Mají rádi sladká, hořká nebo trpká jídla, často za studena, a k tomu rádi pijí chlazené nápoje. Umějí normálně odpočívat a jejich spánek je průměrně dlouhý. Vylučují hodně moči a kalu, který bývá nažloutlý a spíše te-

lutý. Tělesná teplota je maličko vyšší než u lidí ostatních konstitucí, ruce a nohy jsou zpravidla teplé (dokonce i v silném mrazu). Nemají rádi přímé sluneční světlo a doslova nesnášejí horko, takže se vyhýbají i teplým koupelím. Bývají líní na těžkou fyzickou práci a podle možnosti se jí snaží vyhnout.

Jsou inteligentní, ctižádostiví a duchaplní, a navíc i dobří řečníci. Zvykli si zřetelně projevovat emoce, zejména hněv, nenávisť a zlost a také rádi předvádějí svůj majetek a hmotné zaopatření, přestože zřídka kdy vlastní skutečně hodnotné věci. Dávají přednost individuálním sportům, při nichž mohou ukázat své krásné tělo a projevit silnou vůli nebo myšlenkové schopnosti, například v kulturistice, boxu, automobilových závodech, tenisu, krasobruslení nebo při šachách.

Lidé s konstitucí slizu

Lidé s konstitucí slizu (viz obrázek C) mají velká, chladná, masitá bílá těla a zakulacené tvary, přičemž klouby ani kosti jim nevystupují. Snadno překonávají hlad, žízeň i další utrpení. Žijí dlouho a umějí si život vychutnat, jsou velkorysí a vlídní, s velkou duší, mají dobrý charakter a smysl pro morálku. Pohyby a zvyky připomínají lvy a buvoly (Czud-ši).

Pro osoby s konstitucí slizu jsou charakteristická dobře vyvinutá těla se sklonem k tloušťnatosti a široký hrudní koš; žíly ani šlachy nejsou vidět. Obličej mají jasný a světlý, pokožka je měkká, hladká a leskne se jako naolejovaná (ale může být i chladná a bledá). Vlasy těchto osob jsou husté, měkké a většinou tmavé, oči modré nebo hnědé s velkým bělmem a zpravidla pěkné a přitažlivé, ale na rozdíl od lidí předchozí konstituce nemají spojivky se sklonem k červenání.

Pro tuto skupinu jsou charakteristické zpomalené fyziologické procesy v organismu a umírněná chuť k jídlu. Lidé s konstitucí slizu mají rádi ostrá, nahořklá a trpká jídla, občas si rádi zakouří anebo vypijí trochu alkoholického nápoje. Stolica je měkká a světic zbarvená, defekace probíhá pomalu. Potí se jen málo, mají zdravý dlouhý spánek a jejich

životaschopní, vitální a dobře se ovládají.

Mají rádi procedury spojené s teplem, například páru či masáže. Nesnášejí fyzické útrapy, například hlad nebo nepříhodné bydlení, jsou na ně citlivější než předchozí typy, ale zpravidla jsou šťastní, zdraví a mírumilovní.

Z psychologického hlediska jsou trpěliví, klidní a vyrovnaní, schopni zcela odpouštět a plně milovat. Jejich charakteristickou vlastností je však také nenasytost a lpění na majetku. Myslí jim to o něco pomaleji než předchozím typům, ale na rozdíl od nich, pokud něco skutečně pochopí, zapamatují si to na celý život.

Umějí vydělávat peníze a také je utrácení s rozumem, takže jim nedělá problémy nahromadit hmotný majetek. Nemají rádi cvičení ani žádný druh sportu, raději sledují sportovní utkání jako diváci.

Smíšené typy konstitucí

První typ: žluč a sliz

Představitelé tohoto smíšeného typu v sobě spojují všechny přednosti i nedostatky obou. Vyznačují se velkým vzrůstem a pěkně stavěným tělem, jsou schopni těžce pracovat, a to jim pomáhá uspokojit svou ctižádost.

Druhý typ: žluč a vítr

Zpravidla jsou takoví lidé průměrně vysocí (jako drtívá většina obyvatelstva), snadno se pro něco nadchnou, ale nechtějí příliš bádát nad tím, co leží mimo jejich dosah, mimo jejich město nebo čtvrt'. Stačí jim v životě málo, ale chtějí to mít ihned.

Třetí typ: vítr a sliz

Lidé této kombinace bývají silné osobnosti, jež reagují rychle na změnu podmínek. Jdou si za svým, drží se vytyčených cílů a svírají otěže svého života pevně v ruce.

Čtvrtý typ: vyrovnaný

Starodávní mudrcové jej pokládali za nejlepší ze všech, protože životní principy větru, žluči a slizu jsou v rovnováze.

Tento typ najdeme mezi dlouhověkými lidmi, kteří uctívají přírodu, váží si vesmíru a snaží se žít v harmonii, aniž by se pouštěli do extrémů. Mnozí velcí duchovní učitelé patřili právě k tomuto smíšenému typu.

Detoxikace organismu

Před každým léčením je nutné provést kompletní detoxikaci organismu. V některých případech dokonce stačí k úplnému uzdravení samotná očista od toxinů. Nejvhodnější je začít tlustým střevem, protože se v něm nadměrně hromadí škodliviny.

Očista tlustého střeva

Klystýr je už od pradávna pokládán za nejefektivnější očistný prostředek, jenž působí nejen na tlusté střevo, ale na organismus celkově. Pročistíme-li si střeva, zbavíme se z osmdesáti procent veškerých nemocí. Proto bychom rozhodně neměli nad tímto jednoduchým, ale účinným ozdravným prostředkem ohrnovat nos, nýbrž bychom jej měli aktivně využívat.

Projímací klystýry stimulují tlusté střevo k vyprázdnění. Provádějí se s pomocí gumového přístroje na podávání klystýrů, lidově balonku. Očistný roztok připravíte tak, že v padesáti až sto mililitrech teplé vody rozpustíte čajovou lžičku soli a lžičku oleje nebo mýdla; namísto vody se dá také použít čerstvá nebo spařená urina.

V případě silné zácpy se hodí olejový roztok: Vezměte padesát až dvě stě mililitrů rostlinného oleje, například slunečnicového, olivového, sezamového, lněného nebo konopného, ohřejte jej na tělesnou teplotu a zaveďte pomocí balonku do konečníku.

Léčebné klystýry léčí zejména sliznici ve střevech, a pokud se klyzma vstřebá do krve, ozdravuje organismus celkově. Připravíte-li tak, do výše uvedeného základního roztoku přidáte různé léčivé přípravky a bylinkové odvary. Léčebný klystýr podávejte na noc, v objemu od padesáti do dvou set mililitrů.

jaké odvary či přípravky se hodí pro léčbu klystýrem? Například odvar z heřmánku, protože zmírňuje plynatost v tlustém střevě a má slabé stahující účinky na sliznici. Zalijte by-

linky horkou vodou v poměru jedné polévkové lžice na dvě stě mililitrů vody; na jeden klystýr stačí čtyři až šest sklenic heřmánkového odvaru.

Při chronickém zánětu tlustého střeva se hodí roztok hypermanganu (*manganistanu draselného*): prášek rozpustíte ve vodě tak, aby voda lehce zružověla. K odstranění polypů a parazitů se používá roztok z uriny, odpařený na jednu třetinu až jednu čtvrtinu prvotního objemu. Při nemocech sliznice bakteriálního původu pomáhá takzvaná „živá“ voda s alkalickými vlastnostmi.

Jak správně provést očistný klystýr

Budete potřebovat *Esmarchův šálek* a gumový balonek s minimálním objemem sto mililitrů. Klystýrování nejraději provádějte po vyprázdnění tlustého střeva, ráno nebo večer. Do Esmarchova šálku (ohřívadla) nalijte jeden až jeden a půl litru uriny a zavěste jej do výše asi jeden a půl metru nad podlahou. Násadku namažte olejem nebo vazelínou a trubici stáhněte, aby tekutina nevytékala; v případě přístroje s kohoutkem jej uzavřete. Pacient jde na kolena a opře se o lokty, přičemž pánev by měla být nad úrovní ramen. Trubice se zavede do hloubky deseti až pětadvaceti centimetrů, pak se uvolní uzávěr a tekutina se postupně napustí do tlustého střeva.

Potom je nutné, aby si pacient lehl na záda a nadzvednul pánev (nejvhodnější je dát si nohy za hlavu) a v takové poloze setrval třicet až šedesát vteřin. Je třeba chvíli klidně ležet na pravém boku - pět až patnáct minut - a až se dostaví nutkání k vyprázdnění, je čas jít na toaletu.

Miniklystýr

Je-li organismus z energetického hlediska rozladěný, například dehydrovaný, vysušený a má sníženou schopnost k tvorbě tepla, podávají se miniklystýry s mlékem a olejem.

Připravte roztok a zaveďte jej pomocí gumového balonku do tlustého střeva; po proceduře je nutné chvíli ležet v klidu. Nejvhodnější doba na olejový klystýr je večer při západu slunce. Zpravidla organismus rozpozná sám, jak dlou-

ho by měl tuto směs v sobě udržet. Očistná procedura zcela pohltí substance sucha a chladu, jež v organismu vyvolaly výše zmíněné jevy (dehydrataci, vysušenost). Olej velmi dobře změkčuje a odstraňuje celkovou suchost a tuhost. Proti chladu zase spolehlivě působí mléko, neboť vyzařuje teplo (tvoří se při procesu kysnutí jako vedlejší produkt). Po dvou až třech olejových miniklystýrech se stolice zpravidla změkčí, jde hladce ven a má i správný tvar. Kromě toho se přirozenou cestou normalizuje střevní mikroflóra.

Miniklystýr s mlékem: smíchejte sto mililitrů mléka a dvacet mililitrů oleje (pomáhá při zácpě), taková směs pomáhá při bobkovité stolici, plynatosti, přesušení a dehydrataci organismu.

Miniklystýr s kořením: základ klystýru tvoří směs mléka a oleje jako v předchozím případě, ale přidává se k ní trochu zázvoru nebo černé či červené papriky. Ostré koření příznivě ovlivňuje zahlenění organismu a zvyšuje schopnost tvořit teplo; proto je vhodné pro osoby flegmatické a s nadváhou.

Miniklystýr se solí: k základnímu roztoku oleje s mlékem přidejte půl čajové lžičky soli (asi pět až deset gramů), neboť zvyšuje jeho účinnost.

Miniklystýr s česnekem: k základnímu roztoku přimíchejte půl čajové lžičky třeného česneku; alternativně můžete použít půl nebo celou polévkovou lžici silného odvaru z pelyňku. Taková směs spolehlivě odstraňuje žaludeční potíže.

Můžete vyzkoušet všechny varianty a pak si vybrat tu, jež vám vyhovuje nejvíce.

Jednoduchá očista jater s bylinkami

Při očistě jater se používají, kromě olivového oleje a citrónové šťávy, také bylinkové prášky.

První den (před léčením)

Večer před jedenadvacátou hodinou si připravte prášek ze semen kopru, koriandru, kmínu nebo fenyklu. Po jedné čajové lžičce od každé bylinky nasypete do mlýnku na kávu, umytého na moučku a prášek nasypete do sklenice. Pokud se

vám nepodaří sehnat semena fenyklu, vezměte namísto nich dvojnásobnou dávku kopru (fenykl je silnější než kopr).

Všechny jmenované bylinky - kopr, fenykl, koriandr, kmín i anýz - mají zřetelně vyznačené větrné vlastnosti a povzbuzují v organismu energie, které pozitivně ovlivňují žluč, čili ji ředí a zvyšují její tekuté vlastnosti. V neposlední řadě také působí na játra a žlučník a aktivují je, aby se silněji smršťovaly, vylučovaly více žluči a zároveň více škodlivin.

Kromě toho mají semena těchto rostlin jasně dané fytoncidní vlastnosti - ubíjejí patogenní mikroorganismy v trávicím traktu (žaludku a střevech), játrech, žlučníku i ve žluči samotné.

Vezměte pět lžiček listů senny, umelte je v kávovém mlýnku a nasypete do druhé sklenice. Poté rozemelte kořen rebarbory a nasypete jej do třetí sklenice; namísto kořenu rebarbory můžete vzít i řešetlák.

Ve svých knihách jsem nejednou poukazoval na to, že hlavní tajemství úspěšného vyléčení jater spočívá v očistě organismu mírně tekutou stolicí. Někteří lidé z různého důvodu nemají dostatek energie na to, aby si dokázali očistit organismus tekutou stolicí, u jiných zase energie nenabírá správný směr - měla by se pohybovat směrem dolů.

Senna a rebarbora jsou přirozené rostlinné projímavé prostředky, které energii aktivují a navíc ji správně směřují dolů. V důsledku toho se aktivují nezbytné energie a povzbuzují tvorbu žluči a kromě toho se ničí kolonie mikrobů, jež jsou spolu s dalšími škodlivinami vyváděny z organismu.

Mletý prášek ze všech tří sklenic smíchejte dohromady, ještě jednou jej promelte, nasypete do nové sklenice a uzavřete.

Ve devět hodin večer rozpustíte jednu čajovou lžičku směsi v padesáti miligramech vody a okamžitě ji vypijte. Po chvíli zapijte stejným množstvím vody.

Uvedené množství prášku stačí pro tři osoby. Pokud se léčíte sami, můžete si zbytek uschovat a užívat jednu lžičku navečer jako prostředek proti zácpě.

Druhý den léčby

Celý den se nesmí nic jíst. Ráno proveďte očistný klystýr, na který *použijte* jeden až jeden a půllitru teplé vody. Poté si připravte nápoj z léčebného prášku rozpuštěním jedné čajové lžičky v padesáti miligramech vody a popíjejte jej v pravidelných intervalech: v osm hodin ráno, o půl jedenácté, ve třináct hodin a o *půl* čtvrté odpoledne. V sedmnáct hodin vypijte teplý očistný odvar ze semen bylin (je nutné si jej připravit už ráno).

Očistný odvar z bylinných semen. Připravte si komponenty v následujícím množství: řešetlaková kůra - jedna čajová lžička, list cukalyptu - jedna čajová lžička, květy heřmánku - jedna polévková lžice a smil písečný (*helichrysum arenarium*) - jedna polévková lžice. Bylinky zalijte vroucí vodou v objemu čtyři sta miligramů a nechte pět minut vřít na mírném ohni. Poté kastrůlek odstavte, omotejte ručníkem a nechte sedmnáct hodin odstát, scedte a vypijte.

Heřmánkové květy a smil písečný velmi příznivě působí na játra, řešetlaková kůra aktivuje peristaltiku a eukalypt ředí žluč, rozšiřuje žlučovody a obecně urychluje koloběh tělesných tekutin v organismu.

V osmnáct hodin vypijte sto dvacet až sto padesát miligramů teplého olivového oleje a zapijte grapefruitovou nebo citronovou šťávou (v neomezeném množství). Potom si přiložte k játrům teplý ohřívač (nikoli horký) a lehněte si na pravý bok.

Dvacet tři hodin všechny procedury opakujte (teplý olivový olej, ovocná šťáva a ohřívač) a poté se uložte ke spánku.

Třetí den - regenerace

Ráno po obědi si zaveďte očistný klystýr a opakujte jej vždy po hodině, celkem dvakrát až třikrát; máte-li samostatnou stolicí, pak po každém vyprázdnění. To napomáhá lepší očistě a v důsledku opakovaného vstřebávání staré žluči snižuje intoxikaci.

Po prvním klystýru vypijte sto padesát až dvě stě miligramů bramborové šťávy, nejlépe takové, kterou jste připravili

neloupaných růžových brambor, a zůstaňte asi třicet minut v klidu ležet. Bramborovou šťávou je vhodné pít po ránu, během šesti až sedmi dnů po ukončení očisty. Pokud vám nechutná, můžete místo ní pít čistou mrkvovou šťávou anebo směs jablečné a řepné šťávy v poměru 5:1.

Od čtrnácti hodin je dovoleno jíst, ale je potřeba dodržovat mírný dietní režim. Hodí se bramborová či jiná kaše, ovocné a zeleninové šťávy, mléčné výrobky, zeleninové polévky a rostlinné oleje. První den regenerace jsou k pití doporučovány bylinkové čaje s medem.

Nesmíte také zapomínat na kvalitní odpočinek: v průběhu týdne po ukončení očisty jater musí organismus relaxovat. Pozastavte veškeré léčebné procedury a vyčkejte, až se trávení urovná samo.

Zdvojená očista jater

Je třeba dělat totéž, co při jednoduché očistě, ale všechny kroky opakovat dvakrát. Například provádíte-li očistu jater olivovým olejem a citronovou šťávou, následujícího dne proceduru zopakujte.

Před započítím očistné kúry, kolem devatenácté hodiny, je dobré pomocí ohřívače játra prohřát. První den je dovoleno jíst lehké saláty, čerstvě vymačkané šťávy a vodové kaše.

Následujícího dne ráno si zaveďte očistný klystýr, nebo i dva. V průběhu celého dne popíjejte šťávy v jakémkoli množství, ale jen čerstvé (po přípravě je nutné je ihned zkonzumovat), a můžete sníst také trochu zeleninového salátu. Nic jiného byste jíst neměli, dokonce ani kaše.

Nezapomínejte, že je třeba neustále játra prohřívát. V sedm hodin večer znovu vypijte trochu olivového oleje a citronové šťávy. Třetího dne ráno si znovu zaveďte klystýr, po němž se můžete pomalu vrátit k běžné stravě.

Pokud vás trápí přílišný průjem, který často vzniká po očistě jater, snězte trochu rýže nebo vařených brambor, a naopak omezte konzumaci zeleniny, ovoce a šťáv. Celkově je zdvojená očista mnohem efektivnější.

Ideomotorická očista jater

Ideomotorické pohyby blahodárně působí na játra a pročistují je. Nejvhodnější doba na ideomotorickou očistu jater je od třinácté hodiny do třetí hodiny ranní.

Očista jater a žlučníku bude úspěšná, pokud se na ni předem připravíte. Jak? Změňte stravování, přesněji řečeno snižte podíl bílkovinných a tučných produktů, a naopak zvýšte příjem zeleniny a ovoce; dále provádějte každodenní prohřívání jater s pomocí ohřívače (kolem dvaceti až třiceti minut před samotným ideomotorickým cvičením). Přípravě byste se měli věnovat každý den po celou dobu očisty (kolem dvou týdnů). Vynechat byste neměli ani bylinkový přípravek aktivující vylučování žluče, masáž břicha a mírné promačkávání po prohřátí.

Abyste si přípravu trochu zpříjemnili, pouštějte si hudbu, zaujměte pohodlnou pozici a uvolněte se. Soustřeďte pozornost na játra a zapojte fantazii: představujte si hypotetická zdravá a čistá játra a tuto představu se pokuste vtisknout svým vlastním játrům. Zkuste mentální cvičení, při němž se imaginární zdravá játra sama stahují a rozšiřují do taktu hudby. Nejprve se pohybují nahoru a dolů (tuto fázi cvičte osm minut) a po malé přestávce se stahují a rozšiřují ve směru „zadní - břicho“ (rovněž osm minut). Poté si znovu odpočínáte a nakonec cvičte s imaginárními játry (stahy a rozšiřování) ve směru levá strana - pravá strana (rovněž osm minut).

Na závěr si představte, jak žluč vytéká z jater a žlučníku v malých „přilivových vlnách“. V takovém případě bude skutečná nekvalitní žluč smyta do dvanáctníku a dále se vyloučí skrze tlusté střevo.

Ideomotorickou očistu jater je třeba provádět denně alespoň půl hodiny během dvou týdnů.

Při očištění kůže se mohou objevit slabé bolesti v oblasti jater, případně nevolnost a nutkání na zvracení: to je přirozená reakce organismu.

V průběhu dvou týdnů se mohou ve stolici objevovat žlučové kamínky, jež bývají nazelenalé či nahnědlé nebo úplně černé, a také stará žluč připomínající mazut. Až tyto příznaky zmizí, kameny se vytratí a stolice zbarví dožluta, znamená to, že byl očištění proces završen.

Z profylaktického důvodu je nutné dvacetiminutovou očistu opakovat obden až každé tři dny, játra zůstanou v dobrém stavu.

Letní očista jater

Očista jater olivovým olejem a citronovou šťávou je velmi vhodná, ale v zásadě jde o proceduru na makroskopické úrovni, při níž se žlučník a žlučovody zbaví zhuštěnin a chomáčů staré žluči. Kromě toho doporučuji očistu i na buněčné úrovni: nejlepší prostředek je hladovění, ale pozitivních výsledků dosáhnete i při správném popíjení zeleninových či ovocných šťáv a dalších rostlinných produktů.

Například salát nebo šťáva z pampelišky a vojtěšky je velmi dobrým antioxidantem a kvalitně obnovuje jaterní tkáň a také je vynikajícím léčebným prostředkem proti hepatitidě a žlučovým kamenům. Heřmánek a šiřák (*scutellaria*) jsou zase nezaměnitelnými pomocníky při otravě alkoholem nebo léky. Doporučuji také listy maliníku, mátu peprnou, listy jahody lesní, šťovík kadeřavý, řebříček, šalvěj, yzop lékařský, rozmarýn, kosatec, jetel, orsej, pryskyřník a majoránku. Nic nezkažíte, budete-li dvakrát až třikrát denně popíjet dvě polévkové lžíce koncentrovaného odvaru z řepíku lékařského a chrpy. Petržel pročištěje ucpaná játra, zatímco listy maliníku nebo lesní jahody je aktivují a odstraňují energetickou stagnaci. Směs kořene hořce a hořké ředkvičky játra stimuluje, zlepšuje chuť k jídlu a upravuje trávení, řepík lékařský je navíc vynikajícím prostředkem proti žloutence.

Základním kamenem detoxikace jater je šťavnatá terapie prováděná po určitý časový úsek. Kdo však začíná s očistou poprvé, musí být opatrný: cyklus začněte třídní přípravou.

nou dietou s jablky a citrusovým ovocem a později zařadíte i ne syrové potraviny a vařené luštěniny, zejména fazole. Měli byste se vyvarovat produktů obsahující škodlivé látky, nekuřte a nepijte alkoholické nápoje. Zato pijte čistou jablečnou nebo mrkvovou šťávu a obden nebo každé dva dny si dejte sklenici čerstvé řepné šťávy (popíjejte ji pomalu malými doušky). Pokud vás svědí kůže, vypijte ráno sklenici horké vody, do níž jste vymačkali půlku citronu.

Pětidenní šťavná terapie na kompletní očistu jater

Dietní jídelníček jsme si popsali výše, k pití se nejlépe hodí roztátá nebo magnetizovaná voda.

První den: 300 mililitrů mrkvové šťávy a po sto mililitrech řepné a okurkové šťávy.

Druhý den: 300 ml mrkvové šťávy s trochou špenátové šťávy.

Třetí den: 500 ml mrkvové šťávy.

Čtvrtý den: 100 ml řepné šťávy a tři sta mililitrů mrkvové šťávy.

Pátý den: 60 ml celerové a stejné množství petrželové šťávy a k tomu 300 ml mrkvové šťávy.

Detoxikace proběhne rychleji, pokud dietu zkombinujete s klystýry z čerstvé i odpařené uriny.

Během očištné kúry je třeba provádět denně nebo obden změkčující urinové koupele. Do teplé vody přidáte půllitru až litr odpařené moči. Vodní procedura by neměla přesáhnout dvacet pět až třicet minut. Někdy se může stát, že člověku udělá ve vaně nevolno: to je běžná reakce, která brzy přejde, a proto byste kvůli tomu neměli koupání předčasně ukončit. Po koupeli si na hodinu nebo dvě lehněte do postele a zkuste se dobře propotit (je možné, že budete chvíli pociťovat slabost). Na noc si přiložte na břicho a játra obklad ze stolního oleje nebo uriny, neboť střeva tak budou stimulována k očištění.

Na obklady, do koupele a k přípravě olejů na masáže používejte éterický heřmánkový olej (různé druhy) a dále olej

ze smilupísečného, citronu, citronové kůže (verbeny citronové), lípy, řebříčku a fenyklu. Éterické oleje obsahují těkavé látky, jež snadno pronikají kůží do organismu a napomáhají lepšímu vylučování škodlivých látek. Stejně vlastnosti mají také květinové elixíry, jež čistí játra a odstraňují z nich toxické a další nepotřebné látky. Pampeliška a ženšen posilují játra a urychlují regeneraci tkání, zatímco eukalyptus pomáhá při dlouhodobých zánětlivých procesech.

Během detoxikace jater se nerozčilujte: právě v játrech vzniká energie hněvu a nenávisti, která kazí krev, vytváří žlučový odpad a způsobuje energetickou stagnaci. Naučte se lépe kontrolovat vlastní emoce a mějte na paměti, že ony v prvé řadě ničí vás.

Očista krve

Očistu začínáme třídenní šťavnou dietou, jež může být prodloužena i na pět až sedm dní. Použijí se čerstvě vymačkané ovocné a zeleninové šťávy červené barvy: višňová, klišková, řepná, vinná, ostružinová nebo z červeného zelí.

Červenou barvu nevybírám náhodně: tyto šťávy stimulují krev tvorbu, zasycují organismus spektrem červené barvy, schopným pročistit tělo od všech možných patologických projevů a přinášejí mu důležité biologicky aktivní prvky. Kromě toho se ve šťávách do organismu dostane přírodní aktivní voda, která rozpouští škodliviny v organismu a vyvádí je ven.

K neúčinnějším prostředkům detoxikace organismu se řadí očištné klystýry. Chodte také obden do páry, mnohem lépe se vám pročistí krev. Poté vypijte pořádnou dávku šťávy: pocítíte-li nutkání na stolici, svědčí to o úspěšném průběhu očisty.

Očista ledvin jedlovým olejem

Nejjednodušší a nejpůsobivější způsob očisty ledvin trvá dva týdny a můžeme jej rozdělit na dvě etapy: prvních sedm dní se pijí jen močopudné prostředky a dalších sedm dní se do nich přidává pět kapek jedlového oleje. Užívá se třikrát denně půl hodiny před jídlem. Jakmile se moč zakalí (zpravidla třetí až čtvrtý den), začněte stimulovat vylučování kamenů a písku močovými cestami.

Po dvou očistných týdnech dopřejte svému organismu odpočinek o délce alespoň jednoho až dvou týdnů a poté očistnou kúru jednou či vícekrát opakujte, dokud nedosáhnete Žádoucích výsledků.

Varování: Močopudný nápoj s jedlovým olejem pijte brčkem, aby se nerozpouštěla zubní sklovina! Někteří nemocní lidé si přípravek nalévají do kapslí od léků a poté polykají.

Originální očista ledvin s urinou

Pět kapek jedlového oleje rozpusťte v padesáti až sedmdesáti mililitrech čerstvé uriny. Nápoj důkladně minutu nebo dvě protřepávejte, aby se dobře promíchal a byl stejnorodý, a poté jedním douškem vypijte. Pijte opatrně, nejlépe brčkem, aby směs nepřišla do kontaktu se zuby, a předem si dutinu ústní propláchněte rostlinným olejem.

Jak se užívá směs moči a jedlového oleje, to jsme si popsali dříve (očista jater jedlovým olejem). Nic nezkazíte, budete-li jej užívat třikrát denně patnáct až dvacet minut před jídlem, po dobu celé kúry trávající pět až sedm dní. Poté je třeba udělat dvou až třídní přestávku a kúru dvakrát až pětkrát zopakovat; v případě nutnosti proveďte po měsíci až dvou znovu celý ozdravný kurz.

Očista ledvin lněnými semínky

Tento způsob je známý odpradáвна a byl mnohokrát prověřen ruskými lidovými léčiteli jako prostředek na očistu ledvin. Příprava je nesmírně jednoduchá: jednu čajovou lžičku lněných semínek zalijte sklenicí vody a převarujte. Pije se půl sklenice odvaru vždy po dvou hodinách v průběhu dvou dnů.

Lněný odvar je docela hustý, a proto je vhodné jej před užitím rozředit teplou vodou (a ještě lépe magnetizovanou, neboť má vyšší očistné schopnosti). Pokud vám lněný odvar takto nechutná, můžete do něj přidat citronovou šťávu.

jednoduchá očista ledvin bylinkovými vývary

Připravte si odvar z truskavce ptačího (jinak *rdesno ptačí*, *polygnum auriculare*), břízových listů a rozmělněných šípkových plodů. Vezměte dvě až tři polévkové lžíce od každého komponentu a nasypťte je do litrové skleněné nádoby s víčkem (může

být velká láhev od okurek, důkladně sterilizovaná). Obsah zalijte vroucí, nejlépe roztátou vodou a zavřete víčkem. Nádobu postavte do kastrolu s vřelou vodou, přičemž na dno **můžete** položit kousek tkaniny, **nechte** ji mírně vařit asi patnáct až dvacet minut na slabém ohni, odstavte a **nechte** odstát.

Dvě sklenice léčebného odvaru vypijte navečer jako čaj a do zbytku odvaru nasypťte a rozpusťte dvě polévkové lžíce soli. Pak si udělejte léčebný obklad na záda: namočte v odvaru vlněnou tkaninu, vyždímejte ji a rozložte po celé délce zad (lze s ním i spát). Na ledviny si můžete přiložit ohříváč.

Ranní moč bude pravděpodobně zpočátku kalná, ale pak se upraví a bude průzračná a čistá. Zároveň se vám pročistí klouby i páteř, každá buňka vašeho organismu a navíc vás přestanou trápit bolesti různého druhu. Tento léčebný prostředek je absolutně neškodný, protože se skládá z nezávadných komponentů, a můžete jej užívat bez výrazného omezování - dokud nedosáhnete žádoucích výsledků, tedy očisty. Po úspěšném završení očistného cyklu je moč zcela průzračná.

Varování: Při této očistné kúře je vhodné jíst brambory opečené v troubě ve slupce nebo také ořechy, rozinky a sušené meruňky. Bylinková kúra dokonale promývá organismus, ale může se stát, že spolu se škodlivinami z těla vycházejí i životně nezbytné minerální prvky jako vápník, hořčík a další, jejichž zásoby je nutné v organismu doplnit. Aby ledviny začaly správně fungovat, doporučuji na oblast kříže přikládat magnetické Kuzněcovovy aplikátory v provedení s kovovými jehlicemi.

Největšího očistného efektu dosáhnete v zimě, v období nejvyšší aktivity ledvin. Účinnost přípravku zvýšíte tak, že jej budete připravovat z roztáté vody a před užitím prudce ochladíte na teplotu čerstvě nadojeného mléka.

Melounová očista ledvin

Provádíme ji v létě, když vrcholí melounová sezona. Přineste si domů dostatek melounů a celozrnného pšeničného chleba. Během kúry se budete živit jen melounem, který poslouží jako jídlo i pití (v případě silného hladu je možné zajíst chlebem). Při léč-

Užívejte doma v kruhu nejbližších, protože se může stát, že vaše tělo bude vylučovat kameny a písek. To je někdy bolestivý proces, při kterém člověk často potřebuje pomoc a podporu. Kdo má slabé srdce, necht' si předem připraví *Corvalol*, *Valetol*, kozlíkové kapky a čpavek. Je nutné mít po ruce termosku s teplým bylinkovým vývarem a k dispozici koupelnu, aby si pacient mohl v případě potřeby napustit teplou lázeň. Mějte vždy na paměti: jde vlastně o malou operaci, prováděnou bez zásahu nože.

Při melounové očistě ledvin můžete užívat i jiné přirozené prostředky proti kamenům: čerstvě vymačkané šťávy a speciální cvičení. Melounová očista trvá přibližně dva až tři týdny, poté dosáhnete uspokojivých výsledků.

Očista organismu od solí pomocí bobkového listu

Pět gramů bobkových listů zalijte vodou v objemu tří set mililitrů a nechte pět minut projít varem. Roztok se scedí a pije po malých doušcích během celého dne, nikoli ale všechno najednou, protože by mohlo dojít k podráždění. Opakujte tři dny, pak si dejte pauzu a po týdnu můžete celou proceduru zopakovat.

Nelekejte se, pokud moč zrudne a vy máte častější nucení chodit na záchod (leckdy i každou půlhodinu) - to je proto, že se soli intenzivně rozpouštějí a dráždí močový měchýř.

Po dvou týdnech zjistíte, kolik se ve vašem organismu rozpustilo a vyloučilo solí - poznáte to podle toho, že vaše pravidelné zdravotní potíže zmizely. Jestliže jsteříve pohybovali klouby nebo byl pohyb bolestivý, nyní jimi otáčíte snáze a bolesti už nejsou tak silné jako dříve.

Očista organismu rostlinnými oleji

Při této proceduře se během dne užívaly malé dávky rostlinného oleje, nejlépe slunečnicového. Naberte do přední části úst jednu polévkovou lžici oleje a volně, bez napětí ji v průběhu patnácti až dvaceti minut převalujte a cucejte jako bonbon. Nepolykejte! Olej nejprve zhoustne, ale po chvíli bude naopak tekutý jako voda. Vyplivnete-li jej, měl by být bílý jako mléko; pokud žlutý, znamená to, že procedura nebyla dovedena do konce. Vyplivnutá tekutina je infikovaná pro-

tože během cucání se organismus zbavuje mikrobů a toxinů; měla by proto putovat do záchodové mísy. Kromě toho se rozpouští výměna a oběh plynů v organismu, aktivuje a upravuje se látková výměna. Olejovou očistu provádějte jednou denně, nejlépe večer před spaním a na lačný žaludek.

Varování: Během očisty se mohou objevit dočasné komplikace, zejména u osob trpících více různými nemocemi. Znamená to, že se ložisko nemoci v organismu narušilo. Každý by měl na základě svého zdravotního stavu zvážit, jak dlouho bude proceduru provádět a jak často opakovat. Akutní onemocnění se zpravidla vyléčí rychle, během dvou týdnů, ale při chronické nemoci pacienta čeká mnohem delší léčba.

Elixír *Trojčátka*na očistu od parazitů v životním poli

Je to extrakt ze tří komponentů: ze slupek černého vlašského ořechu, pelyňku a koření z hřebíčku. Směs z těchto tří komponentů je schopná zničit v organismu všechny dospělé parazity a také jejich vajíčka, larvy a další patogenní mikroorganismy. Předpokladem je, že se musí všechny tři součásti užívat souběžně.

1. Extrakt z černého vlašského ořechu

První den: jednu kapku rozpustíte v půl sklenici vody a užijte na lačný žaludek před jídlem.

Druhý den: dvě kapky rozpustíte v půl až jedné sklenici vody.

Třetí den: tři kapky rozpustíte v půl až jedné sklenici vody.

Čtvrtý den: čtyři kapky rozpustíte v půl až jedné sklenici vody.

Pátý den: pět kapek rozpustíte v půlce až jedné sklenici vody.

Šestý den: dvě čajové lžičky rozpustíte v plné sklenici vody.

Před vypitím nechte roztok ve sklenici patnáct minut odležet. Je-li vaše tělesná hmotnost vyšší než sedmdesát kilogramů, užijte dvě až dvě a půl čajové lžičky extraktu. Nikdy jej nelijte do horké vody, tím by se snížila jeho schopnost ničit parazity.

2. Prášek z pelyňku

První den: špetka prášku před jídlem, zapít vodou.

Druhý den: čtvrt čajové lžičky před jídlem, zapít vodou

Třetí den: třetinu čajové lžičky před jídlem.

Čtvrtý den: půl čajové lžičky.

Zvyšujte plynule dávky až do čtrnáctého dne kúry, kdy můžete užívat až půl polévkové lžice prášku. Také ji nemusíte sníst najednou, nýbrž rozdělit na dva až tři díly a polknout vždy před jídlem. Od čtrnáctého dne užívejte po dobu šesti týdnů jednou týdně půl polévkové lžice prášku.

3. Koření z hřebíčku v prášku

První den: užívejte pětinu čajové lžičky třikrát denně před jídlem.

Druhý až desátý den užívejte třetinu čajové lžičky třikrát denně před jídlem.

Od jedenáctého dne dávku zvyšte na jednu čajovou lžičku, ovšem jen jednou týdně.

Při užívání elixíru Trojčátka sestávajícího ze tří uvedených komponentů se zbavíte parazitů; na to by měly stačit dva týdny. Dále preventivně berte jednou týdně větší dávku, a to během celého života.

Pozměněná varianta Ruské trojčátka

Obsahuje rovněž pelyněk v prášku a hřebíček, ale namísto odvaru z vlašských ořechů použijte vratič obecný (*tanacetum vulgare*) v prášku, který užívejte denně v množství tří gramů, ale nejvíc jeden gram najednou. Pro pelyněk platí dávka jednoho gramu za den, ale jen dvě až tři sta miligramů najednou; pro koření z hřebíčku dávka jednoho a půl gramu denně, ale jen půl gramu najednou.

Nejllepší je si vzít všechny komponenty najednou: například jimi naplňte prázdnou kapsli od léků a tu polkněte.

Varování: Elixír Trojčátka nedoporučuji pacientům s žaludčnicí a neotrickými vředy a gastritidou. Také osoby s vysokým krevním tlakem by měly být opatrné a neustále by si měly kontrolovat hodnoty, protože hřebíček jej mírně zvyšuje.

Léčbu nezačínajte při menstruaci, protože uvedené komponenty posilují výtok. Těhotným ženám je léčba zakázána.

Ruská varianta elixíru Trojčátka se užívá následovně:

První den: jedna kapsle půl hodiny před jídlem.

Druhý den: dvě kapsle, jedna před snídaní a druhá před obědem.

Třetí den a dále: tři kapsle během dne, před snídaní, obědem a večeří.

Dále užívejte jednu dávku Trojčátka týdně po celý život.

Detoxikace pelyňkem

Pelyněk má schopnost dokonale vyčistit organismus od škodlivých mikroorganismů. Proto by se tato nahořklá bylina s takřka magickou mocí měla stát součástí každého léčebného programu. Největší účinek má, jestliže ji sbíráte při novoluní.

První den: položte si na jazyk jeden suchý kvítek, rozmělněte jej se slinami a polkněte; můžete zapít vodou. Opakujte během dne několikrát, vždy po dvou hodinách.

Druhý den proveďte stejný postup se dvěma kvítky a po čtyřech dnech dávku zvyšte na objem špičky čajové lžičky. Od pátého po čtrnáctý den užívejte pelyněk čtyřikrát denně: třikrát před jídlem a po čtvrté před spaním. Osoby s konstitucí větru mohou očistnou kúru prodloužit až na třicet dní a dávku zvýšit na čtvrtinu až třetinu čajové lžičky. Je možné pelyněk rozkousat a chvíli povalovat v ústech, aby se zuby, dásně a dutina ústní dezinfikovaly. U některých osob může docházet ke stírání zubní skloviny, což **svědčí** o předráždění principu větru. Po ukončení kúry se sklovina zase obnoví.

Očistnou kúru **kombinujte** s klystýry: začněte s nimi druhý den a pokračujte po celý týden. **Večer** si zaveďte větší klystýr ze dvou litrů vody, do nichž přidejte **půllitru** teplého spařeného pelyňku (42-43 °C). Jakmile se střeva vyprázdní, hned si zaveďte druhý miniklystýr z **padesáti** až sto mililitrů pelyňkového odvaru; měl by zůstat ve **střevech přes noc** a tím na ně blahodárně působit. Ženy mohou v rámci očistné kúry dvakrát denně (ráno a večer) provádět pelyňkový výplach vagíny a močových trubíc (používá se vždy teplý bylinkový odvar, **ohřátý na 42-43 °C**).

Napařený pelyněk připravíte tak, že do litru vody přidáte jednu čajovou lžičku pelyňku, dáte na třicet vteřin projít varem a poté na sedm až deset minut odstavíte. Proplachování provádějte od jednoho týdne až do třiceti dnů, dokud nepocítíte že příznaky infekce vymizely. Roztokem si také zakapejte nos, oči a uši. Dvakrát do roka, nejlépe na jaře a na podzim, se k proceduře vraťte z preventivních důvodů a věnujte jí alespoň čtrnáct až třicet dní.

Pelyněk dráždí princip větru, ale ten uklidníte teplou koupelí a následným namazáním celého těla olivovým olejem.

Detoxikace hladověním

Hladovění je nejsilnější očistný a detoxikační prostředek, který spolehlivě ničí všechny patologické procesy v těle.

Když se jednou zeptali G. A. Vojtoviče, největšího odborníka na hladovění, zda je možné držet léčebnou hladovku v domácích podmínkách, odpověděl: „Starodávné civilizace žádné nemocnice neměly, a proto se veškerá léčba prováděla doma, ozdravné hladovění nevyjímaje.“

Kontraindikace léčby hladem

1. U žen první půle těhotenství a při kojení.
2. Pokročilé stadium tuberkulózy, spojené s nepohyblivostí.
3. Pokročilé stadium rakoviny, spojené s nepohyblivostí.
4. Pokročilé stadium nemocí pojivových tkání, spojené s nepohyblivostí.
5. Pokročilé stadium nádorových onemocnění, spojené s nepohyblivostí.

Některé psychoneurologické poruchy v pokročilém stadiu, spojené s nepohyblivostí a mentální zaostalostí

7. Rozsáhlé hnisavé procesy vnitřních orgánů (vředy, gangréna a některá další).

Hodně jsem zmiňoval **nepohyblivost**: ta je **kontraindikací** jakémkoliv onemocnění. To však neznamená, že takto nemocný člověk nemůže dosáhnout pozitivních výsledků při léčbě hladem. Pokud jsou všechny metody a prostředky vyčerpány, může se přistoupit k hladovění

nepohyblivého pacienta. Není vyloučeno, že se **brzy dočkáme** vynikajících léčebných výsledků. Nejlepší je kombinovat hladovění s očistnými procedurami a **masážemi** obvyčejnými i **novými**.

Délka hladovění a ozdravný efekt

1. Jednodenní až třídenní hladovění aktivuje **centrální** nervovou soustavu - na stejném principu působí i stres z nedostatku potravy. Trávicí soustava se uvolní a odpočine si. Mezitím se krev a mezibuněčná tekutina zbaví odpadu a škodlivin a krvinky, zejména **lymfocyty**, se aktivují.

2. Třídenní až sedmidenní hladovění, kromě **výše** uvedené, vylepšuje skladbu mezibuněčné tekutiny, obnovuje **epiteliální** tkáň tenkého střeva a žaludku a potlačuje zánětlivé procesy různého druhu. Příznivě ovlivňuje proces obnovy sliznice ženských pohlavních orgánů.

3. Týdenní až dvoutýdenní hladovění má **stejný účinek** jako výše uvedené krátkodobé hladovění, ale navíc zcela pročistí a obnoví výstelku žaludku a střev (pokud v nich neprobíhá vážný patologický proces). Kromě toho se částečně **detoxikují** játra a pojivová tkáň, v důsledku čehož je tělo pružnější a ohebnější. Srdce a cévy lépe fungují, buňky organismu se pročistí od škodlivin a rozplynou se i některé patvary v těle, jako například nádory, cysty či **polypy**.

4. Dvoutýdenní až třítýdenní hladovění má **stejný účinek** jako výše uvedené krátkodobé a střednědobé **hladovění**, ale navíc obnovuje a pročišťuje jaterní a ledvinové buňky a také většinu žláz s vnitřní sekrecí. Může **dojít** k úplnému **vloučení** kamenů ze žlučníku a **močového měchýře**, rozpustí se usazeniny ze solí a stlačeného hleny a v neposlední řadě se rozpadnou i **různé** nádory (zejména v prsou, pohlavních **orgánech** a **podobně**). Výborně se pročistí a obnoví kůže a **pojivová** tkáň, **částečně** také kostní tkáň.

Devět pravidel správného hladovění

Do ozdravného hladovění v **domácích** podmínkách se **může** pustit každý člověk, jenž dokáže rozumně uvažovat.

Musí ale dodržovat devět důležitých pravidel, jež jsem sestavil částečně na základě vlastních zkušeností a částečně na základě doporučení a zkušeností jiných lidí.

Klasické hladovění o délce dvaceti až třiceti dní

První pravidlo - užívání projímadel

Než začnete hladovět, vezměte si větší dávku projímadla, například šedesát gramů magnézia nebo soli *Barbara*, rozpustíte ji ve třech stech až čtyřech stech miligramů vody a vypijte najednou.

Proč je nutné užívat projímadlo? Za prvé, jsou-li žaludek a střeva očištěná, organismus se lépe přeladí na režim „vnitřního stravování“, a za druhé, rychle zmizí pocit hladu. Pokud vase střeva nebudou dostatečně pročištěná, pravděpodobně vás bude dva až tři dny sužovat hlad.

Ve výjimečných případech, kdy stolice obsahuje větší počet velkých kamenů, můžete po dvou až třech dnech hladovění znovu užít projímadlo.

Celkově jsou projímadla během očištné hladovky nežádoucí, neboť narušují výměnu iontů v organismu a vyvolávají nevolnost a zvracení.

Hladovku můžete začít i dvěma až třemi očištnými dvoulitrovými klystýry.

Druhé pravidlo - pitný režim

Je důležité dodržovat správný pitný režim: při klasické hladovce je třeba vypít minimálně dva litry vody denně. Můžete s tím začít ihned, jakmile projímadlo začne působit, protože očištný průjem je vždy spojený se ztrátou tekutin a také sodíku (intenzívně se vylučují ze střev). Má-li hladovějící otoky, pak příchem vody raději v prvních dnech omezte na jeden litr.

Totéž platí i pro pacienty se zvýšenou teplotou - horečka se snižuje přirozenou cestou, bez užívání umělých preparátů, a do tří dnů se zpravidla normalizuje. Při normální teplotě už můžete přistoupit k pitnému režimu dvou litrů za snáze rozpadnou tuky a vyloučí z organismu ven. Je dovoleno vypít až pět či šest litrů vody za den.

Jakou vodu je vlastně třeba pít? Především běžnou syrovou, kterou v lepším případě nechťe protéct čistícím filtrem. Přípustná je destilovaná, převařená a roztátá voda, za tepla i za studena. Jestliže se složení vody změní nijak to neovlivňuje celkovou efektivitu hladové kúry nebo alespoň to nebylo zaznamenáno. Nicméně si mnozí pacienti všimli, že chuťově nejpříjemnější je roztátá voda a destilovaná zase lépe podporuje detoxikaci organismu.

Při hladovění se poněkud zvýší acidóza a to někteří lidé špatně snášejí: doporučuji od třetího či čtvrtého dne denně vypít půllitru minerální vody. Kysličník uhličitý se ve většině případů nachází v organismu v pěti variantách, mimo jiné také v bikarbonátech, které jsou součástí minerální vody. Bikarbonáty fungují jako nárazníky, totiž zpomalují a změkčují průběh acidotické krize.

Tekutiny pijte podle potřeby v množství a o teplotě, jaká vám vyhovuje, ale nepřepájejte se.

Třetí pravidlo - pohybový režim

Denně ujděte patnáct až dvacet kilometrů na čerstvém vzduchu; nejvhodnější jsou procházky lesem, v horách, u vody a obecně v přírodě. Pokud bydlíte ve městě, dejte při procházce přednost parkům, lesoparkům nebo jiným místům určeným k odpočinku. Osobám s podváhou stačí ujít pět až deset kilometrů denně.

Pro nepohyblivé pacienty se hladovění nehodí, protože vzniká silná zácpa, která anuluje antitoxický efekt kúry. Hladovějící osoby se necítí dobře, jsou slabí, mají silné bušení srdce a nevyhýbají se jim ani jiné příznaky intoxikace organismu.

V létě v horkém počasí je lépe chodit na procházku velmi lehce oblečení, a pokud to okolnosti dovolí, pak v plavkách. Naopak v chladném počasí se oblékejte tepleji než obvykle. Každý den si najděte čas na delší intenzivní procházku a dbejte, abyste se zapotili: to je při hladovění těžší, protože organismus a zejména kůže a sliznice je celkově sušší.

Pohybový režim uzpůsobte svému zdravotnímu stavu. Každá hladovka probíhá jinak a nyní ji můžete směle zařadit

do programu věcí, které jste si dříve nemohli dovolit. V prvních dnech jste možná dodržovali strohý lůžkový režim, později jste se odhodlali ke krátkým opatrným procházkám a nyní už můžete sportovat a cvičit podle libosti.

Ctvrté pravidlo - vodní procedury

Alespoň jednou denně si dejte sprchu anebo připravte koupel, detoxikace organismu kůží bude aktivnější a zmírní celkovou suchost organismu, zejména pokožky a sliznice. Velmi vhodná je kontrastní sprcha, při níž střídáte studenou a teplou vodu. Lidem s nadváhou doporučuji sprchové masáže, jež tělo, zejména trup i končetiny, zároveň masírují. Každých pět až sedm dní si zajděte do páry nebo do sauny. Mimochodem sauna je během hladovění povolena a nepředstavuje kontraindikaci ani pro pacienty s ischemickou chorobou a jinými nemocemi srdce.

Při koupeli není třeba používat mýdlo příliš často - zcela stačí, pokud se důkladně namydlíte jednou za sedm až deset dní. Namísto mydlení praktikujte při mytí vodní minimasáž - žínkou si rozetřete každou část těla dorůžova. Obecně si vyberte takové vodní procedury, které vám nejlépe sednou vzhledem k vaší individuální konstituci.

Páté pravidlo - očistné klystýry

Klystýry je možné opakovat dvacet čtyři hodin poté, co projímadlo začne působit.

Připravujte je klasickým způsobem: do Esmarchova šálku nalijte jeden a půllitru horké vody nepřesahující třicet šest stupňů Celsia a přidejte do ní dva až tři krystalky hypermanganu, aby získala lehce narůžovělou barvu. Pokud trpíte zácpou a máte ucpaná střeva kalovými zbytky, klystýr opakujte, a to s větším množstvím vody. Pacientům s hemoroidy, polypy nebo střevními vředy doporučuji, aby na klystýr použili raději roztok z máty, heřmánku nebo třeš alky.

Jste na pochybách, zda si dělat klystýr, Či nikoli? Vše závisí na tom, jak se cítíte, jak dlouho hladovíte, nakolik je váš organismus intoxikován a jakými nemocemi trpíte. Osobně doporučuji, abyste si alespoň dva až tři dny zaváděli urinový

nebo solný klystýr. A až se vám střeva vyprázdní, můžete se rozhodnout, zda budete i v dalších dnech pokračovat v klystýrování, anebo od něj ustoupíte. Pokud vaše tělo vylučuje nadměrné množství škodlivin a odpadu, opakujte klystýry dvakrát denně, ráno a večer. V opačném případě stačí provádět proceduru každý druhý nebo každý třetí den.

Šesté pravidlo - masáž a samomasáž

Ráno i večer si třicet minut masírujte cévy a postupně si roztírejte pokožku na různých místech rukou i nohou. Střídejte masáž lýtek a ramen, pak stehen, předloktí a nakonec proveďte masáž břicha. Důležité je také promasírovat hrudník, ale tady by měl pomoci masér anebo někdo z blízkých. Deset až patnáct minut provádějte masáž hrudního koše pěsti anebo prsty. Lepšího výsledku dosáhnete, použijete-li při masáži odpařenou urinou.

Sedmé pravidlo - hygiena ústní dutiny

Během hladovění tělo vylučuje velké množství škodlivin a toxinů „horní cestou“, tedy ústy a nosem. Jazyk i vnitřek ústní dutiny jsou povleklé a hnis volně odtéká skrze ústní dutinu z čelních dutin a ze zubů nakažených paradentózou. Mandle se samy očišťují, pokud se na nich vyskytují hnisavé defekty. Důkladná hygiena ústní dutiny je nezbytná, tak se očista organismu od nepotřebných látek urychlí. Pravidelně si proplachujte ústa chladnou vodou, případně bylinkovými odvary a roztokem sody (střídejte je), a to nejméně šestkrát až sedmkrát denně.

Osmé pravidlo - oblečení

Během hladovění není doporučováno nosit oděvy ze syntetických materiálů.

Deváté pravidlo - absolutní zdrženlivost v jídle

Pokud uděláte výjimku, přijmete nějakou potravu, porušíte režim a snížíte efektivitu hladové kúry o padesát procent.

Nejlepší je začít hladovění v období půstů, hodí se jakýkoli ze čtyř hlavních. Hladovějte alespoň jednou, ale raději dvakrát, třikrát nebo čtyřikrát do roka a zkuste vydržet bez jídla sedm až třicet dnů.

Přípravná fáze před očistným hladověním

- S pomocí několika očistných procedur zbavíte organismus škodlivin.

- Klystýry dokonale pročistí střeva, zbaví je kalových kamínků a dalších patologických jevů. Vaše tělo nebude během hladovění nuceno neustále vylučovat nadbytečné látky a tím uspoří energii nezbytnou na léčebné procesy.

- Proběhne detoxikace jater a vy se vyvarujete očistné krizi při hladovění.

- Velmi vhodné je chodit do páry, neboť se během procedury velká část toxinů obsažených v tělesných tekutinách vyloučí.

- Pijte ovocné a zeleninové šťávy: ozdraví se vám ledviny a pročistí pojivová tkáň.

- Doporučuji pár dní před započítáním hladovky poněkud změnit jídelníček a konzumovat víc zeleninové stravy. Nejezte žádné umělé produkty, například dorty, zákusky, čokoládu, bonbony a podobně a ani jídla z mnoha smíchaných potravin - obložené chlebičky, pizzu, maso s bramborem a tak dále. **Vezměte si k srdci dvě pravidla: nejezte na noc a nezapíjejte jídlo bezprostředně poté.** Vylučování toxinů při hladovění nebude tak silné a kromě toho je snadněji zvládnete. Váš organismus se hned začne detoxikovat a očišťovat na buněčné úrovni.

- jakmile ukončíte předběžnou očistu organismu, přistupte k hladovění. Začněte ve dny *ekadaši*, vždy jedenáctý den po novoluní a po úplňku. Nejprve vydržte dvacet čtyři až třicet šest hodin bez jídla a později, po měsíci až dvou, proveďte dvoudenní až třídní hladovění, nejlépe ve druhé nebo čtvrté fázi měsíčního cyklu. Po dalších dvou až třech měsících získáte dostatek zkušeností a budete připraveni k střednědobému hladovění trvajícimu od pěti do sedmi dnů.

Jak správně hladovět **dvacet** čtyři hodin až čtyřicet dva **hodin**

Čtyřadvacetihodtnové hladovění

Začíná po snídani prvního dne a končí před snídaní dne následujícího. Já osobně **nedoporučuji** hladovět od večere do večere,

protože přijmete-li poslední jídlo před spaním, organismus **musí** ve spánku pracovat a efektivita procedury se sníží. Kromě toho nejsou dodržovány přirozené biologické rytmy trávicích orgánů.

Během hladovění se vyhýbejte jakémukoliv příjmu potravy a nepijte ani ovocné či zeleninové šťávy. Při klasické hladovce se pije jen voda - obyčejná, magnetizovaná, destilovaná nebo roztátá. Kromě ní existuje urinová hladovka, kdy se pije voda s urinou nebo jen urina, a suchá hladovka, kdy člověk nepřijímá žádné tekutiny.

Slabým a nerozhodným lidem je povolena jedna výjimka během prvního čtyřadvacetihodinového hladovění, která se ale nesmí opakovat: do sklenice destilované vody se přidá třetina čajové lžičky medu nebo jedna lžička citronové šťávy a připraví se velmi účinný nápoj, neboť rozpouští toxické látky a hleny v organismu.

Šestatřicetihodinové hladovění

Na rozdíl od jednodenního hladovění je v tomto případě povoleno začít po večeři. Hladovění trvá celou noc, den, druhou noc a končí obědem třetího dne, kolem dvanácté hodiny dopolední. Platí pro ně všechny rady a doporučení, uvedené u jednodenního hladovění.

Rozhodněte se na základě vlastní individuální konstituce, zda přistoupíte ke klasickému, urinovému anebo suchému hladovění a zda je vydržíte dvacet čtyři, třicet šest anebo čtyřicet dva hodin. Také si vyberte, kdy vlastně začnete, zda jen ve dnech *ekadaši*, což jsou dva dny v měsíci, anebo i v jiných příznivých dnech měsíčního cyklu.

Pročistěte si ústa od nahromaděných toxinů a škodlivých látek: namažte kůrku chleba česnekem, důkladně pokousejte a vyplivněte. Zaprvé se očistí jazyk a zbarví do růžova a za druhé ostrá chuť stimuluje proces trávení. Nyní jste připraveni k příjmu potravy.

Po ukončení hladovky si jako první jídlo dejte salát z čerstvé zeleniny se strouhanou mrkví a nakrájeným zelím, který můžete ochutit **citronovou šťávou**. Takový salát bude **ve va-**

sem trávicím traktu působit jako „koště“: pročistí vás a zapojí do procesu všechny svaly žaludku a střev. Po salátu si dejte pauzu a pak můžete sníst jedno jídlo z vařené zeleniny, například povařenou řepu nebo lehce podušené zelí. Při ukončení hladovky nedoporučuji takové potraviny jako sýr, maso, mléko, mléčné výrobky, máslo, ryby a ani ořechy nebo semena. Pokud hladovíte v zimě, zeleninu raději trochu poduste.

Při dalším jídle už si kromě zeleninového salátu můžete vzít celozrnný chléb (zejména osoby s konstitucí slizu) nebo polévku s obilnými klíčky (osobám s konstitucí větru).

Hladovku můžete ukončit i pitím mrkvové nebo jablečné, případně řepné šťávy v kombinaci s jablečnou. Všechny uvedené šťávy jsou mírně projímavé a organismus se lépe pročistí, zejména játra a žlučník, jež se zbaví staré žluči. V zimě dívejte namísto šťáv bylinkové odvary s medem.

Pokud se během prvního ani druhého dne nedostaví samostatná stolice nebo je příliš tvrdá jako bobky, takže způsobuje zranění řitního otvoru, namažte si tělo a zejména oblast kříže olivovým olejem. Poté si zaveďte miniklystýr ze sta mililitrů obyčejné nebo odpařené uriny: nutkání na stolicí se většinou brzy dostaví.

Lidé s konstitucí větru by měli celkovou dobu hladovění zkrátit na polovinu, lidé s konstitucí slizu mohou naopak hladovět déle podle toho, nakolik je v nich tento princip skutečně přítomen, jinými slovy jakou mají nadváhu. Čím silnější pacient, tím snáze překoná hlad a nedělá mu problémy ani dlouhodobá, například třicetidenní, nebo dokonce čtyřicetidenní absence příjmu potravy.

Denní režim při hladovění

Starší a vyhublí lidé by měli hladovět ve dnech *ekadaši*, tedy dvakrát během měsíčního cyklu, jenž trvá přibližně dvacet devět dní. Doporučuji klasické hladovění s obyčejnou anebo citronovou vodou o délce dvaceti čtyř až třiceti šesti hodin. Dvakrát do roka mohou provést delší, pětidenní až **sedmidenní hladovění** doporučuje se hlavně v létě.

Lidé s průměrnou váhou by také měli hladovět ve dnech *ekadaši* a klasicky na vodě, ale o maličko déle, třicet šest až čtyřicet dvě hodiny. Kromě toho mohou třikrát do roka, v létě, na jaře a na podzim (*Veliký, Petrův a Uspenský půst*) držet střednědobou hladovku od pěti do patnácti dnů.

Lidé s nadváhou a masivním tělem mohou hladovět každý týden od dvaceti čtyř do čtyřiceti dvou hodin, o vodě i na suchu bez příjmu tekutin. Jednou za tři měsíce doporučuji třídní až pětidenní suché hladovění nebo deset až patnáct dní klasické hladovky na vodě.

S věkem pacienta a s ubývajícím tělesnou hmotností se délka hladovky zkracuje. Obdobně to platí i pro počasí: čím je chladnější, tím kratší dobu byste měli hladovět.

Lepších výsledků dosáhnete, pokud provedete před samotnou léčbou detoxikaci organismu. V receptech na léčbu mnoha nemocí doporučuji užívat urinu, jak vnitřně, tak k zevnímu upotřebení na obklady a masáže. Je ovšem třeba přesně vědět, jaká urina se lépe hodí pro jaké účely.

Druhy uriny a její zvláštnosti

Existuje více druhů uriny a každá má své specifické zvláštnosti, díky nimž určitým způsobem působí na organismus.

Klasifikace uriny

- První, prostřední a poslední část pramínku moči.
 - Sudý a lichý počet doušek uriny.
 - Ranní, denní, večerní a noční moč.
 - Čerstvá, ochlazená, stará, velmi stará, odpařená, zmrazená, ochlazená, aktivovaná urina a urina sycená různými prvky.
 - První moč novorozence, dětská, mužská a ženská urina, moč těhotných žen, osob ve středním věku a starců.
 - Na kvalitu a složení uriny má vliv stravování a emoční stav.
1. První, prostřední a poslední část pramínku moči

Existuje určitý druh energie, která působí na program rozvoje lidského organismu, sytí jej a udržuje ve stabilitě. A. I. Vejník ji nazval **energií** času, jinak se jí říká také **chronální energie**. Ve skutečnosti jde o individuální potenciál životní

síly člověka: každý jí má určité množství, a když ji začne ztrácet, nastává stáří.

Tato energie je odpovědná za zdraví a délku života člověka. Nachází se mimo jiné i v močovém měchýři: odráží se od jeho vnitřních stěn a koncentruje v centru. Proto je urina pocházející z centra orgánu nejvíc nasycena životní energií. Když se této energie zbavujeme, ztrácíme i část života. Budeme-li ji do organismu navracet při pití uriny anebo masážích, prodloužíme si život. Příjem prostřední části pramínku moči starodávní učenci nazývali „technikou, která přináší úspěch“.

První a poslední část urinového pramínku má málo životní energie a navíc může obsahovat i škodlivé energie, jež byly v močovém měchýři vytěsněny z centra ven.

2. Sudý a lichý počet doušek uriny

Urinu je třeba pít na jeden zátah anebo polknout lichý počet doušku - to kvůli zachování interference (vlnového efektu). Podstata interference spočívá v tom, že se dvě různé vlny navzájem překrývají a mohou buď jedna druhou neutralizovat, nebo naopak posílit. V prvním případě má užívání uriny nulový efekt, ve druhém dvojnásobný. Pokud člověk pije urinu s přestávkami, nikoli najednou, poslední doušky jsou v důsledku interference potlačeny. Vypije-li ji však naráz, k efektu potlačení nedojde.

3. Ranní, denní, večerní a noční moč

Urina nemá vždy stejné vlastnosti, ty se mění v závislosti na denní době a jsou pokaždé jiné.

- Od třetí hodiny ranní do patnácté hodiny odpolední trvá v organismu takzvaná kyselá fáze a od patnácté hodiny odpolední do tří hodin ráno alkalická fáze. Moč vyloučená v období kyselé fáze napomáhá hojení ran, rozpouští nádory a normalizuje hnilobné procesy probíhající v organismu.

- Ranní moč obsahuje nejvíc hormonů (v porovnání s močí vyloučenou v jiných částech dne). Dvě hodiny před probuzením se aktivuje spodní část mezi mozku (*hypotalamus*), podvěsek mozkový (*hypofýza*) a poté i ostatní žlázy. Například nadledvinky vylučují nejvíc glukokortikoidů v časných ranních

hodinách, kam spadá i vrcholová aktivita štítné žlázy a slinivky břišní. Z tohoto důvodu je ranní moč nejvhodnější a nejužitečnější. Proto si nenechte ujít příležitost vypít ranní hormonální koktejl: urina vyloučená v ranních hodinách je mimořádně užitečný prostředek při ženských nemocech a může se pít i přikládat na tělo v obkladech. Má analgetický účinek a lépe se po ní obnovuje poškozená sliznice pohlavních orgánů.

- Ranní moč je zakázána při některých onkologických onemocněních vyvolaných nadbytečnou produkcí hormonů.

- Ve druhé půlce dne a večer je moč nasycena živinami a produkty denního metabolismu, proto může být využita jako potravinový doplněk. V noci je však moč choroboplodná. K vyléčení pijte ranní moč a dbejte na to, abyste dodrželi lichý počet doušek.

- Aktivita ledvin se mění během dne: v ranních až odpoledních hodinách ledviny vylučují vodu, elektrolyty a produkty výměny dusíkatých látek, v noci kyseliny, amoniak a ionty vodíku. Za účelem okyselení organismu se nejvíc hodí noční urina, kterou organismus vyloučí hned po probuzení.

- Aktivita jednotlivých orgánů v těle se střídá, což má vliv i na kvalitativní a kvantitativní složení prvků v urině. Například v období nejvyšší aktivity jater - mezi dvacátou třetí hodinou a jednou hodinou ranní - obsahuje urina nejvíc prvků a metabolitů vylučovaných játry. Při nejvyšší aktivitě slinivky břišní, asi od devíti ráno do jedenácté hodiny odpolední, má moč zvýšený obsah metabolitů tohoto orgánu. Kdo potřebuje normalizovat funkce toho či jiného orgánu, musí dobře vědět, kdy jeho aktivita vrcholí, shromáždit urinu z tohoto období a aktivovat ji, například uchováním na temném a chladném místě nebo povařením s následným prudkým ochlazením. Vypít ji musí v období, kdy je příslušný orgán aktivní. Například vás bolí žaludek a víte, že funguje nejlépe ráno od sedmé do deváté hodiny. Shromážďte moč vyloučenou v tomto časovém úseku a uložte ji do lednice při teplotě dvacet čtyři stupňů Celsia. Užijte ji jindy, opět v období od

scdmé do deváté hodiny, kdy bude její působení na žaludek nejeftektivnější. Je nutné ji ohřát na teplotu čerstvě nadojeného mléka. Stejný postup platí i pro ostatní orgány. Opakujte jej, dokud nedosáhnete vyléčení nemocného orgánu.

4. Čerstvá, ochlazená, stará, velmi stará, odpařená, zmrazená, ochlazená, aktivovaná a sycená různými prvky

Čerstvě vyloučenou urinu užíjte okamžitě, jakmile vyjde ven z organismu. Mějte na paměti, že čerstvá urina zdravého a nemocného člověka se velmi liší. Zdravý člověk by měl urinu užívat zejména jako prevenci před některými nemocemi a jako prostředek podporující hormonální rovnováhu v organismu, či kvůli šetření energetických a hmotných zdrojů organismu. Pro nemocného člověka je urina univerzálním medikamentem.

Ochlazená urina

Při ochlazení uriny dochází ke ztrátě některých jejích užitečných látek, ztrácí životní energii a prvky se strukturou tekutých krystalků. Ochlazená urina je taková, která byla hodinu či trochu déle ochlazována bezprostředně po vyloučení z organismu. Postupně z ní uniká životní síla, jež je v okamžiku močení přítomna, ztrácí fluorescenci a rozpadá se i její vnitřní struktura. Při vnitřním i zevním upotřebení vytahuje z organismu energii a vsakuje je, aby obnovila svou strukturu a fluorescentní vlastnosti.

Ochlazená urina se používá k odpařování, proto je vhodné, dokonce nutné ji shromažďovat a uschovávat.

Velmi stará urina

Pokud moč zapáchá jako amoniak, znamená to, že se v ní začaly rozkládat bílkovinné prvky a kyselé pH se mění na alkalické.

Velmi stará urina se používá jen navenek, jako posilující a stimulující tonikum. Právě kvůli alkalickému pH je schopná rozpouštět patologické usazeniny kyselého původu (vytvořené z kyselin). Pronikavý a dráždivý čpavkový pach napomáhá otevírání pórů kůže a stimuluje lepší pronikání uriny do organismu. Výsledky vědeckého výzkumu prokázaly, že zápach amoniaku rovněž stimuluje chuť do práce a výkonnost.

Vzpomeňme si na doporučení léčitelů starověku: i oni pokládali starou urinu s čpavkovým zápachem za detoxikační prostředek, schopný vyloučit škodliviny z organismu, zahubit hlísty, pročistit cévy, odstranit ucpání a odtrhnout hnisavé tkáně. Pach čpavku dobře vytlačuje z organismu toxiny, takže detoxikace je mnohem efektivnější.

Několik metod k využití velmi staré uriny

- *Očista tlustého střeva odkalu a parazitů.* Připravte si klystýr z jednoho litru velmi staré uriny s amoniakovým zápachem. Neměla by být starší než dva až tři dny a uchovávána při teplotě dvaceti stupňů Celsia. Starší urina se silným zápachem se nehodí, protože může sliznici tlustého střeva spálit.

- *Očista cév a odstranění ucpání.* Obklady ze staré moči si přikládejte na cévy, na zranění a poškozená místa, neboť mají silnou čisticí schopnost. Nejprve užívejte přiměřeně starou urinu s nepříliš silným zápachem a později, až si na proceduru zvyknete, můžete použít i starší, silně páchnoucí moč.

- *Rozpuštění usazenin solí.* Urinu používáme na obklady: čím jsou usazeniny starší, tím starší urinu použijte. Abyste se nepopálili, pomažte preventivně pokožku olivovým nebo slunečnicovým olejem.

Odpařená urina

Vysoce efektivní je urina odpařená na jednu čtvrtinu prvotního objemu. Připravte ji následně: do smaltované nebo skleněné (nikoli kovové) nádoby nalijte čtyři sta mililitrů uriny (čerstvé, staré, dětské nebo smíšené), postavte na plotnu a nechte vařit, dokud nezbude objem asi sto mililitrů. Tak získáte působivý prostředek – urinu odpařenou na jednu čtvrtinu. Nejlépe se hodí urina shromážděná za celý den, anebo urina malého dítěte do pěti let věku.

V odpařené urině probíhá osmóza čili difúze molekul, a tak vsakuje toxiny, vodu, hleny i parazity, ale nepůsobí přitom dráždivě, ba naopak napomáhá regeneraci. Celá vylučovací soustava se uvolní a pročistí a efektivita zevní i vnitřní urinové léčby stoupá.

Odpařená urina mění chuťové vlastnosti i barvu: je-li vytvořena z moči obyčejného člověka, je velmi hořká a působí na polypy tlustého střeva, žaludku a nádory tak, že buňky patologických patvorů odumírají a odtrhávají se a parazité vycházejí ven z těla. Mnozí pacienti pozorovali, že po prvních klystýrech s odpařenou urinou vyloučil jejich organismus hlísty, polypy a další patvory, které jsou rezistentní vůči jiným klystýrům, například *Walkerovým* (s vlašovičnickem a jinými ingrediencemi).

Odpařená urina se dá samozřejmě i pít, ale je třeba pečlivě kontrolovat stravování. Změňte-li vědomě jídelníček tak, aby obsahoval kaše, ovoce či sušené ovoce (v zimě), zeleninu (v zimě dušenou), med, bylinkové čaje, ořechy a luštěniny, změní se i vaše urina - bude mít nízký obsah soli. Při následném odpařování už nemá taková urina jasně hořkou ani slanou chuť, spíše se objeví příchut' praženého. Má medovou barvu a příjemně voní jako kadidlo, stimuluje srdeční činnost a její zlatavé zbarvení působí na temnou patologickou energii a vyhání ji z organismu.

Zmrazená urina

Odpařování není jediným způsobem, jak získat koncentrovanou urinu; můžete ji dát také zmrazit.

Moč nashromážděnou během dne nalijte do kastrolku, dejte zmrznout do mrazicího boxu v lednici nebo do mrazničky a nechte ji tam tak dlouho, dokud se částečně nepromění v led a zůstane tekutá jen z poloviny, jedné třetiny nebo jedné čtvrtiny. Abyste zamezili šíření zápachu v mrazničce, zakryjte kastrolík igelitovým či celofánovým pytlíkem a převažte.

Pokud zmrzne polovina až tři čtvrtiny objemu tekutiny, získáte kvalitní výsledný produkt s vhodnou koncentrací. Led klidně vyhod'te a soustřeďte se na zbytek uriny: máte kvalitní koncentrovanou urinu nasycenou minerály a bohatou na organické prvky a zvláštní krystaly. Můžete ji uchovávat v mrazničce libovolně dlouhou dobu, ale teplota musí zůstat na hodnotách kolem nuly.

Užívat ji můžete různými způsoby: ke snížení teploty a celkovému uklidnění, jako chladivý obklad i k vnitřnímu užití.

V ostatních případech je třeba ji předběžně ohřát, ovšem teplota nesmí převýšit čtyřicet až padesát stupňů Celsia, protože pak se přirozené prvky začnou rozpadat.

Ke zmrazení se hodí moč novorozenců a dětí do deseti let, moč těhotných žen, od tří až pěti měsíců těhotenství i výše, a moč zdravých mladých lidí. Z takové moči se dělají komplexní hormonální koktejly, které jsou velmi účinné. Čím mladší dítě a kratší doba těhotenství ženy, tím silnější omlazující efekt má moč na staršího člověka.

Ochlazená urina

Pokud čerstvou urinu odstavíte na temné a chladné místo (do minus čtyř až minus tří stupňů Celsia), pod vlivem nepříhodných podmínek se v ní vytvoří biologicky aktivní prvky. Toto je třetí možnost, jak urinu proměnit v kvalitní biologickou tekutinu; na prvním místě však zůstává odpařování.

Urina nasycená různými prvky

Když do uriny přidáte různé bylinky a směsi, vylepšíte její kvalitu a získáte přirozený léčebný prostředek s velkým množstvím důležitých mikroskopických prvků. Jako doplněk uriny se hodí například suchá mořská kapusta: přidávají se dvě lžičky před odpařováním. Takto vylepšený močový produkt se používá zejména na obklady, jako minerální „příkrmování“ organismu. Můžete jej také přidat do koupele, neboť má omlazující účinek.

Aktivovaná urina

Pokud uvedete libovolnou urinu do varu, její vnitřní struktura se transformuje, aby byla schopná propouštět mocný přítok tepelné energie. Tuto strukturu byste měli zafixovat a její zvýšenou energetiku využít k posílení organismu. Jakmile urina začne vřít, zprudka ji ochlaďte, například proudem studené vody. Proč? Protože v takovém případě její superstruktura zamrzne a zůstane stabilní a vy můžete využívat její vlastností. Užívejte ji bezprostředně po ochlazení, při teplotě čerstvě nadojeného mléka, jinak by se struktura

mohla znovu rozpadat. Aktivovaná urina má několikanásobně vyšší léčivé vlastnosti než obyčejná a navíc ji na rozdíl od magnetizované uriny můžeme užívat stále.

Magnetizovaná urina

Hodí se spíše k zevnímu využití, na koupele a pro celkové vylepšení energetiky organismu. To ocení zejména nepohybliví a dehydrovaní pacienti, protože vyrovnává celkový energetický náboj organismu.

Prudce ochlazená urina

Užívá se pravidelně při určitých onemocněních a funkčních poruchách orgánů, na pití i na obklady.

Při kombinaci různých metod přípravy uriny získáte maximální efekt, smíšená terapie je pro organismus mimořádně účinná. Například odpaříte-li urinu do jedné čtvrtiny původního objemu, prudce ochladíte a namagnetizujete, v tekutině namočíte bavlněnou látku a přiložíme ji na tělo jako obklad, dosáhnete mimořádné účinnosti. Smíšená urina je velmi hodnotná, ovšem musíte ji skladovat v termosce, protože jen v ní se dlouhodobě uchovává její mimořádná superstruktura. Využít ji můžete kdykoli později, nejlépe na obklady.

5. První moč novorozence, dětská, mužská a ženská, moč těhotných žen, lidí ve středním věku a starců.

Moč novorozenců

Je nasycena informacemi o životních procesech, jež probíhají mimořádně rychle. Novorozenecká urina má specifické vlastnosti, a proto se s ní dají například potlačovat hnilobné a kvasné procesy v organismu. K nim dochází, je-li vnitřní prostředí organismu nevyvážené směrem k alkalickému prostředí, tudíž člověk vlastně pomalu uhnívá.

Kvůli mimořádným vlastnostem doporučuji novorozeneckou urinu přikládat na hnijící rány, které se špatně hojí, a také při gangréně a jiných podobných onemocněních. Je přirozeným močopudným prostředkem, jenž napomáhá vyvádět přebytečné tekutiny z organismu a snižuje nitrolebeční a nitrooční tlak. Pije se i pro uzdravení ledvin, pokud jsou zatíženy různými

infekcemi, nebo k posílení trávicích procesů a potlačení infekcí. Novorozenecká urina rozpouští krevní sraženiny a snižuje srážlivost obecně. Užívá se i při rakovině, na pití i k obkladům.

Dětská urina

Urina dětí od jednoho měsíce do třinácti let má jednu přednost: je nasycená prvky podporujícími imunitu a obsahuje program rozvoje.

Pacient, jenž se chce zbavit infekčního, virového nebo onkologického onemocnění, by měl užívat dětskou urinu ke zvýšení obranyschopnosti a k pročištění organismu na buněčné úrovni. Pomůže urinové hladovění, správná životospráva a aktivní způsob života. Je třeba se řídit vlastním rozumem a uvést do pořádku smysly. Obklady a masáže s čerstvou dětskou urinou jsou vhodným doplňkovým prostředkem pro zvýšení imunity.

Mužská a ženská urina

Je jasné, že se tyto dva druhy navzájem liší svými vlastnostmi. Rozhodující jsou tu dva faktory: hormonální výbava organismu a magnetizace ženskou či mužskou podstatou, a proto hledáte-li dárce uriny, raději si vyberte osobu stejného pohlaví. V mimořádných případech a většinou krátkodobě se dá užívat i urina osoby opačného pohlaví. Urina dítěte od jednoho do deseti let obsahuje málo hormonů, a proto může být užívána nezávisle na pohlaví, ale ne déle než jeden až tři měsíce. Čím mladší dítě, tím déle můžete užívat jeho urinu (a samozřejmě to platí i naopak, čím starší dítě, tím kratší je trvání urinové kúry).

Urina těhotných žen

Je velmi užitečná, protože má mimořádnou skladbu a jelikož organismus těhotné ženy funguje jinak - působí na ni děloha, placenta a organismus rostoucího dítěte. Obdobný unikátní prostředek s tak rozmanitým bohatstvím prvků a „nahránými“ programy jinde v přírodě nenajdete.

Urina dospělých osob

Urina osob věkové skupiny od osmnácti do třiceti let je energeticky i hormonálně vyvážená, a proto se používá jako prostředek pro zlepšení funkcí organismu starších osob (od čtyřiceti

tet). K léčení nemocí se používá výhradně vlastní urina a pokud **js** se rozhodli užívat moč od dárce, vyberte si mladého a zdravého člověka stejného pohlaví a identické konstituce. Seznamte **se** s jeho životním stylem, zvyky a stravováním, vnímejte, jak je vám příznivě nakloněn a vysvětlete mu svoji situaci.

Urina starších osob

Bohužel nutno říct, že člověk vyššího věku žije jako bezpohlavní tvor se sníženou imunitou a rozladěnými hormonálními funkcemi. Jeho urina se proto pro léčení nehodí; výjimku tvoří některé konkrétní nemoci a poruchy. Můžete ji užívat v případech, kdy urychleně potřebujete močopudný prostředek.

6. Vliv stravování na kvalitu uriny

Nejlepší urinu produkuje člověk, jenž holduje přirozené stravě, čili jí hodně ovoce a zeleniny, kaší, ořechů, medu a pije bylinkové čaje. V omezeném množství a ve správné kombinaci se může jíst maso, vejce, mléko, brambory a tvaroh. Naopak nejhorší urina se vytváří po konzumaci rafinovaných, přesolených a nepřirozených produktů a také při smíšeném stravování. Pokud do potravy zařadíte potraviny bohaté na bílkoviny, rozkládají se na močovinu a dusíkaté látky (ve velkém množství), které se v konečném stadiu mění v amoniak, jenž moči dodává její charakteristický zápach. Strava je mezi faktory, které ovlivňují chuť a pach, ten nejdůležitější.

Dobrou urinu vylučuje člověk, který dva, tři i více dní konzumoval celozrnný chléb bez jakýchkoli pochutin a také ovoce i zeleninu. Hladovějící osoby obecně mají unikátní urinu, protože organismus během půstu přechází na vnitřní čili endogenní výživu a využívá vlastní tukové tkáně, tělesné bílkoviny a při prodlužování hladovění přechází na syntézu aminokyselin z ketonových tělísek, dusíku a kyslíčnicku uhličitého. Organismus aktivně vylučuje **toxiny**, a tudíž i urina je jimi prosycena; její konzumace (veškeré nebo části, ale jen denní) napomáhá rychlejšímu rozpouštění toxinových usazenin. Urina rovněž léčí skrytá **ložiska** infekcí na základě homeopatického principu *podob-*

né působí na podobné. Čím je hladovění delší, tím snáze se organismus zbavuje usazenin, včetně těch v kostní tkáni.

Správná výživa při léčbě

Během léčby, v procesu detoxikace a očisty organismu od parazitů je nutné přejít na správnou výživu; konkrétní **za-**sady pro správný jídelníček najdete níže. Kromě toho musíte mít přesnou představu, jak vlastně fungují trávicí orgány.

Od sedmé do deváté hodiny ranní aktivně funguje žaludek, a proto je to nejvhodnější doba pro příjem prvního jídla. Od třinácté do patnácté hodiny odpolední se aktivuje tenké střevo, tudíž si v tuto dobu můžete dát druhé jídlo. Živiny se dále distribuují do organismu a rozbíhá se proces buněčného trávení.

Od páté do sedmé hodiny ranní se aktivuje vylučovací funkce organismu a tlusté střevo se za normálních okolností vyprazdňuje.

Každá část trávicího ústrojí plní specifickou funkci, která přísluší jen jí. Všechna oddělení trávicí soustavy jsou jeden od druhého izolována svěrači (*sphinctery*) a potrava se jimi posouvá jedním směrem; celý proces trávení je koordinován v čase.

Taková izolace je nezbytná, protože každé oddělení má specifické pH prostředí: například dutina ústní alkalické, žaludek kyselý a dvanáctník během trávení neutrální. Do dvanáctníku totiž vtéká žluč s alkalickou reakcí a neutralizuje kyselý šťávy přitékající ze žaludku. V tenkém střevě je v době nepřijímaní potravy slabě alkalické prostředí a v tlustém střevě slabě kyselý.

Vědecky bylo dokázáno, že v lidském organismu existuje břišní mozek a střevní hormonální soustava, jejichž role spočívá v tom, že přizpůsobují potravu přicházející zvenčí k podmínkám daného prostředí. Pokud v jednom ročním období dodáváte organismu určité potravinové produkty, břišní mozek na ně reaguje tak, že podněcuje vylučování určitých hormonů, díky nimž se strava uzpůsobí potřebám trávení. Při změně ročního období začnete zpravidla jíst jiné věci a břišní mozek reaguje stejně: vytváří určité spektrum hormonů a tělo i orgány se přizpůsobují novým podmínkám.

Z toho vyplývá důležitá zásada stravování: jezte jen ty potraviny, jež byly vypěstovány v oblasti, ve které žijete, a jen v souladu s roční dobou.

Dále v knize uvádím různé recepty, všechny se však zakládají na používání roztáté, „živé“ a „mrtvé“ vody. Povězme si o nich víc.

Druhy vody vhodné na léčení

Roztátá voda

Roztátou neboli odmraženou vodu získáme v domácích podmínkách takto: nalijeme do nádoby vodu z přírodního pramene, respektive převařenou či odstátou vodu z vodovodu, a dáme ji do mrazničky. První led, který se v ní vytvoří, je z takzvané „těžké vody“. Nádobu vyndejte, vodu přelijte do jiné a postavte zpět do mrazničky (led vyhoďte). Cekejte, až voda zamrzne na polovinu nebo na třetinu objemu, a jakmile k tomu dojde, nádobu zase vyndejte a nezmrzlou vodu opět přelijte - tak získáte lehkou vodu s příměsemi. Zbylý led představuje onu roztátou vodu, očištěnou na osmdesát procent. Obsahuje vybrané izomery, které blahodárně ovlivňují průběh některých biologických procesů. Nechte jej roztát a vodu používejte k pití a na přípravu jídla.

„Živá“ a „mrtvá“ voda

„Živou“ i „mrtvou“ vodu získáte elektrolyzou následovně: Vezměte nádobu s obyčejnou vodou, přepulte ji přepážkou z pevné plachtoviny a do každé půlky umístěte jednu elektrodu; poté do nich pusťte elektrický proud. Anodická voda se znakem minus se při rozkladu molekul nasatí kyslíkem a nabude kyselých vlastností - pH dosáhne hodnot tři až čtyři. U katody se aktivně vylučuje vodík a prostředí je silně alkalické: hodnoty pH se zvednou až na deset až jedenáct.

Kyselou vodu nazýváme „mrtvá“ voda. Nenechte se ale zmást názvem: tato voda má vynikající dezinfekční vlastnosti a užívá se při nejrůznějších infekčních onemocněních. „Živá“ voda je alkalická, pomáhá při zvýšené kyselosti organismu, například žaludku, a normalizuje přebytečný záporný náboj těla.

Varování: Působením elektrického proudu se každý kov okysličuje a vylučuje ionty svého prvku. Anoda by měla být v nejlepším případě z čistého grafitu; v opačném případě bude organismus kromě vody nasycen také přebytečnými ionty.

„Živá“ i „mrtvá“ voda se hodí k užití při různých procedurách - můžete z nich dělat klystýry, kloktadla nebo výplach vaginy. Při léčbě ženských onemocnění jsou použitelné oba druhy vody.

Jako první použijte „mrtvou“ vodu, protože organismus dobře okyseluje, ničí hnilobné procesy a obnovuje zdraví. Až se zbavíte infekce, užívejte „živou“ vodu, jež léčí a obnovuje sliznici vnitřních orgánů.

Při gynekologických obtížích si třikrát až pětkrát denně proplachujte vaginu „mrtvou“ a na konci dne jedenkrát „živou“ vodou.

Obdobným způsobem použijte obě vody k přípravě klystýrů: při disbakterióze dejte přednost „mrtvé“ vodě. Nejprve si dva až tři dny denně zavádějte po jednom klystýru z „mrtvé“ vody a poté jeden až dva dny po jednom klystýru ze „živé“ vody; celý proces můžete několikrát zopakovat.

Obdobný postup platí i při zánětu tlustého střeva. „Živou“ i „mrtvou“ vodu můžete dlouho skladovat, aniž by ztratila část svých kouzelných vlastností. Přístroj na výrobu obou druhů vody se dá koupit v lékárně.

Levitovaná voda

Pokud je voda uchovávána v nádobách, má určitý objem, jenž si můžeme představit jako hmotu v několika vrstvách. Je-li však voda rozlita na povrchu, představuje plochu, přičemž čím je rozlehlejší, tím jsou větší energetické možnosti vody. Pokud vodu prostě jen promícháme, zvětšíme plochu - jedna vrstva vody klouže po druhé, ta zase po třetí a tak dále. Takto energeticky nasycená voda se v přírodě vyskytuje jen zřídka, například v horských potůčcích.

Podle soudobých vědeckých výzkumů napomáhá levitovaná voda normalizaci látkové výměny a dokáže proniknout i do pórovitého prostředí. U pacientů léčených levitovanou

vodou. Už po šesti týdnech zlepšily výsledky krevních testů. Denně přijímali půldruhého litru takto upravené vody.

Můžete si ji připravit i v domácích podmínkách - dvacet až čtyřicet vteřin ji zpracovávejte v mixéru a měňte přitom rychlost otáček.

Křemenová voda

Léčivé vlastnosti křemene se začaly využívat teprve nedávno, ačkoli už naši předkové před mnoha lety věděli, že z něj získají lepší vodu, a tak obkládali dna studen křemenem. Nejčastěji používali Černý křemen, který je schopen přeměnit i starou a zkaženou vodu na pitnou.

Do třilitrové až pětilitrové skleněné nádoby (neuškodí ani desetilitrová) nalijte vodu, kterou běžně užíváte, a postavte ji na místo, kde je hodně světla; ovšem bez přímého dopadu slunečních paprsků. Na její dno položte kousek křemíku (jakýkoliv najdete), nádobu zakryjte, omotejte obinadlem a nechte uležet.

Po dvou až třech dnech je křemenová voda hotová k užití. Můžete ji pít jen tak, ale lepší je, když ji ještě povaříte, ochladíte a poté do ní položíte kus křemene.

Možná brzy poznáte, že se po ní cítíte lépe: zvyšuje totiž obranyschopnost organismu, upravuje fungování trávicího ústrojí a normalizuje látkovou výměnu. Křemenová voda podporuje hojení ranek na kůži a v ústech a rovněž zastavuje krvácivost dásní. V neposlední řadě láhev s křemenovou vodou zlepšuje v pokojí vzduch.

Při léčbě rozličných nemocí používejte hodně léčivých bylin: skvěle doplní komplexní léčbu, jež se skládá z detoxikace organismu, hladovění, urino terapie a správné výživy. Níže uvádím některé údaje nezbytné k tomu, abyste správně využili všechny recepty v knize a dozvěděli se spoustu užitečných rad, například jak sbírat, sušit a uchovávat byliny, jaké existují rostlinné léky *fytopřípravky*, a jakou mají váhovou hodnotu.

Obecné údaje o léčebných rostlinách

Obecně platí, že léčivé rostliny jsou nejučinnější, pokud se sbírají v suchém a jasném počasí. Sbírejte bylinky (se

stéblem a listy) a jejich květy v době největšího rozkvětu, kořeny na podzim nebo na jaře a plody tehdy, když uzrají.

Většina rostlin se má sušit na temném, ale vzdušném místě. Kořeny před sušením důkladně promyjte pod tekoucí vodou a podélně rozřízněte. Vysušené suroviny nasypete do papírového obalu a uchovávejte na suchém místě.

Zvláštní pozornost je třeba věnovat přípravě, sušení a skladování jedovatých rostlin: musíte být nanejvýš opatrní a řídit se všemi pravidly manipulace s toxickými látkami.

Druhy rostlinných léků

Léčivé rostliny se mohou jako léčebný rostlinný přípravek užívat čerstvé i zpracované.

Mast je měkký léčebný prostředek k zevnímu upotřebení. Tvoří ji dva typy komponentů: základ, zpravidla nějaký tuk, a přírodní lék v podobě prášku, který je v tuku či jiném základu rozmíchán. Oba komponenty musí být v předepsaném poměru a mast se připravuje podle konkrétního receptu.

Odparje léčivá tekutina, která se získá zalitím bylinných surovin vroucí vodou v termosce nebo ve vychladlé troubě a nechá se odstát po dobu uvedenou v receptu. Poté se scedí!

Výtažek je rovněž tekutý, používá se studený i horký. *Horký výtažek (nálev)* připravíte tak, že uvedené množství sušených rostlin zalijete určitým množstvím vařící vody (je uvedeno v receptu). Necháte chvíli vřít (asi patnáct minut) v uzavřené nádobce, károu dáte do kastrolu s vodou. Poté dáte na čtyřicet pět minut (přibližně) odstát a scedíte, nejlépe přes dvojitou vrstvu gázy.

Připravujete-li *studený výtažek (výluh)*, rozmělněné sušené bylinky zalijete uvedeným množstvím **převařené** vody o pokojové teplotě. Nechte nějakou dobu odstát - zpravidla osm hodin anebo po dobu uvedenou v receptu a poté **scedte**. Výtažek se užívá chlazený, a proto se uchovává v **lednici**, ovšem ne déle než tři až **čtyři** dny, neboť ztrácí své léčebné vlastnosti. Před upotřebením vždy protřepel

Tinktura je tekutý léčebný **roztok**, který zpravidla obsahuje alkohol. Jeho základní složkou je smíšený roztok vody a lihu,

do nějž se přidávají aktivní prvky z rostlinných surovin, například sušených léčivých rostlin. Tinktury se prodávají v lékárnách, ale můžete si je připravit i v domácích podmínkách namáčením: rozmělněné sušené byliny zalijte lihem nebo lihovým roztokem (poměr je uveden u konkrétního receptu), směs uzavřete a nechte odstát asi sedm až deset dní na temném místě; občas jej protřepejte. Po uplynutí doby nezbytné k odmočení tinkturu scedte a postavte na dva až tři týdny do lednice. Nakonec ji přefiltrujte, neprodyšně uzavřete v lahvičce a uchovávejte v temném a chladném místě (neměly by tam dopadat sluneční paprsky a obecně platí: čím méně světla, tím lépe).

Odvar je tekutý lék z rostlin získaný varem, který si snadno připravíte sami. Rozmělněné bylinky zalijte vařící vodou v uvedeném objemu, slijte do nádoby, uzavřete, vložte do další nádoby nebo do kastrolu s vodou a nechte asi dvacet až třicet minut chladit. Poté je nechte na dalších deset minut odstát při pokojové teplotě a nakonec scedte přes sítko či dvojitou gázu. Odvary se dají uchovávat v lednici, ale ne déle než tři až čtyři dny. Před upotřebením vždy důkladně protřepte.

Prášek je lék v pevné formě, jenž se dá užívat vnitřně i zevně. Jeho příprava je velmi jednoduchá: usušené bylinky rozmělníte nadrobno, až vznikne drobná drť - prášek. Můžete jej připravit z jedné bylinky anebo nadrtit bylinkovou směs z více druhů.

Čerstvá šťáva je přírodní lék, jehož příprava je rovněž jednoduchá: vymačkáte nebo vylisujete šťávu z čerstvého ovoce a použijete ji samostatně nebo ve směsi s jinou. Pije se ve stejném množství jako tinktura, může se uchovávat, ale ne dlouho. Do šťávy je možné přidávat dvacetiprocentní lihový roztok.

Extrakt je koncentrovaný výtažek z rostlin. Extrakty se mohou lišit: dělí se na řídké čili ředěné v poměru 1:1 s etylovým lihem, husté anebo suché a získávají se s pomocí vodních nebo lihových rozpouštědel. V domácích podmínkách si můžete extrakt připravit odpařováním výluhů či odvarů v uzavřené nádobě, nejčastěji do poloviny původního objemu. Může

se připravit i z tinktury, když se odpaří lih. Extrakty mají vyšší trvanlivost než výluhy a odvary a užívají se jen po kapkách.

Elixír je smíšená tekutá forma léku, sestávající z extraktu nebo tinktury, případně smíchaná s jinými léčebnými preparáty.

Emulze je směs dvou léčebných nemísitelných tekutin, v níž je jedna jemně rozptýlena ve druhé v podobě maličkých kapek

Podle lidové medicíny platí pravidlo: na každých dvacet kilogramů hmotnosti nemocného se bere jedna polévková lžíce bylinek a jedna sklenice vody. Pokud pacient váží například Šedesát kilogramů, používají se k přípravě odvaru nebo jiného léčebného nápoje tři polévkové lžíce bylinek na tři sklenice vody.

Pokud sbíráte bylinky postupně, připravíte léčebný nápoj následovně. Dejme tomu, že bylinkovou směs tvoří tři díly třezalky, dva díly máty a jeden díl meduňky. Pokud má jedna část hmotnost třicet gramů, směs by měla obsahovat devadesát gramů třezalky, šedesát gramů máty a třicet gramů meduňky.

Léčebné procedury

Mnohé léčebné procedury, jejichž základem jsou bylinky a rostlinné léčebné přírodní prostředky, můžete provádět v domácích podmínkách.

Inhalace

Představuje způsob, jak do organismu vpravit léčebné prostředky nebo biologicky aktivní prvky spolu s proudem vdechovaného vzduchu. Můžete inhalovat z profylaktických důvodů, ale procedura se hodí i jako součást komplexního léčení, například při akutních a chronických onemocněních horních cest dýchacích, plic a průdušek.

Obklad

Použijte gázu nebo jinou tkaninu, případně i vatou, papír nebo nepromokavou plenu. Vezměte gázu s odpovídající šířkou a složte ji dvakrát anebo i vícekrát, tak získáte vícevrstvý obklad. Namočte jej v horkém výtažku nebo odvaru, mírně vyždímejte a přiložte na bolavé místo. Navrch přiložte nepromokavý papír, vatovou vrstvu a omotejte vše suchým obinadlem. Jakmile obklad vyschne, vyměňte jej za nový.

Tampon

Tato léčebná procedura působí obdobně jako obklad. Spočívá v tom, že několikrát přeložíte kousek gázy, smočíte v léčebném roztoku, vyždímáte a přiložíte na nemocnou část těla. Měňte každé dvě až tři minuty, neboť tampon má účinek jen čerstvý.

Horký obklad

Léčebný efekt této procedury spočívá v dlouhodobém prohřívání nemocných částí těla. Ty se dají například posypat ohřátým práškem anebo potřít kasičkou z léčivých bylin a jiných prostředků. Nejčastěji se k přípravě horkého obkladu používají listy, květy nebo stébla bylinek. Syrové rostliny dobře rozmělněte, zabalte do gázy, ponořte na jednu až tři minuty do vařícího léčebného roztoku a přiložte na nemocné místo. Nechte obklad působit, dokud nevychladne, pak jej sundejte a na nemocné místo přiložte suchou vatu, již převážete obinadlem. Opakuje se několikrát za den.

Hmotnost některých léčivých rostlin

(Uvedená hmotnost není absolutní a měl bychom počítat s odchylnou plus minus 0,9 gramu na polévkovou lžičku a 0,2 gramu na čajovou lžičku - pozn. aut.)

| Název byliny či rostlinné suroviny | Polévková lžičce, v gramech | Čajová lžičce, v gramech |
|------------------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Anýz, semena | 11,6 | 3,2 |
| Bezinka, květy | 3,9 | 4,5 |
| Bezinka, plody | 15,0 | 5,3 |
| Borůvka, listy | 1,4 | 0,5 |
| Borovice, pupeny | 3,7 | 1,6 |
| Bříza, listy | 1,2 | 0,3 |
| Bříza, pupeny | 11,5 | 0,8 |
| Dobromysl obecná, stvol | 2,8 | 0,9 |
| Dubová kůra | 6,0 | 2,5 |

| | | |
|------------------------------|------|-----|
| Dvouzubec trojdílný | 5,5 | 1,5 |
| Eukalypt, 10 listů | 2,5 | 4,5 |
| Fenykl, semena 8,8 | 2,7 | |
| Granát, kůra | 8,5 | 3,5 |
| Heřmánek, stvol | 3,4 | 1,1 |
| Hloh květy | 3,0 | 0,5 |
| Hloh plody | 16,5 | 5,7 |
| Hruštička okrouhlostá, listy | 1,8 | 0,8 |
| Chmel, šištica | 1,0 | 0,3 |
| Jahoda lesní, listy | 2,0 | 0,8 |
| Jalovec, plody | 7,8 | 2,0 |
| Jeřabina, plody | 9,5 | 3,2 |
| Jetel luční, květy | 1,7 | 0,7 |
| Jitrocel, list | 1,2 | 0,3 |
| Kmín, semena | 9,6 | 3,3 |
| Komonice lékařská, stvol | 2,2 | 0,9 |
| Kopr zahradní, semena | 5,1 | 2,2 |
| Kopřiva dvoudomá, stvol | 2,5 | 0,6 |
| Koriandr | 8,0 | 2,9 |
| Kozlík, kořen | 8,0 | 3,0 |
| Krvavec toten | 7,0 | 2,8 |
| Lipový květ | 0,9 | 0,4 |
| Lnice květel | 3,0 | 0,8 |
| Ľobuch, kořen | 11,5 | 4,0 |
| Malina, listy | 1,7 | 0,8 |
| Mateřídouška stvol | 1,5 | 0,8 |
| Máta peprná, listy | 2,7 | 0,8 |
| Medvědice lékařská, list | 7,6 | 2,2 |
| Měsíček, květy | 2,3 | 1,0 |
| man pravý | 11,8 | 4,1 |

| | | |
|-----------------------------|------|-----|
| Oves, zrno | 14,0 | 5,2 |
| Pampeliška, kořen | 11,6 | 4,1 |
| Pampeliška, stvol | 2,6 | 0,5 |
| Pastilší tobolka. stvol | 3,1 | 1,0 |
| Peľvněk stvol | 2,5 | 0,8 |
| Peřezel listopad | 1,7 | 0,6 |
| Podběľ, listy | 1,4 | 0,5 |
| Protěž hařinná. stvol | 1,5 | 0,8 |
| Přeslička rotní, stvol | 1,1 | 0,6 |
| Puškvorec. kořen | 5,3 | 2,3 |
| Rakvtník (obľepicha), plody | 14,0 | 5,0 |
| Rdesno hadí kořen | 13,3 | 6,0 |
| Rojovník. větvičky | 3,8 | 1,2 |
| Rebřiček, stvol | 2,8 | 0,9 |
| Řepík lékařský | 2,7 | 1,0 |
| Řečelák kúra | 5,0 | 1,8 |
| Sml písečný květy | 1,5 | 0,8 |
| Srdečník. stvol | 5,0 | 1,4 |
| třemcha ploc | 12,0 | 4,6 |
| alvěj. stvol | 3,4 | 1,1 |
| Šípek hnědý, plody | 15,5 | 4,5 |
| Truskavec, stvol | 3,8 | 1,4 |
| Truskavec ptačí | 1,8 | 0,8 |
| Třezalka. stvol | 5,0 | 1,5 |
| Vachra trojlistá, listy | 2,5 | 0,8 |
| Vtoika trojbarevná. stvol | 3,4 | 1,2 |
| Vlaštovičník listy | 1,2 | 0,5 |
| Vrarič obecný, květy | 4,2 | 1,3 |
| Vrbovka úzkolistá, stvol | 2,1 | 0,5 |

Část druhá

Recepty a rady, jak léčit konkrétní nemoci

A

ADENOM PŘEDSTOJNÉ ŽLÁZY (PROSTATY)

čínak také hypertrofie předstojné žlázy; onemocnění často postihuje muže nad padesát ažšedesát let. Je pro ně charakteristické zbytnění prostaty, i když se zvětšuje nikoliv sama předstojná žláza. nýbrž žlázy močového kanálu, z jejichž epitelu se vyvine nezhoubný nádor - adenom.

Symptomy. Pacienta trápí časté nutkání na močení, doprovázené nedostatečným vylučováním moči, snižuje se jeho pohlavní potence a má narušený spánek. Adenom se postupně zvětšuje a v močovém měchýři zůstává moč, později může vyústit v zánětlivé onemocnění ledvin nebo chorobné zadržování moči.

Příčina vzniku

Narušené spojení mezi žlázami s vnitřní sekrecí vyvolané celkovým oslabením organismu a porucha hormonální funkce varlat a prostaty, k němuž nezbytně dochází s narůstajícím věkem.

Rady a doporučení na léčení

- Očista tlustého střeva
- Očista jater
- Očista ledvin
- Aktivní životní režim, pohybová aktivita
- Včasná léčba zácpy
- Pacient nesmí překonávat nutkání na močení
- Pití dostatečného množství tekutin během dne
- Vyloučení ostrých a kořeněných jídel z jídelníčku, poslední příjem potravy a tekutin dvě až tři hodiny před spánkem
 - Vyloučení alkoholických nápojů
 - Užívání „živé“ a „mrtvé“ vody
 - Urinoterapie

Recepty

Pitná kúra. Pacient *popijí* v průběhu pěti až deseti dnů čtyřikrát denně půl sklenice „živé“ vody vždy půl hodiny

průběh jídlu. Po třech až čtyřech dnech začne organismus vylučovat hleny a nutkání na močení se oslabí; postupně se vytratí i benigní nádor.

Osiková tinktura. Vezměte sto gramů sušené osikové kůry (můžete ji usušit libovolným způsobem, ale nikoli na přímém slunci), rozmělněte ji na malé kousíčky o délce tří až čtyř milimetrů, nasypete do skleněné půllitrové láhve a zalijte dvěma sty mililitry vodky, aby byla zcela namočená. Pokud tomu tak není, můžete kůru upěchovat dřevěnou hůlkou. Láhev neprodyšně uzavřete víčkem a na dva týdny postavte na temné místo. Získáte hodnotnou tinkturu, kterou ovšem musíte nejprve scedit, kůru vyždímat a tekutinu odlít do jiné nádoby. Získané množství vystačí na dva až dva a půl měsíce za předpokladu, že se pacient léčí pravidelně. Dvacet kapek osikové tinktury rozřeďte v patnácti až dvaceti mililitrech vody a užívejte třikrát denně před jídlem. Není vhodné dělat v léčbě dlouhé přestávky.

Léčba čemeřicí. Rostlina čemeřice kavkazská (*helleborus caucasicus*) má silné protirakovinné vlastnosti. Z rostlin utřete prášek, padesát gramů si naberte do úst a zapijte teplou vodou. Je třeba užívat každý den ráno hodinu až dvě před jídlem na lačný žaludek. Léčba trvá jeden až šest měsíců, někdy až dvanáct měsíců. Z profylaktických důvodů je možné kůru s čemeřicí opakovat dvakrát do roka v délce jednoho měsíce, vždy na jaře a na podzim.

Urinoterapie. K léčbě adenomu předstojné žlázy je vhodná urinoterapie, neboť urina je nasycena všemi nozódami, které nemoc v organismu vytvářejí. Je to velkolepý léčebný materiál, jež nám k uzdravení dodala sama příroda. Nozoda adenomu prostaty v daném případě přímo ovlivňuje průběh nemoci.

Balzám Gerasimova. Zmírní průběh nemoci a v některých případech ji zcela vyléčí. Balzám Gerasimova si připravíte tím, že vezměte půllitru roztáté vody, půllitru vodky, půllitru

medu, dvě stě gramů ořechů, jež dozrály do mléčně-voskové barvy, a dvě stě gramů propolisu.

Ořechy jsou nejhodnotnější, nasbíráte-li je za úplňku - obsahují totiž hodně jódu a dalších mikroelementů. Důkladně je nasekejte nožem na malé kousíčky nebo umelte v mlýnku na maso. Propolis jemně nakrouhejte nožem a pak všechno nasypete do třílitrové skleněné lahve. Zalijte čerstvým květinovým medem, vodou a vodkou a postavte na temné, ale teplé místo (teplota by se měla pohybovat od třiceti pěti stupňů Celsia do čtyřiceti stupňů Celsia). Při vyšších teplotách se ničí enzymy a při nižších se zpomaluje proces fermentace. Balzám nechte vyluhovat od tří do šesti měsíců a užívejte jednu čajovou lžici před jídlem, celkem třikrát denně.

AFTY

Drobné vřidky na sliznici dutiny ústní

Zpravidla se vyskytují na špičce jazyka a po jeho krajích, řídceji na dásních a pod jazykem; zcela výjimečně pak v hrtanu. Jde o drobné puchýřky naplněné průzračnou tekutinou, které někdy praskají a způsobují nemocnému bolest. Afty se mohou objevit jako samostatné onemocnění i jako doprovodný jev při jiné akutní nemoci, zejména žaludeční nebo střevní.

Rady a doporučení na Učení

- Pročistěte si tlusté střevo, protože afty nezřídka vznikají jako komplikace onemocnění žaludku nebo střev.
- Proveďte očistu jater.
- Proplachujte si ústa dezinfekčním prostředkem, zejména takovým, jenž má schopnost afty „vypalovat“.

Recepty

Urinové léčení. Proplachujte si ústa čerstvou urinou v průběhu půl až dvou minut. Je-li ústní sliznice silně zasažená, přidejte ještě průplach urinou, odpařenou na půl až čtvrt původního objemu. Při urinové léčbě pozměňte jídelníček. zejména vypusťte slaná jídla a omezte konzumaci bílkovin.

Kloktadlo z proskurníku. Vezměte hrst vrcholků a listů proskurníku lékařského (althaea officinalis), nasypte je do termosky a přelijte vařící roztátou vodou. Nechte roztok šest až osm hodin vyluhovat a několikrát za den si s ním opláchněte ústa.

AKNÉ

Kožní onemocnění charakterizované zánětem mazových žláz, lidově také trudovitost nebo uhry. Projevuje se vyrážkou různého druhu a na různých místech těla.

Akné je často doprovodným jevem při dospívání a pohlavním zrání, v tomto případě se lokalizuje zejména na obličeji, hrudníku a horní části zad. Příznaky jsou různorodé, od jednoduchých komedonů, tedy ucpaných mazových žláz vypadajících jako černé tečky, až po rozsáhlejší hnisavé a jizvící projevy, v ojedinělých případech i zatvrdlinky dorůstající do velikosti hrášku. Akné způsobuje vícero příčin, mezi nimiž jsou na předních místech hormonální poruchy, infekce i dědičná náchylnost.

Oproti obecnému povědomí trpí nemocí akné často i dospělí, v tomto případě jde nejčastěji o narůžovělé až načervenalé, někdy hnisavé uhříky. Postihuje nejčastěji ženy nad čtyřicet let.

Nezřídka se stane, že nemocnému vyskočí vyrážka jako reakce na některé prvky, například ropné produkty nebo léky obsahující brom a jód či na hormonální preparáty.

Ruda a doporučení na Učení

- Proveďte důkladnou očistu střev.
- Pročistěte si játra.
- Z jídelníčku vylučte produkty s vysokým obsahem sacharidů.
- Dodržujte mléčnou a rostlinnou dietu.

Recepty

Urinová léčba. Pravidelně se umývejte svou vlastní ranní teplou urinou, protože má lepší očistné účinky než voda

- odstraňuje špínu, tuky, zbytky potu a zrohovatělé pokožky a kromě toho kůži nasytí minerálními látkami. Nechte urinou chvíli působit na pokožce a poté se opláchněte studenou vodou. Léčba je speciálně vhodná pro osoby se suchou pokožkou.

Teplota vody na mytí musí být akorát, ani příliš teplá, ani příliš studená. Kůže také nemá ráda moc mýdlo, protože ji vysušuje - namydlení těla jednou týdně úplně stačí. Urinou se můžete mýt častěji, neboť pokožku zvlhčuje, ochraňuje a dělá ji elastickou.

Mastná pleť. Časté mytí mýdlem je vhodné jen pro osoby s mastnou pleť, protože má vysušující účinek. Dvakrát denně si namydlete obličej a další postižená místa, ráno je opláchněte studenou vodou, která osvěžuje, a navečer kombinujte studenou a teplou vodu, neboť uklidňuje a stimuluje cévy.

Černé uhry. Pokud na pokožce pozorujete černé uhlíky, doporučuji umývání obličeje měkkou houbičkou nebo vatovým tamponem, jež vytvoří bohatou pěnu. Obličej důkladně pročistěte mýdlovou pěnou, opláchněte a podle možnosti potřete odpařenou urinou.

Normální pleť. Umývejte si obličej a jiná postižená místa dvakrát denně, ale mýdlem pouze jednou, a to večer, aby se obnovily přirozené ochranné vlastnosti kůže.

Komplexní léčba. Nejlepší léčebný efekt přináší omývání postižených míst urinou a **urinové** hladovění – taková léčba podporuje silnou detoxikaci organismu a potlačuje uhry. Jejich výskyt v podstatě signalizuje, že člověk má znečištěnou krev a toxiny vyvěrají kůží ven.

Někteří čtenáři napsali, že se zbavili **červených** uhříků **každodenním** omýváním pleti čerstvou teplou **urinou**. **Červené uhříky** totiž znamenají, že kůže ztratila své přirozené ochranné vlastnosti a vytvořilo se hnilobné prostředí. liti- na tyto schopnosti **kůže** obnovuje, zvyšuje její kyselost a to mnohdy stačí k úplnému vyléčení.

ALERGIE

Alergie je zvýšená citlivost organismu na některé faktory z okolího prostředí, jimž se říká alergeny. Mohou jimi být chemické prvky, mikroby nebo produkty jejich životní činnosti, určité potraviny, pyl některých rostlin a další. Alergie se vždy projevuje individuálně a má každého pacienta jiný průběh.

Mezi alergická onemocnění se řadí bronchiální astma, kopřivka, alergická rýma, dermatitida, přecitlivělost na některé léky, jejich složky či potraviny a alergická artritida. Mezi faktory, jež riziko vzniku alergie zvyšují, patří například funkční poruchy nervové a endokrinní soustavy, úraz mozku, negativní emoce či zhoršení činnosti nadledvinek.

Prvním krokem v léčbě znamená přesně zjistit alergen a zamezit kontakt s ním a dále systematicky otužovat a trénovat organismus, aby byl vůči vnějším vlivům a působení alergenů odolný.

Rady a doporučení na léčení

- Proveďte očistu střevního traktu obyčejnou a odpařenou urinou.
- Proveďte očistu jater.
- Upravte jídelníček - to je velmi důležité, protože při nesprávném stravování se žlučovody zaplní zhuštěnou žlučí a žlučovými kameny a to rovněž způsobuje alergii.
- Zařaďte do denního menu hodně ovoce, zeleniny, kaší, celozrnného chleba, ořechů a sušených meruněk.
- Pokud můžete, praktikujte hladovění a urinoterapii.
- Pravidelně provádějte komplexní detoxikaci organismu.

Recepty

- Před spaním si namažte nemocná a postižená místa „mrtvou“ urinou, minimálně dva týdny odstátou; nesmývejte ji však a nechte chvíli působit. Začne-li trochu štípat, překonejte to, protože uzdravení nastává do pěti až sedmi dnů.
- Během tří měsíců se potírejte Čerstvou urinou a poté po dobu jednoho a půl měsíce odpařenou na čtvrtinu objemu (asi padesát mililitrů).

- Každé ráno ve čtyři hodiny vypijte sto padesát mililitrů uriny.

- Přikládejte si na hlavu obklady z čerstvé uriny, alespoň každý druhý den.

- Doporučuji urinové koupele nohou nebo potírání chodidel urinou; proceduru opakujte alespoň desetkrát.

Pelyňková léčba. Jednu čajovou lžičku suchého pelyňku spařte ve čtvrtině litru vroucí vody, nechte deset minut vychladnout, sceďte a popíjejte jeden šálek třikrát denně. Pelyňkový čaj zbavuje hlístů a dalších mikroorganismů, které způsobují alergie.

Léčba čemeřicí. Každý den v pět hodin ráno polkněte čtvrt malé lžičky prášku z čemeřice kavkazské a zapijte sklenicí vody. V léčbě pokračujte po dobu od jednoho do šesti týdnů, někdy i déle. Čemeřice má výbornou očištnou schopnost a obzvlášť dobře působí na játra. Pro lepší vylučování toxinů a škodlivin doporučuji pít ráno a večer horkou převařenou vodu v množství, jež je individuální: někomu vyhovuje jedna sklenice a jiný zvládne i půllitru.

ANGÍNA

Akutní infekční onemocnění, které doprovází zduření patrových mandlí; nejčastěji je způsobuje streptokok.

Nemoc se rozvine zejména při podchlazení organismu a při chronickém zánětu krčních mandlí (*tonzilitidě*).

Nejlehčí formu představuje *katarální angína*. Zpravidla začíná mírným otékáním mandlí, sliznice hltanu zčervená, nemocný pociťuje sucho v krku a později se objeví bolesti při polykání. U dospělých horečka zpravidla nijak prudce nestoupá, ale dětem může vyskočit až nad čtyřicet stupňů Celsia. Onemocnění trvá přibližně *tri* až pět dní.

O něco těžší průběh má *lakunární angína*, při níž jsou všechny projevy *zřetelnější*: teplota se vyšplhá výš než u předchozího typu *angíny* a pacienta silně bolí v krku, bolí ho hlava a cítí se *celý* jakoby rozlámaný a schvácený.

Na mandlích vznikají dutiny neboli krypty (jinak *lakuny*) a v nich se tvoří hnis.

Folikulární angína zpravidla vypukne znenadání: teplota se prudce zvedne na třicet devět až čtyřicet stupňů Celsia a v krku začne nemocného pronikavě bolet. Později mu začne loupat v kostech a v zádech, rozbolí se hlava a dostaví se pocit schvácenosti. Mandle otečou, zčervenají a pokryjí se velkým počtem kulatých nažloutlých teček – to jsou zhněsané folikuly.

Flegmonózní angína představuje hnisavé zánětlivé onemocnění tkání kolem mandlí, které zpravidla doprovázejí vředy. Teplota se zvedá do třiceti devíti až čtyřiceti stupňů Celsia a pacient je vyčerpaný, celkově slabý a trápí ho silná zimnice. Bolest v krku je zpravidla jednostranná a rychle se zvětšuje, někdy až na takovou míru, že pacient takřka nemůže ani polykat či otevřít ústa, takže odmítá přijímat potravu a nápoje.

Při angíně se mohou objevit také komplikace, například nemoci kloubů, ledvin a srdce.

Rady a doporučení na léčení

- Pijte hodně teplých tekutin.
- Proplachujte si krk nebo kloktejte dezinfekční roztoky.
- Proplachujte si hrdlo čerstvou i odpařenou urinou.
- Doporučuji masáž s odpařenou urinou.
- Pročistěte si nos čerstvou urinou.
- Zbavte se chronických ohnisek infekce, jimiž mohou být zkažené zuby nebo zanícené mandle.

Recepty

- Proplachujte si krk odvarem z šeříkových listů anebo z kořenů kuklíku městského (*geum urbanum*) (sbírá se celý kořen s kořenovými výhonky).

- V počátečním stadiu, dokud se nemoc ještě nerozvinula, dá snadno léčit osikovou destičkou. Lehněte si na postel a lehce přitiskněte spodní částí čelisti osikovou destičku k hrudníku. Proceduru provádějte jednu hodinu každý den.

- V průběhu tří až pěti dnů si pětkrát denně vypláchněte krk „mrtvou“ vodou a po každém výplachu vypijte čtvrt sklenice „živé“ vody. Teplota se zpravidla sníží hned první den a třetího dne se pacient cítí zdravý.

- Angínu zpravidla doprovází zvýšená teplota, již je třeba snížit, protože člověka vyčerpává. Vyzkoušejte starodávný recept na snížení horečky: přiložte si urinový obklad na tepny.

Léčba petrolejem. Nemocné mandle potřete očištěným petrolejem. Zkuste kloktat petrolej: naberte do úst trochu čisté tekutiny, ale jen maličké množství nepřesahující jednu čajovou lžičku, chvíli kloktejte a pak vše vyplivněte. Opakujte několikrát za den.

Urinové kloktání Velmi vhodná je sanace dutiny ústní a mandlí svěží urinou: kloktejte a proplachujte si s ní ústa a krk v průběhu půl minuty až dvou minut. Je-li sliznice dutiny ústní zřetelně zasažená nemocí a mandle silně hnisají, zejména při folikulární angíně, musíte nejprve minutu kloktat čerstvou urinou a poté chvíli odpařenou, jež vyvřela na polovinu, a dokonce až čtvrtinu původního objemu; ovšem jen v případě, že jste změnili jídelníček a vaše urina není přesycena solemi. Urinu si můžete odpařit do zásoby a uchovávat v lednici v nádobě, z níž před procedurou odlijete asi padesát mililitrů a rozehřejete na teplotu čerstvě nadojeného mléka.

Lék z osikové kůry spolehlivě hubí streptokoky, časté původce angíny. Připravte si osikový odvar: vezměte kůru stromu o tloušťce asi dva až tři centimetry a zalijte ji horkou vodou v poměru dvě třetiny kůry a třetina vody. Patnáct minut povařte, pak nechte odstát a hotovým odvarem si propláchněte hrdlo. Pokud neseženete osikovou kůru, podobné vlastnosti má jívová.

Péče o nosohltan. Minimálně jednou nebo dvakrát denně čistěte nosohltan. Můžete použít i urinou, avšak je-li **slaná**, **je** třeba ji ředit teplou vodou, protože by mohla **nosohltan**

podráždit. Vyzkoušejte různé typy odpařené uriny: poloviční, třetinovou a čtvrtinovou.

Pití uriny. Vypijte najednou padesát až sto mililitrů uriny, aby rychle proskočila do žaludku. Pokud to nedokážete, usrkněte si lichý počet doušků. Organismus se zvýšenou teplotou produkuje koncentrovanou urinu, jež není příjemná na pití. Její skladba se dá vylepšit, budete-li hojně pít roztátou nebo vařící vodu a také bylinkové čaje.

Kloktání šťávy z červené řepy je velmi účinné: nalijte ji do sklenice, přidejte jednu polévkovou lžici octa (ale nikoli kyseliny octové) a důkladně rozmíchejte. Získáte kvalitní přírodní kloktadlo, jež můžete užívat i pětkrát až šestkrát denně, dokud nedosáhnete úplného vyléčení. Šťávu nepolykejte, po vykloktání ihned vyplivněte.

Tinktura z aloe. Je dalším osvědčeným prostředkem při angíně. Do skleněné půllitrové nádoby nakrájejte listy aloe (asi do poloviny) a posypte pískovým cukrem. Nádobu neprodyšně uzavřete a víko ovažte obinadlem a nechte odstát tři dny. Poté ji otevřete, dolijte až po povrch vodkou, znovu uzavřete, ovažte obinadlem a nechte uležet další tři dny. Nakonec nádobku otevřete, proced'te a konzumujte; správně připravená tinktura je hořkosladká s výraznou chutí. Užívejte jednu polévkovou lžici třikrát denně před jídlem, dětem podávejte jednu čajovou lžičku třikrát denně před jídlem.

ANGINA PECTORIS

Ischemická choroba srdeční, projevující se typickou bolestí na hrudníku, stenokardií. Nemocného trápí záchvaty bolesti uprostřed anebo na levé straně hrudního koše, která může mít tlakový či tlakový charakter a někdy vyzařuje do čelisti nebo do horních končetin.

Pacient přitom prožívá strach a je celkově slabý a malátný. Záchvat může vypuknout při fyzickém přetížení a neklidu, **trvá** v klidovém stavu a trvá zpravidla několik minut.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte organismus a proveďte jeho detoxikaci, aby se upravil oběh energií v energoinformačním poli, vylepšila funkčnost srdeční čakry a rozpustila ucpání v krevním řečišti.
- Dodržujte přísnou dietu s omezeným přísunem potravin obsahujících cholesterol.
- Dbejte na dostatek pohybové aktivity, ale cvičte či sportujte s mírou.
- Preventivně provádějte ozdravné hladové kúry.

Recepty

Urinová léčba. Nejprve si pročistěte střeva a poté začněte vnitřně užívat urinu v objemu padesát až sto mililitrů dvakrát až třikrát denně, vždy lichý počet doušků. Urina obsahuje prvky, jež stimulují srdeční sval a rozpouštějí tromby v krevní soustavě. Kromě toho si masírujte tělo a potírejte je urinou.

Příklad. Pacient, muž ve věku padesát tři let, trpěl silnou stenokardií po prodělaném infarktu myokardu. Přistoupil k urinové léčbě na základě mých doporučení: několikrát si pročistil tlusté střevo a dvakrát játra a k tomu pil urinu a potíral si s ní tělo. Jeho zdravotní stav se brzy zlepšil, zbavil se vleklé zácpy, posílily se mu ruce a zlepšila potence. Po čtyřech měsících ustaly i bolesti v hrudním koši.

Léčebné bylinkové směsi při angíně pectoris

1. Máta peprná, listy - 30 gramů
Srdečník, bylinky - 30 gramů
Kozlík, kořínky - 20 gramů
Chmel, šišťice - 20 gramů
Pijte půl sklenice výtažku třikrát denně.
2. Kozlík, kořínky - 30 gramů
Srdečník, listy - 30 gramů
Řebříček, bylinky - 20 gramů
Anýz, plody - 20 gramů

Pocítíte-li bolesti u srdce, vypijte čtvrt až třetinu sklenice výtažku na lačný žaludek a později ještě jednou nebo dvakrát **zopakujte.**

ARTRITIDA

Pod tímto názvem se skrývá více nemocí kloubů, zpravidla bakteriálního původu. V některých případech se artritida objeví jako následek poruchy vyživování kloubů.

Artritida je samostatné nemocnění, ovšem může se vyvinout i jako doprovodný jev při jiné nemoci. Artritidu signalizují bolesti, zčervenání a otékání bolavých míst, deformace kloubů a jejich funkční poruchy, omezená pohyblivost a lokální zvýšení teploty (často zteplá kůže nad kloubem), v některých případech vypukne celková horečka. Postižení jednoho kloubu se nazývá *monoartritida*, více kloubů *polyartritida*.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte tlusté střevo a játra.
- Proveďte celkovou detoxikaci organismu a zbavte se přebytku solí pomocí bobkového listu.
- Změňte stravovací návyky: přejděte na vegetariánskou dietu, proveďte léčebné hladovění a vařte vše z **roztáté vody**.
- Potírejte si klouby přírodními přípravky a výtažky, jež napomáhají rozpouštění solí.
- Rozhodně doporučuji chození do páry a kromě toho si doma pravidelně připravujte horké koupele, po nichž si namažte nemocná místa olivovým olejem nebo roztaveným máslem.
- Vyzkoušejte různé metody urinoterapie.
- Proveďte kúru ozdravného hladovění.
- Využívejte prostředky lidové medicíny.

Recepty

Směs na potírání kůže. Při usazování solí si do kůže vtírejte **prostředek**, jen by měl mít **rozpouštěcí, rozehřívající** a **změkčující** vlastnosti.

Do půllitrové láhve položte kousek **kafru** o **velikosti** jedné čtvrtiny kostky cukru (kafr rozpouští), **nalijte** na něj sto padesát mililitrů **terpentýnu** (má schopnost ohřívát), sto **padesát mililitrů** olivového oleje (**změkčuje**) a sto padesát mililitrů **sedmdesátiprocentního lihu** (rovněž **rozehřívá**

a má schopnost proniknout do těla kůží). Směs promichejte a nanásejte ji před spaním na bolavá místa. Vždy dobře rozetřete (takřka do sucha) a klouby poté zabalte do vlněné látky, neboť dobře uchovává teplo, což je velmi důležité, protože se tak aktivuje proces rozpouštění solí. Nezapomeňte směs před upotřebením vždy důkladně protřepat.

Léčba pampeliškou. Při bolestech v kolenou dobře pomáhá roztok z pampelišky: sto třicet gramů čerstvě utržených kvítků přelijte kolínskou vodou a nechte delší dobu odstát (čtyřicet dní i více), poté jím potřete kolena. Z pampelišek se také dělá tinktura: sedmdesát gramů kvítků přelijte čtyři sty mililitry vodky a dejte vyluhovat.

Namísto pampeliškových kvítků můžete použít květy měsíčku (příprava a užívání je stejné jako v předchozím receptu).

Urinoterapie

- Na zanícené klouby si na noc přikládejte obklady ze staré i odpařené uriny (můžete je střídat). Je vhodné, abyste si bolavá místa předem nahřáli horkou párou. Platí, čím starší usazeniny solí v těle, tím starší by měla být i užívaná urina.

- Provádějte koupele nohou z ohřáté uriny, délka procedury je patnáct až dvacet minut.

- Také pijte několikrát denně čerstvou urinou, stačí **střední** dávka.

Úprava jídelníčku. Vědecky bylo prokázáno, že skladba jídelníčku má také velký vliv na rozvoj artritidy. Vhodnou úpravou jídelníčku a hladověním se zbavíte mnoha **symptomů** nemoci.

Vegetariánská dieta. **Prvních** sedm až **devět** dní popíjejte **zeleninové** vývary a **zeleninové** šťávy, bylinkové **čaje** a jezte česnek. V průběhu druhé etapy, která **trvá** tři a **půl** měsíce, se stravujte pouze vegetariánsky a zcela vyřaďte z jídelníčku maso, vejce, **mléčné výrobky**, rafinované produkty, **citrusové** ovoce, kořeněná jídla, solená jídla a neposlední řadě také

obiloviny a moučné výrobky obsahující lepek. Po čtyřech měsících můžete postupně obnovit konzumaci mléčných výrobků, avšak dopřejete-li si je jednou denně, zcela to stačí.

Rostlinnou dietu dodržujte po celý rok a dbejte, abyste ji zbytečně neporušili. Už za měsíc si všimnete, jak se stav vašich kloubů zlepšuje a zánětlivé onemocnění polevuje. Otoky postupně splasknou, brnění v končetinách ustane a vytratí se i ostatní příznaky onemocnění; a nakonec se dostanete se do stavu, kdy vám už nebudou ztrpčovat život těžké záchvaty artritidy.

Léčba čemeřicí. Každé ráno v pět hodin spolkněte čtvrt malé lžičky prášku z čemeřice a zapijte sklenicí vody. Léčba trvá od jednoho do šesti týdnů, někdy i déle. V průběhu této kúry popíjejte ráno a večer horkou převařenou vodu, jejíž množství zvolte individuálně, od jedné sklenice po půllitru.

Léčba vodou. Třikrát denně před jídlem vypijte půl sklenice „mrtvé“ vody a tento režim opakujte dva až pět dní; uvidíte, že bolesti zakrátko ustanou.

Odvar na rozpouštění solí. Vezměte hrst bobkových listů (asi pět gramů) a pět minut je vyvářejte ve třech stech mililitrech vody. Poté odvar přelijte do termosky a nechte nějakou dobu uležet. Proced'te a malými douškami popíjejte v průběhu dvanácti hodin; nepijte ale všechno najednou, protože by to mohlo vyvolat krvácení. Poté tři dny odpočívejte a čtvrtého dne léčebný postup zopakujte. Soli se v organismu začnou aktivně rozpouštět, klouby budou pohyblivější a bolesti v nich poleví.

Brambory léčí artritidu

- Několik hodin vařte na mírném ohni brambory, poté je rozmělněte přímo ve vodě (aniž byste je vyndali) a bramborovou kašičku pomalu pojídejte během dne.

- Snězte ráno na lačný žaludek jednu syrovou bramboru. Potom uvařte ve slupce jednu nebo dvě brambory tak, aby byly hodně měkké až převařené, a snězte je bez osolení.

- Dále doporučuji, abyste u sebe nosili po celý den jednu syrovou bramboru. Je-li člověk skutečně nemocný, brambo-

ra zčerná, protože dokáže nemoc vsáknout. Po upotřebení ji nejlépe zahrabte hluboko do země tak, aby ani nikdo nemohl náhodně přijít a nakazit se.

ASTMA BRONCHIÁLNÍ

Je to alergické onemocnění, pro něž jsou charakteristické opakované záchvaty dušení. Jde o zúžení průdušek (bronchů), k němuž dochází v důsledku křečovitého stahu svalů v průduškové stěně, doprovázené otékáním sliznice.

Nemoc vyvolává zvýšená citlivost organismu a zejména průduškových tkání na různé prvky a látky, které bývají zpravidla neškodné - alergeny. Astmatický záchvat někdy vypukne i bez bezprostředního podráždění alergenem, například při změnách počasí, zejména prudkém ochlazení, nebo při prožívání negativních emocí.

Při akutním záchvatu by měl nemocný zaujmout polohu vsedě a pobývat v místě s dostatkem čerstvého vzduchu. Dále se osvědčily horké vodní nebo hořčičné koupele rukou a nohou a také masáž srdce měkkou tkaninou, namočenou v roztoku octa se solí, případně masáž horní části těla.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si tlusté střevo klystýrem z čerstvé uriny anebo miniklystýrem s odpařenou urinou.
- Proved'te očistu jater.
- Odstraňte psychologický blok, který spočívá v životním poli.
- Proved'te urinové hladovění.
- Užívejte urinou vnitřně.
- Potírejte si tělo urinou a provádějte urinové masáže.
- Změňte denní jídelníček: vynechejte produkty obsahující škrob a namísto nich začněte jíst sušené ovoce, celozrnný chléb (i sušený) a dušenou zeleninu (bez přidání oleje).
- Vlhké klima astmatikům škodí. Pokud můžete změnit bydliště, přestěhujte se do míst, kde je sušší podnebí.

Recepty

Největší efektivitu dosáhnete, budete-li kombinovat různé metody léčení: hladovění, urinové masáže a potírání těla a k tomu přidáte vnitřní užívání uriny. Urinu pijte i po uzdravení z preventivních důvodů, běhejte a provádějte vodní léčebné procedury.

Příklad 1. Mám dlouholetého kamaráda, jenž trpěl bronchiálním astmatem a velkou část života prožil na aerosolech a dalších lécích, kvůli nimž byl zařazen do druhé skupiny invalidity. Poté, co se začal věnovat komplexní léčbě, se zcela uzdravil.

V některých případech stačí provést celkovou očistu organismu - průběh astmatických záchvatů se zlehčí.

Příklad 2. Jedna pacientka astmatička vyzkoušela střevní očištnou kúru: během dvou týdnů si dvakrát pročistila tlusté střevo urinou, odpařenou na jednu čtvrtinu původního objemu, poté dva měsíce odpočívala a léčebný cyklus opakovala. A zakrátko se dočkala pozitivních výsledků: těžké záchvaty, které ji dříve přepadaly čtyřikrát až pětkrát denně a při nichž se dusila, ustaly a objevovaly se jen v noci. Po očištění jater však zmizely úplně a nezůstalo po nich ani stopy. Zena už ani nezakašlala, ani se jí netvořily hleny.

Příklad 3. Nemocný muž ve věku třiceti sedmi let popíjel po dobu tří měsíců urinu v objemu půldruhého až dvou litrů denně a k tomu přidal dvě krátkodobá hladovění trvající třicet šest a čtyřicet hodin, během nichž pil pouze urinu. Po léčbě už nikdy nemusel požívat medikamenty v aerosolu.

V případě jiného pacienta s podobným onemocněním došlo k výraznému zlepšení zdravotního stavu už po čtyřech dnech urinového hladovění.

Nejlepší metodika léčení plicních onemocnění:

1. Příjem uriny vnitřně, sto mililitrů dvakrát až třikrát denně.

2. Přikládání vlněné tkaniny, namočené v urinně odpařené na jednu čtvrtinu původního objemu na hrudní koš, alespoň

na jednu až dvě hodiny. Nemocný by se měl silně zapotit, aby se organismus kůží zbavil toxinů.

3. Doporučuji urinové hladovění, jehož délka se určuje podle rozsahu onemocnění. Nejvhodnější je dětská urina, která je obohacená o prvky podporující imunitu.

ARTEROSKLERÓZA

Je to chronická nemoc cévních stěn, při níž dochází k jejich tuhnutí, kornatění a zhutňování. Cévní stěny ztrácejí přirozenou elasticitu, zužuje se jejich průsvit, a to má dalekosáhlé následky i na ostatní orgány odpovědné za krevní oběh.

Zpravidla se naruší celý arteriální systém, i když ne rovnoměrně.

Zda se nemoc vyvine či nikoliv, to záleží na několika faktorech, k nimž se řadí zejména dědičné predispozice a individuální zvláštnosti organismu. Arteroskleróza se často objeví při jiném onemocnění, mezi nimiž může být například cukrovka, nadváha, podagra nebo žlučové kameny. Obecně známá konzumace tučných potravin patří mezi faktory, které riziko vzniku nemoci zvyšují, avšak není její prvotní příčinou. V neposlední řadě může nemoc vyprovokovat i nedostatek pohybu a malá fyzická zátěž či psychické vypětí, které ničí nervovou soustavu, stres a nevhodný životní styl, dále nadměrný hluk, nevhodné pracovní podmínky a některé další faktory.

Rady a doporučení na léčení

- Nejdříve je nutné naladit správnou cirkulaci energií v energoinformačním poli a obnovit správné fungování srdeční čarky.

- Poté je třeba provést očistu krve v organismu a zbavit se jakýchkoliv ucpání v krevním řečišti.

- **Pročistěte** tlusté střevo a játra.

- **Přejděte** na vegetariánskou stravu a **pijte** zeleninové šťávy, zejména celerovou.

- **Snižte** fyzickou zátěž a zbavte se nadměrného psychického vypětí.

- Sportujte a cvičte, ale s mírou a opatrně.
- Nekuřte a zcela vypusťte alkoholické nápoje.

Recepty

Urinová léčba. Dvakrát až třikrát denně vypijte trochu uriny v objemu asi padesát až sto mililitrů, přičemž zachovejte lichý počet doušků. Tělo si potírejte čerstvou a odpařenou urinou (na jednu čtvrtinu původního objemu).

Česneková tinktura. Lihová tinktura má silné očistné schopnosti, zbavuje cévy a krevní cesty tukových a vápníkových usazenin, a tím zlepšuje jejich fungování i elasticitu. Pije se třikrát denně třicet minut před jídlem, avšak je třeba začít s malými dávkami, například jednou kapkou, a postupně dávkování každý den zvyšovat o kapku, až dospějete k počtu patnácti kapek. Toto množství pijte třikrát denně, dokud vám vystačí zásoby tinktury. Můžete si ji přidávat do šťávy z kompotu, vývaru ze sušeného ovoce, do čaje i do mléka (vždy padesát mililitrů tekutiny).

Česnekovou tinkturu připravíte takto: Vezměte tři sta padesát gramů oloupaného a očištěného česneku a rozemelte jej (nejlepší je rozemlít jej v mlýnku na maso). Potom dvě stě gramů česnekové hmoty přendejte do uzavíratelné nádoby a zalijte šestadevadesátiprocentním lihem rovněž o objemu dvě stě mililitrů. Nádobu uzavřete a nechte tinkturu na deset dní odležet při pokojové teplotě. Poté ji otevřete, sceďte a vyždímejte, nechte ležet další dva až tři dny; teprve po nich je tinktura připravená k užívání.

B

BÍLÝ VÝTOK Z POCHVY

Objem tekutin v pochvě se zvětšuje a mění se i jejich složení. Bílý výtok často doprovází jiná gynekologická onemocnění. Ložisko patologického procesu se může nacházet v různých místech, a proto rozlišujeme bílý výtok z vejcovodů, z těla dělohy, z děložního krčku a z pochvy.

Pacientka by měla při akutním zánětu sliznice pohlavních orgánů setrvat v klidu, dodržovat lůžkový režim, pokud jí to okolnosti umožňují, a jíst vegetariánskou stravu.

Rady a doporučení na léčení

- Zbavte se zácpy.
- Očistěte tlusté střevo a játra.
- Změňte stravování, zejména vypusťte veškeré rafinované produkty a jezte především zeleninová jídla.
- Pročistěte své životní pole.

Recepty

Urinoterapie

- Denně vypijte střední porci čerstvé uriny (padesát až sto mililitrů), vždy jedním douškem. K léčbě všech ženských onemocnění se hodí ranní moč, protože je dostatečně nasycena hormony.
- Každý den si vypláchněte pochvu ranní močí: zmírňuje bolesti a napomáhá hojení napadené sliznice.
- Na noc si do pochvy zaveďte tampon smočený v urině (nejprve vyzkoušejte čerstvou vlastní nebo dětskou, později odpařenou na čtvrtinu původního objemu).

Urinová sedací koupel

Koupel připravíte **tak**, že do lávoru nalijete dva litry ohřáté uriny nebo léčebného roztoku z teplé vody a přilijete půllitru až litr odpařené **uriny**. Posad'te se do **lavoru** a vydržte v něm od **patnácti** minut do jedné hodiny. Po sedací koupeli je nutné osprchovat se nebo opláchnout teplou vodou, ovšem bez použití mýdla. **Pokud** se vám zdá koncentrovaná urina na vás

příliš silná, můžete ji dále ředit čistou vodou. Po koupeli si zaveďte do pochvy urinový tampon (můžete vyzkoušet různé druhy uriny).

BÍLÝ ZÁKAL (LEUKOM, BĚLMO)

Jde o bělavé zakalení oční rohovky.

Může se vyvinout v důsledku zánětlivých procesů v oční rohovce anebo po zranění, například když do oka spadne cizí tělíčko a dlouhodobě je dráždí, anebo se do něj dostanou chemikálie.

Bílý zákal může způsobit poruchu zraku, avšak rozhodující je jeho přesná lokalizace a míra zhutnění. Lékaři často přistupují k radikální chirurgické léčbě, ovšem lidová medicína zná šetrnější prostředky, jimiž se dá zrak vylepšit a do určité míry i rozpustit bílý zákal.

Rady a doporučení na léčení

- Vyčistěte si organismus od hlenů patologického původu, zejména hlavu. Jedním z možných způsobů je promývání nosohltanu urinou.

- Praktikuje léčebné hladovění.

Recepty

Starověká metoda. Z biblických dob se zachovala jednoduchá, ale velmi efektivní a hlavně dostupná metoda, jak odstranit bílý nálet z rohovky: spočívá v zakapávání oka rybí žlučí, nejčastěji štičí.

Nejvhodnější je žluč čerstvě ulovené štiky. Kápněte maličko do oka - jedna kapka stačí. Oko samozřejmě zčervená a začne slzet, ale vydržte, protože to je normální reakce. Bělmo se rozpustí, respektive odloupne od oční rohovky během několika minut. Můžete použít i žluč jiných ryb, ale mějte na paměti, že je mnohem silnější; proto buďte nadměrně opatrní a zbytečně neriskujte.

Urinová kasička. Do měděné nádoby nalijte padesát mililitrů medu a sto mililitrů uriny a povařte, dokud se polovina směsi neodpaří. Po vychladnutí kápněte do oka, přičemž dáv-

ky postupně zvyšujte: první den jednu kapku, druhý den dvě až pět kapek pátý den. Urinová kašička s medem je vhodná i pro léčbu jiných očních nemocí.

BOLESTI HLAVY

Žde o jeden z nejrozšířenějších bolestivých stavů lidského organismu. Nezřídka je projevem onemocnění vnitřních orgánů a vyskytuje se také při otravě nebo psychických a nervových poruchách.

Bolesti hlavy se často objevují jako následek silného fyzického přetížení, únavy či rozladění nervové soustavy. Proto nalaďte pravidelný spánek, zdravě se stravujte a střídejte práci a odpočinek.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte tlusté střevo.
- Zbavte se patologického zahlenění v oblasti hlavy, promývejte nosohltan urinou.

- Objeví-li se zácpa, ihned ji léčte.

- Proveďte očistné hladovění.

Recepty

- Po vypití půl sklenice „mrtvé“ vody bolest hlavy do třiceti až padesáti minut poleví.

- Nebraňte se vnitřnímu užití uriny, popíjejte ji ve středních dávkách kolem sta mililitrů.

- Přikládejte si na hlavu urinové obklady.

Zdravé spaní. Proti bolestem hlavy pomáhá spánek na tvrdém polštáři, který by měl být tak dlouhý, aby se rozkládal po celé šíři ramen; tloušťku si zvolte sami. Položte si jej pod hlavu, aby třetí a čtvrtý krční obratel spočíval přímo na něm, zatímco zátylek a trup musí být ve stejné rovině.

BOLESTI KRKU

Že to jeden z prvních symptomů onemocnění horních cest dýchacích. Bolesti v krku zpravidla poleví, pokud pacient pije dostatek teplých nápojů a kloktá dezinfekční prostředky, zejména bylinkové roztoky.

Recepty

- Klokajte urinou: nechte ji alespoň půl minuty až dvě působit v krku.
- Při silném zánětu mandlí si proslachujte krk čerstvou urinou nejméně minutu a později ji před upotřebením odpařte na polovinu až čtvrtinu původního objemu. Po dobu léčby neužívejte sůl ani bílkovinné produkty. Měli byste si moč odpařit dopředu, uschovat a před užitím ohřát na teplotu čerstvě nadojeného mléka.
- Při bolestech v krku také pomáhá odvar ze šerifikových listů a protěže lesní či odvar z kořenů kukuřičky městského.
- Tři až čtyři si dny promývejte krk „mrtvou“ vodou, vždy po jídle. Po každé proceduře vypijte čtvrt sklenice „živé“ vody.

BOLESTI JATER, SLEZINY A ŽLUČNÍKU

Bolesti těchto orgánů zpravidla signalizují, že v nich probíhají zánětlivé procesy. Jsou symptomem cholangitidy (zánětu žlučových cest), cholecystitidy (zánětu žlučníku) a vzniku žlučových kamenů.

Recepty

- Pijte padesát až sto mililitrů uriny dvakrát až třikrát denně.
- Na noc si na játra přikládejte obklad z vlněné látky, smočený v urině, odpařené na čtvrtinu objemu. I zde platí, že byste měli vyzkoušet různé druhy uriny a užívat tu, která vám vyhovuje nejvíc.
- Pijte silný šípkový čaj a čistou teplou vodu.
- Smíchejte půl sklenice zelného solného nálevu a stejné množství šťávy z čerstvých rajčat a směs pijte třikrát denně po jídle. Souběžně pijte bylinkové čaje a odvary.
- Směs mléka a piva: půllitru mléka přilijte do jednoho litru piva a užívejte jednu až půldruhou sklenici před jídlem.
- Připravte si bylinkový odvar: čajovou lžičku sušeného rozrazilu rezekvítku (*veronica chamaedrys*) přelijte sklenicí

vroucí vody a půl hodiny vyluhujte. Pijte čtvrt sklenice třikrát denně.

Olejový nápoj s grapefruitem. Jednu čtvrtinu sklenice kvalitního oleje smíchejte s grapefruitovou šťávou, rovněž v objemu jedné sklenice. Nápoj vypijte na noc, nejdříve dvě hodiny po posledním jídle. Pak si lehněte do postele na pravý bok a dobře se prospěte. V nejlepším případě byste si měli před léčbou zavést očistný klystýr, aby se vám vyprázdnila střeva, a ráno klystýr opakovat. Celou léčebnou proceduru pak znovu vykonáte po čtyřech až pěti dnech.

Černá ředkev. Uvádím ještě jeden lidový léčebný prostředek, vhodný při onemocněních jater: vezměte černou ředkev, odkrájejte po stranách listy, aby měly tloušťku asi jeden a půl centimetru, a uprostřed vydlabejte dutinu. Nasypte do ní cukr, ucpěte odříznutým vrškem a položte do misky (vrcholkem nahoru). Během jednoho dne se uvnitř ředkve vytvoří šťáva, již je třeba užívat po čajové lžičce třikrát denně, čtvrt hodiny před jídlem.

BOLESTI LEDVIN A MOČOVÉHO MĚCHÝŘE

Jsou signálem zánětlivých onemocnění, například ledvinového (nejritida), dále glomerulonefritidy, ledvinových kamenů a kamenů v močovém měchýři.

Recepty

- Pijte vlastní moč, případně dětskou (nejlépe osmiletého chlapce) v objemu padesáti až sto mililitrů, až do úplného vyléčení.
- Přikládejte si na ledviny obklady z vlněné tkaniny, namočené v urině (v jaké konkrétně, to si vyberte podle vlastních zkušeností; můžete použít dětskou, aktivovanou nebo odpařenou). Nechte působit alespoň dvě hodiny nebo déle.
- Proveďte celkovou očistu tlustého střeva.
- Pokud bolesti trvají, začněte hladovět a pravidelně si masírujte tělo. Doporučuji urinové hladovění spojené s celkovou hodinovou až tříhodinovou masáží. Váš organismus

se lépe zakyselí a zničí se i škodlivé infekce, usazené v organismu.

- Říďte se vlastními biorytmy a dodržujte příslušná doporučení ohledně životního stylu a stravování, například nejezte po šestnácté hodině, pijte jen odvary a podobně.

BOLESTI OČÍ

Doprovází různá oční onemocnění, proto se pokaždé obraťte na očního lékaře a nechte se vyšetřit. Nejlepší je komplexní vyšetření očí včetně měření nitroočního tlaku.

Recepty

- Propláchněte si oči čerstvou teplou ranní urinou - nejlépe se hodí dětská nebo aktivovaná.
- Starodávné recepty doporučují užívání močových solí. Vyzkoušejte, zda měli dávní léčitelé pravdu: nechte urinu odpařit na slunci, až se objeví sediment, kterým si lečte bolavé oči.

BOLESTI UŠÍ

V mnoha případech signalizují otitidu - zánět středního ucha. Na bolavé uši působí blahodárně teplo, proto používejte různé tepelné procedury, například přikládání ohříváče nebo ultrafialové lampy.

Recepty

- V případě akutní nemoci pomůže teplý vodní obklad na ucho, případně namočený do kafrového lihu napůl zředěného vodou. Vyhýbejte se průvanu a nachlazení.
- Uší si zakapejte urinou, stačí pět až deset kapek vícekrát denně. Vyzkoušejte různé druhy a vyberte si tu, která se vám hodí nejlépe. Rovněž si do ucha přiložte urinový tampon.

BOLESTI ZUBŮ

Nejčastěji se objevují, je-li zub napaden zubním kazem. Bolesti zpravidla doprovázejí zánětlivé procesy v měkkých tkáních a okostici a přitom se vytvářejí mnohačetné vrídky.

Rady a doporučení na léčení

- Po každém jídle si propláchněte ústní dutinu teplou vodou, pravidelně si čistěte zuby a alespoň dvakrát do roka navštivte zubního lékaře, aby provedl preventivní prohlídku a případně zaléčil vzniklé defekty a chorobné projevy.
- Nejezte příliš horká ani nadměrně chlazená jídla, zamezíte tak poškození zubní skloviny. Nehodí se ani příliš kyselá a přeslazená strava (na cukr dávejte obecně pozor).
- K vlastním zubům se chovejte šetrně a vyvarujte se přehnané zátěže: nekousejte příliš tvrdé věci, neokusujte si nehty, netrhejte nitě zuby a podobně.
- Dbejte, abyste konzumovali potraviny bohaté na vápník.

Recepty

Vodní průjplach. Pokud vás rozbolí zuby, proplachujte si pět až deset minut ústní dutinu „mrtvou“ vodou.

Léčebné tinktury na léčbu zubů

Bolavým zubům spolehlivě ulehčí smíšená puškvorcová a propolisová tinktura. Do půlky sklenice nasype kořeny puškvorce, zalijte je půllitrem vodky a nechte týden vyluhovat. Dále rozmělněte deset až dvacet gramů propolisu, rovněž na něj nalijte půllitr vodky a nechte týden odstát.

Před použitím smíchejte čajovou lžičku propolisové a stejné množství puškvorcové tinktury a tři minuty si touto směsí proplachujte ústní dutinu. Léčba by měla trvat minimálně měsíc.

Puškvorec působí na kořeny zubů a zbavuje je bolesti, zatímco propolis ucpává mikroskopické štěrby v zubech a zabíjí mikroby. Zuby přestanou bolet, a dokonce se i částečně obnoví.

Bříevá tinktura. Padesát gramů březových pupenů namočte do vodky (asi půllitru) a nechte deset dní uležet. Při bolestech zubů si na postižená místa přiložte vatový tampon namožený v březové tinktuře.

Prášek ze zvířecích zubů. Dále se doporučuje prášek z rozemletých zubů zvířat (použijte kravské, vepřové či koňské), stačí jedna desetina gramu jednou denně během jídla.

Duševní cvičení na podporu růstu zubů

Kdo by nechtěl, aby mu znovu vyrostly vypadlé nebo vytržené zuby. Vězte, že je to možné: musíte do procesu zapojit vědomí a aktivovat program na růst zubů v životním poli. Zkuste lehce hladit dásně v místě vypadlého zubu nebo ji dvacet minut denně drážděte dubovou nebo březovou paličkou (čím častěji, tím lépe). Nejdůležitější však je, abyste se v myšlenkách vrátili do dětství a představili si sami sebe ve věku, kdy vám rostly zuby, a vnímali jejich svědění. Proceduru provádějte dvacet až třicet minut před spaním. Pokud se vám podaří dosáhnout stavu, kdy si přesně představujete růst zubů, tedy jej doslova „pozorujete“, pak zuby skutečně vyrostou. Duševní práce by měla trvat stejně dlouho jako samotný růst zubu, tedy dva až tři měsíce.

Ruj vlasatá. Při infekci zubů a léčení pomáhá rostlina ruj vlasatá. Nasypte do kastrolku jednu čajovou lžičku sušené ruje, přelijte ji sklenicí vařící vody a nechte pět minut projít varem na mírném ohni. Odvar nechte vychladnout na mírnou teplotu, sceďte a propláchněte si s ním dutinu ústní. Nepolykejte - hrozí nebezpečí střevní koliky. Jedna sklenice odvaru stačí na dvoudenní kúru, před každou procedurou jej trochu ohřejte.

Mořská kapusta. Chcete si upevnit zubní sklovinu? Proplachuje si ústa až půl hodiny urinou, odpařenou na polovinu původního objemu, již nasytíte solemi z mořské kapusty. Navíc tato procedura má i skvělý vedlejší léčebný účinek - aktivuje chuťové zóny umístěné na jazyku.

Urinová terapie. Bolesti zubů zmírníte tak, že si propláchnete ústní dutinu urinou. Dvě až tři minuty přealujete žlutavý roztok v ústech a proceduru opakujte v určitých intervalech pětkrát až šestkrát denně. Na bolavý zub si přiložte vatový tampon, namočený v urině. Můžete vyzkoušet různé druhy moči - starou, ředěnou či dětskou a vysondujte, jak na vás působí. Samozřejmě pak zůstaňte u té, která vám vyhovuje nejlépe.

BOLESTI ŽALUDKU A STŘEV

Jde o základní symptom onemocnění žaludečního a střevního traktu.

Pokud vás pobolívá žaludek nebo střeva, většinou to má hlubší příčinu: může jít o zánět žaludku (*gastritidu*), zánět tlustého střeva (*kolitidu*) nebo nadýmání. Chcete-li se zbavit bolestí, musíte především vyléčit základní příčinu onemocnění.

Recepty

- Vylučte z jídelníčku všechny potraviny obsahující kvasnice.
- Po šestnácté hodině už nejezte.
- Zaveďte si miniklystýr o objemu sto mililitrů odpařené uriny (až do jedné čtvrtiny původního objemu); proceduru opakujte obden.

Urinová terapie. Při zdravotních potížích se žaludkem a dvanáctníkem popíjejte sto mililitrů čerstvé uriny třikrát denně: jednou ráno na lačný žaludek a později po každém jídle. Postupně přecházejte na odpařenou urinu (na polovinu původního objemu) a užívejte urinovou směs, například osmdesát mililitrů čerstvé uriny s dvaceti mililitry gramy odpařené, za dva dny sedmdesát mililitrů čerstvé a třicet mililitrů odpařené a tak dále. Pokračujte, až najdete vhodnou směs s nejlepší účinností, s níž se vyléčíte. Kromě urinové směsi vyzkoušejte také moč dětskou či aktivovanou chladem.

BRADAVICE

Bradavice jsou pevné, zpravidla nebolestivé výstupky šedavé barvy, které „vyčuhují“ nad úroveň pokožky. Někdy z nich vycházejí další výrůstky, nejčastěji jsou na povrchu hladké.

Mohou se vyskytovat kdekoli na těle, nejčastěji na dlaních a chodidlech. Jsou virového původu a přenášejí se z člověka na člověka jako každá jiná infekce. Na jejich vzniku se podílí též nošení nevhodné obuvi, zejména příliš těsné, a zvýšená potivost nohou.

Rady a doporučení na léčení

- Bradavice se nejlépe odstraňují při odrůstajícím Měsíci, tedy po úplňku do novoluní po půlnoci. Pročítejte nahlas zaklínadlo nebo modlitbu, například: „Matka Boží na bílém kameni seděla, plakala, lopotila se a plahočila. Hedvábná nitko, přetrhni se a bradavice božího služebníka (proneste celé jméno), odtrhni se.“*

- Braňte se nadměrnému pocení nohou, dbejte na hygienu.
- Využívejte různé metody urinoterapie: obklady, masáže a tampony.
- Očistěte svůj organismus od zahlenění pomocí urinových klystýrů, zejména důkladně promývejte nosohltan čerstvou urinou.

Recepty

První kouzlo proti bradavicím. Najděte jablko nebo bramboru, které mají výstupek nebo hrbolek připomínající bradavici; pouze v takovém případě dosáhnete stoprocentního pozitivního efektu. S pomocí pevné ostré nitě rozřízněte jablko nebo bramboru na dvě poloviny, pak vezměte polovinu s výstupkem a potřete si s ní bradavici (někteří doporučují třít inkriminované místo oběma půlkami plodu). Poté obě části zase spojte a převažte je nitkou, jíž jste použili při řezání. Jablko či bramboru zakopejte do země v dostatečné vzdálenosti od vašeho obydlí: postupně v ní bude uhnívat a vaše bradavice se vytratí.

Druhé kouzlo proti bradavicím. Hedvábnou nit umístěte ve vzduchu na úroveň vaší bradavice, postupně nad každou zavažte uzlík a přitom pronášejte: „Se mnou nebudete žít, na mém těle vůbec nemáte být. Já se o tom přesvědčím, moje slova pevná jsou, nechť se děje to, co dím, a bradavice odejdou.“

Nitku vložte do čerstvé rozřezané brambory a zakopejte do země, aby o tom nikdo nevěděl. Hlíza bude postupně hnit a vaše bradavice odpadat. V některých případech stačí zakopat samotnou nit.

Kouzlo se stéblem. Vezměte dlouhé stéblo chlebové obiloviny nebo polní byliny s kořenem. Ostrím stébly si několikrát propíchněte bradavice a pronášejte u toho modlitbu nebo zaklínadlo. Poté je ihned zakopejte do země kořenem nahoru: stéblo shnije a bradavice se vytratí.

Rada Učitelky Vangy: usušte několik bylinek ostrožky polní (*delphinium consolida*), rozetřete je na prášek a posypejte si jím bradavice.

Příklad. Jedna žena mi poslala jednoduchý recept, jak úspěšně u své vnučky vyléčila bradavice: namazala jí kůži přípravkem na odpuzování komárů (*dimethylftalát*).

Léčba kobylkou luční. Tento způsob se zdá dost drastický, nicméně byl v minulosti často využíván k úspěšnému léčení kobylkou luční; říkalo se mu letní metoda. Předpokládá, že se chytí kobylka luční, drží se ze zadní končetiny a přiloží k bradavici, aby ji pokousala.

Tento jev se dá odborně vysvětlit: Kobylka vylučuje z kusadel tekutinu podobnou jódu a ničí bradavice. Máte-li více bradavic, stačí, když si tímto způsobem vyléčíte jednu - ostatní časem rovněž zmizí.

Léčba houbami. Hodí se libovolné houby v jakékoliv podobě: čerstvé, marinované, solené nebo sušené, které předběžně rozmočíme. Houbu přiložte na noc na bradavici, upevněte ji a přikryjte igelitem, celofánem nebo voskovaným papírem. Po několika procedurách bradavice dozajista zmizí.

Léčba octem. Do malé lahvičky s objemem třicet až čtyřicet mililitrů nalijte devítiprocentní ocet a uzavřete ji rozmělněnou cibulovou slupkou. Nechte deset až patnáct minut odstávat na temném místě a čas od času ji protřepejte. V hotovém roztoku namočte kousek gázy anebo bavlněné tkaniny a přikládejte si ji na bradavici (nejlépe na noc). Podle některých zkušeností by měly bradavice zmizet do tří až pěti dnů.

- Pravidelně bradavice potřete silným odvarem z pelyňku nebo přímo Šťávou z této rostliny.

- Ráno a večer si na postižená místa přikládejte obklady z čerstvé uriny.

- Jeden čtenář poslal svůj vlastní recept: Každý den ve čtyři hodiny ráno, v sedm, ve třináct a osmnáct hodin si pročistil střeva sto padesáti mililitry čerstvé uriny, odpařené na jednu čtvrtinu prvotního objemu, a dočkal se příznivých výsledků. Během dvou týdnů urinoaterapie se vytratil všechny bradavice na prstech rukou a na zápěstí.

- Další čtenář si dva týdny masíroval ruce urinou a zbalvil se čtrnácti bradavic, osm z nich bylo velkých a překážely mu v běžné činnosti.

C

CIRHÓZA JATER

Nemoc ámá jako tvrdnutí jater je chronické onemocnění, které postupuje pomalu, ale jistě a neléčené i zabíjí. Pro tuto nemoc je charakteristická porucha architektiky jater a postižení všech jaterních strukturálních prvků.

Játra nefungují, jak mají, a zvyšuje se v nich tlak, sevřávají se a zbarvují do oranžova, později se zhoubný proces přenesou i na jiné orgány. Nejčastější příčinou tvrdnutí jater je virová hepatitida a další infekční nemoci, dále intoxikace, k níž dochází i při alkoholismu, který je s touto nemocí spojován, a také nedostatečný příjem bílkovin. Hlavní roli v rozvoji nemoci hraje porucha krevního oběhu v játrech a autoimunitní procesy.

Pacienti s cirhózou jater si často stěžují na slabost, nevolnost a zvracení, zácpy nebo průjmy, nafouklé břicho, svědění na kůži a chudokrevnost. Typické příznaky jsou dlouhotrvající žloutenka (někdy i několik let) a zvětšení sleziny a samozřejmě jater. Nemoc se vyvíjí pomalu a střídají se období, v nichž se zdravotní stav buď zhoršuje, anebo nemoc zdánlivě ustupuje. Neléčená cirhóza jater vede do jednoho až pěti let k úmrtí.

Rady a doporučení na léčení

- Proveďte celkovou očistu a detoxikaci organismu.
- Dodržujte mírnou dietu s omezeným příjmem tuků.
- Zásadně neužívejte alkoholické nápoje.

Recepty

Bylinková směs proti cirhóze jater

Vezměte deset gramů následujících bylinek:

Přeslička polní, bylinky

Třezalka tečkovaná, květy

Řebříček obyčejný, bylinky

Vratič obecný, bylinky

Heřmáněk lékařský, květy

Lopuch, kořeny (nasbírané v květnu)

Šípek hnědý, plody
Truskavec ptačí, byliny
Šalvěj lékařský, byliny
Oman pravý, kořeny
Řepík lékařský, byliny

Smíchejte je a na směs v množství čtyř polévkových lžic nalijte jeden litr vřelé vody; nechte odstát v uzavřené nádobě dvě až tři hodiny. Pijte třetinu sklenice dvakrát denně, půl hodiny před jídlem.

Urinoterapie

- Na noc si na játra přiložte vlněný obklad namočený v urině, odpařené na jednu čtvrtinu původního objemu.
- Pravidelně provádějte masáž a potírejte si tělo odpařenou urinou.

"Ječmenový odvar

Při chronické hepatitidě přecházející v cirhózu jater pijte odvar z ječmene.

Promyjte tři kilogramy ječmene, přelijte je šesti litry vody a nechte dvě hodiny odstát. Pak nádobu postavte na plotnu a povařte; voda by se měla odpařovat, aby zůstal jen jeden litr. Odstavte, nechte vystydnout, sceďte a vyždímejte. Pije se čtvrt sklenice třikrát denně, hodinu před jídlem.

Ovesný odvar

Kilogram ova důkladně pročistěte a nasypete do deseti litrů vody. Postavte na plotnu a vařte, dokud se čtyři pětiny objemu nevyvaří a nezůstanou přibližně dva litry vody. Vývar přelijte přes síto, přidejte jeden kilogram medu a sto gramů másla a znovu nechte deset až patnáct minut vřít. Odstavte, nechte vychladnout a polykejte jednu polévkovou lžici třikrát denně, vždy hodinu před jídlem.

CIZOPASNÍ ČERVI (HELMINTI)

Červi helminti (například roupy a škrkavky, tasemnice či motolice - pozn. překl.) *cizopasí v organismu člověka i zvířat. Do organismu se dostanou při nedodržování hygienických zásad,*

po kontaktu se zvířaty nebo po požití nedostatečně tepelně upraveného masa zvířat a ryb.

Helminti napadají žaludeční a střevní trakt, orgány dýchací, centrální nervovou soustavu, orgány krve tvorby a v neposlední řadě vyvolávají alergii.

Správnou diagnózu určí vždy lékař a veškerá léčba musí probíhat podle lékařského doporučení.

Rady a doporučení na léčení

- Zapamatujte si - ve zdravém trávicím traktu není pro cizopasníky místo.
- Provádějte častěji očistné klystýry.
- Lidová medicína zná mnohé efektivní způsoby, jak hlísty vyhnat z těla ven. Praktikujte je velmi obezřetně, neboť některé jsou při určitých onemocněních či stavech zakázány, například při menstruaci, v těhotenství, při vysoké horečce a při nemocech žaludku a střev.

Recepty

- Dvě polévkové lžice dubové kůry přelijte dvěma sty mililitry vroucí vody, nechte čtyři až šest hodin působit, sceďte a vypijte na lačný žaludek.
- Smíchejte dvě polévkové lžice řešetlákové kůry a dvě lžičky heřmánku, přelijte je dvěma sty mililitry vroucí vody a nechte čtyři až šest hodin vyluhovat; poté pijte na lačný žaludek.
- Snězte denně několik listů zeleného šťovíku.
- Připravujte si koupele s výtažkem z anýzu, neboť tato rostlina hlísty vypuzuje.
- Dalším velmi účinným a zcela dostupným prostředkem proti helmintům je polykání **dýňových semínek**.
- Popíjejte výtažek z horkého pelyňku v objemu sto mililitrů ráno a večer před jídlem. Velmi se hodí i pelyňkový olej, který paralyzuje nervovou soustavu hlístů.
- Při zánětu tlustého střeva a vředech způsobených hlísty doporučují kromě prostředků vyhánějících hlísty také přípravky na celkové upevnění organismu a hojení. Připravíte je tak, že jednu polévkovou lžici sušených kopřivových ko-

řcnů přelijete jednou sklenicí vařící vody a povaříte patnáct minut na mírném ohni; pak na třicet minut odstavte kvůli vyluhování a užívejte dvě až tři lžičky třikrát denně.

Roupy. Nejsnáze se jich zbavíte pelyňkovými klystýry s česnekem (provádějte až po očistě střev). Připravíte si běžný pelyňkový výtažek, v němž zavaříte jeden česnekový stroužek.

Škrkavky. Na ně zase nejlépe zabírá odvar ze sušených květů pelyňku ročního (*artemisia annua*). Sušené květy rozetřete v hmoždíři a pět gramů smíchejte s cukrem, zavařeninou, medem a sirupem. Užívejte vždy po vyprázdnění střev, třikrát denně půldruhé hodiny až hodinu před jídlem během dvou dní; dětem podávejte menší dávku. Po posledním ulití si vezměte projímadlo.

Bičíkovci. Proti nim užívejte hustý odvar směsi ze zeměžluči okolíkaté, kvítků smilu písečného a vratiče obecného.

Jak se zbavit tasemnice

- Ráno snězte na lačný žaludek dvě vrchovaté polévkové lžice dýňových semínek a za hodinu polkněte silnou dávku projímadla. Praxe ukazuje, že tasemnice vyjde ven snadno a velmi rychle.

- Někteří léčitelé doporučují pít během očistné dýňové kůry hodně mléka, další doporučují hojně sladit. Semena umelte nejlépe v mlýnku na maso - avšak dbejte, abyste získali dostatečné množství drti, protože se rozemele na maličké kousičky a hodně zrn zůstane v mlýnku.

- Snězte deset stroužků česneku a zapijte je horkým nepasterizovaným mlékem.

- Česnek jezte zejména ráno, a to ve větším množství - čím více, tím lépe. Po dvou hodinách užíjte projímadlo.

- Tasemnici spolehlivě vyženete z těla marinovanými heřinky s Česnekem.

CUKROVKA (DIABETES MELITTUS)

(Nemocnění je způsobené nedostatkem inzulínu v těle nebo jeho malou účinností. Má chronicky charakter a doprovází je porucha látkové výměny, především sacharidů, jet vzniká kvůli abso-

lutnímu nebo částečnému nedostatku hormonu slinivky břišní cm inzulínu v organismu.

Nemoc je dědičná, takže nejdůležitější roli hrají genetické faktory. Může se však vyvinout i po úraze, po těžkém zánětu, při skleróze (ztvrdnutí stěn tepen) slinivky břišní, infekcích, intoxikaci, psychickém traumatu, přejídání a nadměrném užívání sacharidů.

Typickým projevem cukrovky je naléhavá žízeň, hojně vylučování moči obsahující cukr a leckdy nezkrotná chuť k jídlu. K nemoci patří zvýšená hladina cukru v krvi, někdy celková slabost, prudká ztráta váhy nebo naopak ztloustnutí, železitá pachů v ústech, špatná hojivost ran, svědění na kůži a vůbec časté kožní nemoci. Jednou z nejhroších komplikací je diabetické kóma.

Rady a doporučení na léčení

- V základě cukrovky leží předráždění životního principu větru. Proto je nutné ze všeho nejdříve vytvořit v organismu příznivé podmínky k tomu, aby nervová a endokrinní soustava naladila svou činnost, ovšem s ohledem na tělesnou konstituci a zřetelem na životní princip větru. Musíte obnovit normální prostředí svého organismu a očistit jej na všech úrovních: detoxikujte svou krev, tlusté střevo i pojivovou tkáň.

- Zkuste pracovat se svým charakterem - zejména se zbavte zlovyků, které vám ničí organismus.

Přirozená léčba cukrovky s ohledem na princip větra

Nespěchejte s užíváním léků, protože z vás udělají nikomu nepotřebného invalidu. Cukrovka je ve své podstatě rozbuřený principu větru, a proto zkuste nejprve přírodní postup:

1. Uklidněte se na emoční úrovni a pročistěte své životní pole.

2. Vykonejte veškeré důležité urinové procedury zaměřené na očistu tlustého střeva, krve, jater i ledvin.

3. Zvláštní pozornost věnujte potravinám, které stimulují Principy žluči a slizu. Potrava musí být neutrální.

4. Dodržujte denní režim a řiďte se biorytmy. Důležitý je dostatek pohybu, aby se člověk započil

5. Provádějte procedury, které uklidní rozbouřený vítr: **teplé koupele** či masáž kůže s olivovým olejem. Jednou až třikrát do týdne cvičte *šank prakšalanu*, při níž užijete poloviční množství tekutiny (tj. dvakrát menší, než je norma, kolem půldruhého až dvou litrů).

6. Pijte urin, neboť zabrání nadměrnému vylučování minerálů z těla.

7. V počátečním stadiu nemoci doporučuji praktikovat střednědobé hladovění od sedmi do čtrnácti dnů; v některých případech se funkce slinivky břišní rychle obnoví.

8. Při ukončení hladovky pijte kyselé mléko.

Recepty

- Užijte šestkrát až sedmkrát týdně urin.
- Potírejte si tělo odpařenou urinou.
- Na noc si na břicho přikládejte obklady z odpařené uriny.

Šank prakšalana. Cvičte ji zejména v počátečním stadiu nemoci. Do slané vody přidávejte urin, odpařenou na čtvrtinu objemu, anebo aktivovanou moč. Stačí, budete-li cvičit jednou za tři dny až do úplného uzdravení. Celkové množství tekutiny kolísá od tří do čtyř litrů a doporučený poměr mezi komponenty je pět set mililitrů uriny na tři litry slané vody.

Ovesná semena. Při onemocnění cukrovkou snižují hladinu cukru. Jednu sklenici ovsy přelijte pěti až šesti sklenicemi horké vody a postavte na padesát až šedesát minut na plotnu, aby směs mírně vřela (ale ne úplně vyvřela). Před užitím scedte a popíjejte podle chuti kdykoliv a v libovolném množství. Uchovávejte v lednici.

Nálev ze zeměžlučí. Asi deset gramů sušených bylinek přelijte jedním litrem vroucí vody, **nechte** hodinu vyluhovat, procedte a užijte sklenici teplého nálevu před jídlem.

Kombinovaná urinová léčba cukrovky. Setkal jsem se v praxi s **pacientem**, jenž **se** vyléčil z cukrovky opakovaným dvacetidenním hladověním, pitím čerstvé uriny a roztáté vody a také klystiry z odpařené uriny. **Dnes** nekonzumuje cukr a sůl a chleba si peče sám z **celozrnného** pšeničného těsta a **chle-**

bové režné mouky, do které přidává syrovátku a slunečnicový olej. Hodně jí kaše a pije bylinkové čaje, do nichž vždy přimíchá šípek, a pečené brambory s cibulí a česnekem. Životním stylem se podřídil své konstituci.

Pití vlastní uriny. Jedna pacientka se takřka vyléčila (došlo u ní k viditelnému zlepšení zdravotního stavu) a snížila si hladinu cukru v krvi poté, co popíjela během pěti měsíců ranní čerstvou urin, respektive její prostřední část, a večer odpařenou. Kdyby si však důkladně pročistila organismus a provedla některé procedury na ztišení rozbouřeného principu větru, vyléčila by se úplně.

Pití dětské uriny. Další zajímavá metodika léčby cukrovky předpokládá pití uriny vlastního dítěte a následné zapíjení čerstvým nadojeným mlékem. Tento způsob léčení, který zmiňuje už Avicenna ve svém *Kánonu mediány*, se hodí pro pacienty, kteří lehce tráví mléko. Urina stimuluje funkci slinivky břišní a aktivuje příslušné enzymy a čerstvě nadojené mléko v přiměřeném množství je ideální potravou, jež je v organismu trávena na úkor svých vlastních enzymů. Skutečně čerstvé mléko je silně energeticky nabitě a pomáhá obnovovat strukturu a funkci slinivky břišní.

CYSTA VAJEČNÍKU

Při tomto onemocnění se v orgánu objeví patologická dutina naplněná tekutinou, která vypadá jako nádor, ale je nezhojbná.

Symptomy. Nepravidelná a bolestivá menstruace, která se leckdy úplně zastaví. Bolesti v břišní dutině, zvětšení břicha, zvýšení tělesné hmotnosti, bolestivý pohlavní akt, porucha trávení a otoky, růst ochlupení na obličejí.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si organismus.
- Správně se stravujte.
- Dbejte na dostatečnou fyzickou zátěž.
- Pravidelně chodte do páry.
- Praktikujte urinové hladovění.

- Buďte emocionálně vyrovnaní.
- Bojujte se zácpou.

Recepty

• Provádějte urinové hladovění a v přestávkách pijte výtažek z pelynku. Připravíte jej tak, že jednu čajovou lžičku suchých bylinek přelijete čtvrtinou litru vroucí vody a necháte deset minut vyluhovat. Pijte třikrát denně jeden šálek. Zeny s konstitucí větru by měly být při této proceduře opatrné.

• Provádějte výplachy pelyňkovým výtažkem a čerstvou urinou.

• Vypijte jednou za den jedním douškem padesát až sto mililitrů vlastní uriny.

• Na noc si do pochvy zaveďte tampony namočené v urince nejprve v čerstvé a potom v odpařené na čtvrtinu původního objemu.

• Na vaječníky si přikládejte urinové obklady.

• V těžkých případech používejte urinu odpařenou na čtvrtinu - stačí padesát mililitrů vždy ráno na lačný žaludek.

Příklad. Jedné pacientce před šesti lety vyoperovali cystu pravého vaječníku, ale objevila se znovu a protentokrát na levém. Zena se začala léčit tak, že nejprve deset dní hladověla a potom čtyřikrát denně pila sedmdesát pět mililitrů teplé uriny. Cysta se nejprve smrškla na polovinu a po delší době už při vyšetření nebyla nalezena.

D

DEPRESE (MELANCHOLIE)

Duševní stav charakterizovaný nadměrným smutkem, pocitem úzkosti, zoufalství a přesvědčením, že z dané situace neexistuje východisko. Doprovází mnoho psychických onemocnění.

Deprese nezřídka vzniká jako reakce na nelehkou životní situaci nebo při jiných psychických nemocech a neurózách, ale také po dlouhodobém užívání některých léků, zejména neuroleptik, a nevyhýbá se ani nemocem fyzického charakteru.

Rady a doporučení na léčení

• Najděte si činnost nebo zálibu, která vás bude v životě motivovat a pobouzet k aktivitě.

• Hlavně začněte něco dělat: věnujte se věcem, jež vám přinášejí radost.

• Vypracujte si osobní rozvrh činnosti na dva až tři týdny a postupně všechny úkoly plňte.

• Odložte důležitá řešení, na nichž závisí váš další život, dokud se nevyлéčíte z deprese.

• Dbejte, abyste dlouho nezůstali o samotě. Budete-li v kontaktu s příjemnými lidmi, zlepši se vám nálada a začnete na život pohlížet jinak. Hovořte o abstraktních tématech a vyhýbejte se složitým a konfliktním rozhovorům.

• Naučte se samostatně zlepšovat vlastní náladu bez cizí pomoci, neboť pozitivní emoce dodávají organismu síly.

• Věnujte se také fyzickému cvičení - chodte na procházky, běhejte, hrajte badminton a podobně; to všechno přináší velmi pozitivní efekt.

• Neužívejte žádné potraviny obsahující kofein a rafinovaný cukr.

• Přestaňte kouřit a vyhýbejte se i alkoholu.

• **Jezte** jen takové produkty, které vyrovnávají podrážděný princip větru.

• Také vodní procedury například kontrastní sprcha, horké koupele a následné potírání těla olivovým nebo jiným olejem mají na člověka v depresi blahodárný vliv.

Poklidná atmosféra a příjemné okolí – to vše vás zbaví deprese, obnoví psychické síly a harmonizuje vaši psychiku, takže se budete zase cítit jako dřív.

• Nervovou soustavu uklidníte i některými minerály, mezi něž se řadí růžový křemen, jantar, ametyst a tyrkyš.

Recepty

Léčebné koupele. Připravujte si koupele s éterickými oleji, například muškátovým, levandulovým, majoránkovým, meduňkovým, pomerančovým, růžovým, mandarínkovým, heřmánkovým, šalvějovým, cedrovým a jedlovým. Pokud se chcete uvolnit a zbavit svalového napětí a bolesti, použijte masážní olej s přísadkou pampeliškového éterického oleje.

Čas od času si dopřejte teplou koupel, v níž můžete relaxovat a uvolnit celé tělo. Neuškodí, když do vany přilijete jeden litr odpařené uriny.

Elixír proti depresím. Při emočním vypětí, stresu, nespavosti a poruchách trávení na nervovém základě užívejte elixír z heřmánku.

Z dalších elixírů doporučuji pampeliškový, který uvolňuje svaly, a přesličkový, jenž pomáhá při fyzickém vyčerpání. Méně obvyklý, ale stejně účinný je ženšenový elixír, jenž upevňuje endokrinní a imunitní systém, a vzdušný, který odbourává emoční bloky a zbavuje člověka falešného pocitu viny.

DÝCHAVIČNOST

Dýchavičný člověk má dýchání nepravidelné a s nedostatečnou frekvencí a hloubkou. takže má pocit, že se mu nedostává vzduchu.

Je příznakem onemocnění srdce a zpočátku se projevuje jen při zvýšené námaze, ale později i ve vodorovné poloze klidovém stavu. Takoví těžce nemocní jsou nuceni téměř

pořád pobývat v sedě. Dýchavičnost se projevuje i tehdy, jestliže dýchací soustavu něco dráždí či ji utlačuje, například nádor nebo vnitřní krvácení.

Recepty

Elixír mládí s česnekem a citrony. – celkového omlazení pomáhá i při dýchavičnosti a je vhodný na redukci tělesné hmotnosti. Z těchto důvodů jej doporučuji osobám s nadváhou a také těm, kteří mají netréované, fyzicky slabé tělo.

Budete potřebovat čtyři sta gramů česneku, který nakrouháte na maličké kousíčky. Dále vezměte čtrnáct citronů a ze všech vymačkejte šťávu. Obojí smíchejte, přelijte do láhve se širokým hrdlem, zavažte průzračnou tkaninou a nechte vyluhovat po dobu dvaceti čtyř až dvaceti osmi dnů (jeden měsíční cyklus).

Před užitím rozpusťte jednu čajovou lžičku v půlce sklenice vody a polykejte ji denně před spaním (před upotřebním promíchejte).

E

EKZÉM

Ekzém je vlastně zánět kůže, jenž není infekčního původu a není nakažlivý. Je nejčastěji alergický nebo nervový a stejně jako ostatní záněty může mít akutní i chronickou podobu. Vyrážka se v mnoha případech neustále vrací a často svědí a pálí.

Ekzém může vzniknout v důsledku vnějších faktorů, například mechanických, chemických nebo tepelných, anebo vnitřních, mezi nimiž nechybí nemoci ledvin, jater, žaludku či střev a poruchy endokrinní či nervové soustavy. Úmorné svědění, které je ve většině případů průvodním jevem ekzému, dokáže člověku pěkně zkomplikovat život, neboť ho okrádá o spánek i o vnitřní klid. Nejčastěji napadá otevřená místa na kůži - obličej, krk, zápěstí a podobně.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si tlusté střevo.
- Pročistěte si játra.
- Zbavte se zácpy.
- Doporučuji dietu s omezeným obsahem soli.

Recepty

- Každý den vypijte lichý počet doušek čerstvé uriny, střední dávka má padesát až sto mililitrů.
- Na postižená místa si vtírejte starou urinu.

Vodní léčba. Následující proceduru provádějte po dobu tří až pěti dnů: nakažená místa na kůži si potírejte „mrtvou“ vodou, poté nechte oschnout a následně omočte v „živé“ vodě. Opakujte dalších pět až šest dní, ovšem už bez „mrtvé“ vody: ekzém by se měl do pěti dnů vyléčit.

Příklad. Jeden známý mi popsál způsob, jakým se zbavil vleklého ekzému: nejprve si pročistil střevo klystýrem z okysličené vody a uriny odpařené do čtvrtiny původního objemu a věnoval se detoxikaci jater a ledvin. Později provedl celkovou očistu cév česnekovou tinkturou, pravidelně cucal rostlinný olej, jednou denně si dopřál kontrast-

ní sprchu a jednou za týden si zašel do páry. V postních dnech také nezapomínal na hladovění o délce třiceti šesti až čtyřiceti dvou hodin týdně a mimo hladovou kúru jedl dělenou stravu. Velmi dobře zvládl očistu tlustého střeva a jater (provedl je ve druhé měsíční fázi), takže jeho organismus vyloučil chuchvalce hlenů, jakési bílé šňůry a větší počet nazelenalých kamenů. Po takové komplexní léčbě se začal cítit mnohem lépe.

EROZE DĚLOŽNÍHO HRDLA

Jde o defekt výstelky sliznice poševní části děložního krčku.

Eroze děložního hrdla může být vrozená, pravá a falešná.

Vrozená eroze se vyskytuje v dětském věku a nevyžaduje speciální léčbu. Pravá eroze je následkem zánětlivých procesů vyvolaných patogenní mikroflórou, například gonokoky, streptokoky, trichomonádami nebo kvasnicemi.

Falešná eroze je vždy důsledkem jiného zánětlivého onemocnění a zákonitě se dá vyléčit jen tehdy, je-li léčeno primární onemocnění.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si tlusté střevo.
- Pročistěte si játra.
- Bojujte se zácpou.
- Nejezte potraviny obsahující škrob a cukr, protože podporují tvorbu hlenu.
- Provádějte urinové hladovění.
- Očistěte si organismus od patogenních mikrobů: nevhodnější jsou procedury s pelyňkem a léčba elixírem Trojčátka.
- Vyhybejte se stresovým situacím a kontrolujte své emoce.

Recepty

Vodní výplach. Proplachujte si pochvu „mrtvou“ vodou, neboť rychle likviduje hnilobné prostředí. Jakmile se zbavíte infekce, je třeba aktivovat hojení sliznice pochvy a děložního hrdla omýváním „živou“ vodou.

Kombinovaná urínová léčba

- V praxi byla odhalena metoda, která efektivně léčí erozi děložního hrdla. Ráno si proplachujte inkriminovaná místa teplou urinou a na noc si zavádějte tampony, hojně nasycené vlastní starou urinou. Zevní léčbu kombinujte s vnitřní a pijte každý den moč; uvidíte, že po deseti až patnácti dnech se zcela uzdravíte.

- Vyzkoušejte noční tampony z jiných druhů uriny, například dětské nebo čerstvé, které mají protizánětlivé a analgetické účinky. Odpařená a stará urina uvolňuje a odplavuje zmrtnělé tkáně, proto ji použijte na smočení tamponů až po završení první fáze léčby.

- Jistá žena mi napsala, že si vyléčila erozi děložního krčku aktivovanou dětskou urinou. Určitou dobu ji sbírala, maličko povařila, pak prudce ochladila na teplotu čerstvě nadojeného mléka a dělala si s ní výplachy.

H

HEMOROIDY

Rozšíření žilních struktur neboli žilní městky (také se jim říká zlatá žíla“), v okolí dolní části konečníku a kolem řitního otvoru.

Hemoroidy se dělí na vnitřní a zevní neboli podkožní. Nejvíce jimi trpí osoby středního a staršího věku, muži třikrát častěji než ženy.

Na vzniku hemoroidů se podílejí značnou měrou poruchy vyprazdňování, zejména dlouhodobá zácpa, a také faktory, které zvyšují tlak a vyvolávají stagnaci krve v žilách malé pánve a žil kolem konečníku, například sedavé zaměstnání a dlouhodobé pobývání ve stejné strnulé póze, otoky v pánevní oblasti a v břišní dutině nebo cirhóza jater a u žen také nesprávné umístění dělohy a těhotenství.

Počínající nemoc se ohlásí svěděním a pálením u zadního otvoru a později se objeví bolesti a žár v postiženém místě.

Rady a doporučení na léčení

- Komplexní léčba zahrnuje jak lokální přímé působení na žilní struktury, tak celkovou úpravu krevního oběhu. Důležité je opakovaně (čtyřikrát až osmkrát) provést detoxikaci jater a odstranit portální hypertenzi (vysokého krevního tlaku v portální žíle).

- Zbavte se zácpy! V případě nutnosti užívejte v přiměřených dávkách přirozená projímadla a zavádějte si miniklystry s mlékem, olejem nebo urinou.

- Hemoroidní městky si namažte olejem z rakytníku, případně v něm namočte tampon a zaveďte si jej do konečníku.

- Pravidelně si připravujte sedavé chladivé koupele.
- Po každé defekaci se omyjte chladnou vodou.
- Prohřívejte si oblast u zadního otvoru.
- Po defekaci se omyjte vlastní močí.
- Z jídelníčku vylučte ostrá a solená jídla a také alkohol.

- Vyzkoušejte terapii šťávami.
- Užívejte prostředky, jež zklidňují životní princip větru, například prohřívání a okuřování.
- Vyvarujte se podchlazení a dehydratace organismu.

Recepty

Léčba hořčicí

• Naberte do úst trochu hořčicového prášku v objemu asi jedné čajové lžičky a převalujte *jej*, dokud se nepromění v chomáček (žmolkuje se) a nerozpustí. Současně si do konečníku zaveďte vatový tampon, *namočený* v převařeném a ochlazeném slunečnicovém *oleji*.

• Doporučuji sedavou hořčicovou koupel: čtyři polévkové *lžice* hořčice rozpusťte ve třech litrech vroucí vody a přelijte do lavoru, do nějž se můžete posadit. Zabalte se po pás do deky a vydržte v lázni minimálně deset minut; později proceduru dvakrát až čtyřikrát opakujte.

Léčba česnekem

• Vymočte se do smaltovaného kastrůlku, postavte *jej* na plotnu a nechte projít varem. Odstavte, přisypte *do* moči polévkovou lžící jedlé sody a důkladně rozmíchejte. Pak kastrol postavte do větší nádoby, například do kyblíku, přisedněte si na něj a vydržte v této pozici deset minut. Můžete se přitom do půl těla zabalit do deky.

• Hemoroidní boule opláchněte teplou urinou a potom si na ně přiložte obklad z bavlněné nebo vlněné tkaniny, namočený v Česnekové šťávě nebo potřený strouhaným česnekem.

• Nezapomínejte na teplé sedavé koupele: jejich účinnost zvýšíte tím, že do vody přidáte šťávu z pěti stroužků česneku.

• Pacientům s vnitřními hemoroidy doporučuji, aby si do konečníku zaváděli očištěný stroužek česneku (jako čípek), pomazaný rostlinným olejem nebo máslem.

• Připravte si domácí čípky: na každou dýku dva nebo tři česnekové dílky, smíchejte je s horkým roz-

taveným máslem, směs nalijte do formiček (můžete si udělat vlastní z alobalu) a vložte do lednice, aby ztuhly. Používejte denně po defekaci.

Mula bandha. Cvičte a posilujte svaly u análního otvoru: zatáhněte je a osmkrát až desetkrát po sobě uvolněte. Cviky pánevního dna se jmenují *mula bandha* (mula - kořen, bandha - stah) a pomáhají rozproudit krev. Mohou se cvičit vestoje, vleže, vsedě i při chůzi.

Řebříčková mast. Rozmělněte pět gramů prášku z květů řebříčku obecného a pět gramů malinových listů a oba komponenty smíchejte s padesáti gramy rozpuštěného čerstvého másla. Získáte hodnotnou řebříčkovou mast, s níž si každý večer před spaním potřete anální otvor. Uchovávejte ji v lednici. Zároveň každé ráno na lačný žaludek vypijte sklenici syrovátky a během dne snězte pět až deset jalovcových plodů, svařených v roztaveném másle a vysušených v troubě.

Kamencová léčba. Prohřívejte si oblast kolem řitního otvoru kousky kamence, neboť mají silné stahující schopnosti: hemoroidní boule se zatahnou, ve vroucí vodě nechte rozpustit čtyřicet pět gramů kamence a nechte *jej* vřít na mírném ohni asi patnáct až dvacet minut. Potom kastrol odstavte, uzavřete dřevěnou poklid s otvorem a kraje případně omotejte tlustým ručníkem. Nad párou si prohřívejte dvacet až třicet minut zadní otvor.

Poté namažte anální otvor zvenčí i zevnitř vazelinou a užíjte projímadlo. Kamencová léčba má totiž silný stahující a svíravý efekt, takže se konečník může sevřít příliš a vznikne z toho zácpa. Olej však vše napraví a konečník se zvlhne a uvolní.

Proceduru stačí vykonat jednou, ale lépe třikrát za týden: na kladný výsledek nebudete muset čekat dlouho a konečník se začne uzdravovat.

„Železita“ voda. Nechte půl hodiny vřít vodu s očištěnými železnými hoblinami a popíjejte *ji* během kúry. Neužívejte mléko ani Černý čaj, neboť tyto nápoje rovněž stahují, a namísto nich pijte bylinkové odvary anebo zelený čaj.

Mléčné cibulový odvar. Do půldruhého litru mléka položte čtyři velké cibule a 15-20 minut povařte. Odstavte, kastrol uzavřete dřevěnou poklicí s otvorem a prohřejte si nad párou anální otvor po dobu alespoň dvaceti až třiceti minut.

Procedura s „živou“ a „mrtvou“ vodou. Nejprve si omyjte postižené okolí řitního otvoru „mrtvou“ vodou a pak si na něj přiložte tampon omočený v „živé“ vodě. Opakujte proceduru několikrát: jakmile tampon vyschne, ihned použijte nový. Krvavý výtok z hemoroidních boulí postupně ustane a rány se do dvou až tří dnů zahojí.

HLUCHOTA (ZTRÁTA SLUCHU)

Recepty

Urinová léčba. V praxi jsem se setkal s případy, kdy se podařilo pacienta vyléčit a navrátit mu sluch s pomocí urinového průplachu nosu a uší a kloktání uriny.

Vyzkoušejte různé druhy uriny a zkuste si je nakapat i do uší - pět až deset kapek několikrát denně. Urinu, která vám vyhovuje nejvíc, pak pravidelně používejte; sluch se vám vylepší a možná i navrátí v plné míře.

Příklad. Uvedu příklad pacienta, kterému se **urinoterapií** podařilo v padesáti osmi letech vyléčit z hluchoty. Očistil si játra urinou, popíjel každý den sto padesát až dvě stě mililitrů moči a potíral si tělo odpařenou urinou. Kromě toho se koupal ve směsi vody s urinou (jeden litr staré uriny na celou vanu). Jen na detoxikaci střev urinou nikdy nepřistoupil.

HOREČKA

Je to obecná reakce organismu na patogenní procesy, například infekci nebo úraz. Tělesná teplota se zvýší a zároveň se změní i látková výměna a krevní oběh.

Recepty

- Proti horečce efektivně pomáhá šťáva z pelyňku hořkého: **rozemlejte** rostlinu na maličké kousky, **vymačkejte** z ní

šťávu a nechte vysušit na slunci. Užívejte v malých dávkách čtyři a půl gramu.

- Vypijte jedním douškem padesát až sto mililitrů uriny.
- Horečka se sníží, budete-li si na místa, kde si nahmatáte tep, přikládat urinové obklady, například na zápěstí, kotník, čelo a ještě lépe na ledviny. Jako doplněk léčby se polevejte nebo sprchujte studenou vodou.

HOUBOVÁ A PLÍŠŇOVÁ ONEMOCNĚNÍ

Jde o nakažlivá onemocnění vyvolaná patogenními houbami a plísněmi Parazitují na rohové vrstvě kůže čili epidermis (stratum corneum), ve vlasech a na nehtech člověka.

Nezřídka se nákaza rozšíří na sliznici a vnitřní orgány. Člověk se snadno nakazí od jiného při blízkém kontaktu anebo při používání společných předmětů osobní hygieny.

Recepty

Urinová léčba

- Při plíšňovém onemocnění nohou je nutné vytvořit na kůži kyselé prostředí, neboť jedině tak se houbám zamezí, aby se nadále vyvíjely a rostly. Dvakrát denně po dobu alespoň tří dnů si potírejte chodidla urinou, odpařenou na čtvrtinu původního objemu.

- Postižená místa si natírejte čerstvou urinou.
- Pijte ranní moč.

Houbové onemocnění na nehtech. Jednomu pacientovi se podařilo vyléčit houby, které ho trápily celých deset let. Nehty mu za tu dobu ztmavly a začaly se loupat ve vrstvách, takže sotva držely na prstech. Muž si omýval nohy ve vlastní moči a péči věnoval zejména nemocným nehtům, jež průběžně potíral napůl odpařenou urinou. Stačily dvě procedury a infekce pod nehty se zcela zlikvidovala. Později se mu upevnily i **nehty** a nyní vypadají zase normálně.

CHŘIPKA

Virové onemocnění, které postihuje dýchací orgány, nervovou soustavu a někdy i srdce a cévy.

Chřipka je kapénková nákaza a přenáší se vzduchem. K nejčastějším symptomům patří bolesti hlavy, zimnice, horečky, pnutí v kostech a svalech a další projevy. Je nebezpečná tím, že při ní mohou nastat těžké komplikace.

Rady a doporučení na léčení

- Očistné hladovění.
- Urinoterapie.

Recepty

- V průběhu dne si osmkrát až dvanáctkrát propláchněte nos a ústa „mrtvou“ vodou a na noc vypijte půl sklenice „živé“ vody.

- Jakmile se dostaví první symptomy nemoci, okamžitě přestaňte jíst a užívejte jen urin. Také si s ní proplachujte ústa a kloktejte.

- Dále se hodí stejná doporučení, jaká jsem uvedl při nachlazení, bronchitidě a rýmě.

CHUDOKREVNOST (ANÉMIE)

Je to chorobný stav, při němž dochází ke snížení hmotnosti krve v organismu (je pod normálem) a také počtu krvinek i podílu hemoglobinu v krvi.

Při chudokrevnosti se do organismu nedostane potřebné množství kyslíku a dalších důležitých látek, ale nejhorší je, že je nedostatečně zásobován i mozek.

Příznaky chudokrevnosti: bledá pokožka, časté závratě, někdy mdloby a dýchavičnost.

Příčiny vzniku **anémie**: velká ztráta krve, narušení krve tvorby a zvýšený rozpad krvinek.

Rady a doporučení na léčení

- V prvé řadě odstraňte příčinu ztráty krve.

- Zařaďte do jídelníčku potraviny bohaté na bílkoviny, vitaminy, železo a také produkty podporující krve tvorbu: játra, vejce, maso, vařené fazole, hrách, ovoce a zeleninu.

- Před jídlem pijte čerstvě vymačkané ovocné a zeleninové šťávy, neboť zlepšují schopnost organismu vstřebávat železo.

- Jezte hodně mléčných výrobků, ale vždy samostatně. Mléko, sýr a další produkty totiž obsahují hodně vápníku a fosforu, které brzdí proces vstřebávání železa.

- Jídlo raději připravujte v litinovém nádobí, protože se při tom potraviny obohacují železem.

- Nekuřte: nikotin ničí hemoglobin v krvi a rozkládá jej na bílkoviny a železo.

- Ženy s anémií by měly projít šestiměsíční ozdravnou kúrou, při níž by užívaly přípravky se železem.

- Doporučuji, abyste při léčbě používali co nejvíce bylinky, protože vylepšují skladbu krve a zároveň celkově posilují organismus.

- Proved'te detoxikaci jater.

Recepty

Kasička na očistu krve. Vezměte padesát gramů čemeřice kavkazské, rozdrťte ji na prášek a smíchejte se čtvrtinou čajové lžičky medu. Jezte před spaním, ve dvacet dva až dvacet tři hodin.

Míchaná šťáva na posílení krve. V odšťavovači si připravte čerstvou šťávu z mrkve, řepy a ředkviček. Promíchejte je (měly by mít přibližně stejný poměr) a nalijte do láhve, již uložte na chladné a temné místo. Tuto šťavnou směs můžete skladovat, ale ne déle než týden, a poté si musíte připravit novou. Užívá se jedna polévková lžice před jídlem, léčba trvá tři měsíce.

Speciální recept - jablečně-žlutková tuková sladká kase

Vezměte čtyři sta gramů vepřového prsního nesoleného sádla a šest velkých jablek (nejlepší jsou anton, protože mají hodně železa). Jablka nadrobno pokrájejte, dobře

promíchejte s tukem, vložte do trouby a nechte vyhřívat na mírném ohni.

Poté oddělte dvanáct vaječných žloutků (mají hodně železa, které se snadno vstřebává), smíchejte s jednou sklenicí pískového cukru a směs utřete, aby zbělela. Nakonec nakrouhejte na malém struhadle tabulku čokolády o hmotnosti asi čtyři sta gramů.

Jakmile se sádlo s jablky prohřeje a roztaví, procedte je skrze sítko nebo gázu a do získané směsi přidejte utřené žloutky s cukrem, posypte ji čokoládou a znovu vše dobře promíchejte. Výsledkem bude příjemná kašovitá hmota, kterou si *můžete* třeba mazat na chleba nebo mlsat jen tak. Sendvič přikusujte ke každému jídlu a zapíjejte teplým, takřka horkým mlékem.

Tento recept se velmi hodí pro osoby s podváhou a ty, kteří mají předrážděný princip větru. Pacient se nejen zbaví chudokrevnosti, ale také se mu upraví tělesná váha a celkově se cítí lépe.

Bylinkový nálev. Vezměte tři polévkové lžice třezalky, dvě polévkové lžice ostružin a dvě polévkové lžice kopřivy, důkladně je rozdrťte, dobře promíchejte a nasypete do termosky. Uvařte roztátou vodu v objemu tří sklenic a zalijte jí bylinky v termosce (voda musí být vařící) a nechte chvíli vyluhovat. Pije se jedna sklenice horkého nálevu třikrát denně.

Šípkový odvar. Velmi efektivním prostředkem proti chudokrevnosti jsou šípkové plody. Roztlučte pět polévkových lžic plodů, nasypete je do nádoby a zalijte jedním litrem roztáté vody. Dejte na deset minut na plotnu a povařte, pak přelijte do termosky a nechte na noc uležet. Šípkový čaj můžete pít kdykoli, v libovolnou denní dobu nezávisle na příjmu jídla.

Výtažek ze šípku dobře čistí krevní soustavu a vylepšuje látkovou výměnu v organismu. Obsahuje přirozený vitamin C a další biologicky aktivní prvky, které z něj dělají velmi vhodný lék nejen při chudokrevnosti, ale také při nemocech

jater, ledvin a močového měchýře. Působí i jako posilující a upevňující tonikum.

Řepná šťáva. Správná syntéza hemoglobinu vyžaduje přísun naturálního, přirozeného železa. Proto pijte hodně řepné šťávy, která má kromě tohoto cenného prvku také hodně solí draslíku, vápníku, fosforu, fruktózy, glukózy a vitaminů skupiny B, C a P. Pije se čtvrtina sklenice dvakrát až třikrát denně před jídlem a podle chuti do ní můžete přidat jednu polévkovou lžici medu.

Ředkvičková šťáva. Byla doporučována při chudokrevnosti odpradávná, protože je bohatá na železo, hořčík, vápník a různé vitaminy. Užívá se jedna polévková lžice ředkvičkové šťávy s medem třikrát denně před jídlem.

Mrkvová šťáva. Rovněž obsahuje pestrou paletu biologicky aktivních prvků: železo, kobalt, měď, vápník, jod, brom a další. Je vhodná nejen při anémii, ale také při gastritidě, neboť upravuje glycidovou výměnu. Pije se sto až pět set mililitrů třikrát denně nebo podle potřeby, vždy před jídlem.

Pro dosažení vyšší efektivity při léčení můžete šťávy také míchat, například padesát mililitrů řepné přilijete do sto padesáti až dvou set mililitrů mrkvové.

Směsi šťáv. Směs jablečné a řepné šťávy upravuje chudokrevnost a zvyšuje podíl hemoglobinu v krvi. Vymačkejte takové množství řepy, abyste z ní získali přibližně dvacet až třicet mililitrů šťávy, a smíchejte ji se sto padesáti až dvěma sty mililitry šťávy z jablek. Pijte ji okamžitě, nikdy neskladujte! Stačí vypít jednu dávku dvakrát až třikrát denně před jídlem.

Zeleninové šťávy. Jsou zcela neškodné, a proto je můžete pít neustále, sestavte si třeba vlastní program šťavné kúry podle svých potřeb. Mějte však na paměti, že lesní plody i jiné ovoce a zelenina mají největší účinnost v období, když zrají, a dodržujte druhou důležitou zásadu: všechny šťávy pijte **čerstvé**, rozhodně je neschovávejte na pozdější dobu.

Česneková léčba. Dalším neocenitelným pomocníkem při chudokrevnosti je česnek. Není však pro každého, pro-

tože někteří lidé na něj mají alergii anebo jim nechutná. Takovým pacientům doporučuji česnekovou tinkturu: očistěte a promyjte tři sta gramů česneku a uložte do nádoby. Nalijte na něj asi litr čistého lihu a nechte tři týdny vyluhovat. Před užitím rozpusťte dvacet kapek tinktury ve čtvrt sklenice mléka a pijte třikrát denně.

Pelyňková léčba. Nejcennější bylinkou pro chudokrevné je pelyněk pravý (*artemisia absinthium*).

Do třílitrové láhve nasypete čerstvé byliny, aby byla vrchovatě naplněná (nejlepší období pro sběr je květen). Zalijte je vodkou nebo rozředěným lékárenským lihem a nechte po dobu tří týdnů vyluhovat na suchém a temném místě při pokojové teplotě.

Užívá se v miniaturních dávkách: jedna kapka tinktury rozpuštěná v malém množství vody, odpovídajícím zhruba jednomu náprstku. Polykejte toto množství tři týdny vždy ráno na lačný žaludek, dva týdny si odpočiňte a v případě nutnosti v léčbě pokračujte.

Čemeřice - bylinka pro chudokrevné

- Padesát miligramů prášku z čemeřice kavkazské smíchejte s čtvrtinou čajové lžičky medu a vždy večer před usnutím ve dvaadvacet až třiaadvacet hodin kasičku polkněte. Směs z čemeřice posiluje nervy, upravuje stolici a čistí močovody, v nichž se usazuje písek. Rovněž zlepšuje činnost jater a léčí kožní nemoci. Léčba trvá od jednoho do šesti měsíců, případně déle. K prášku z čemeřice můžete přimíchat dle vlastního uvážení prášek z jiných léčivých bylin.

- Prášek z Čemeřice je stejně účinný i bez medu: špetku (asi čtvrtinu dezertní lžičky) snězte každé ráno v pět hodin a zapijte sklenicí vody. Budete-li léčbu opakovat po dobu jednoho až šesti týdnů, podíl hemoglobinu v krvi se zvýší.

Starodávné recepty s čemeřicí na očistu krve

- Starodávní mudrcové, například druidští kněží, jedli čerstvé listy čemeřice černé (*helleborus niger*), která je považována za nejučinnější. Rostlinu nejprve dlouho sušili

ve stínu, poté rozmělňovali na prášek a nakonec smíchali se stejným množstvím cukru. Pokud se rozhodnete pro tento postup, buďte opatrní: směs čemeřice a cukru stačí užívat jednou týdně, přičemž začněte s nepatrnými dávkami, které můžete zvýšit až na čtyři gramy. Důkazem, že tato směs skutečně druidům pomáhala, je skutečnost, že se dožívali vysokého věku a netrpěli vnitřními ani vnějšími tělesnými nemocemi.

* Jiný léčebný prostředek s čemeřicí pochází ze středověku: trochu listů a kořenů rostliny zamíchejte do žitného těsta na chleba a upečte, bude tak mnohem chutnější. Zbytek kořenů utřete na jemný prášek (skoro pudr) a v této podobě užívejte před jídlem: slabší pacienti dva gramy a silnější trochu více. Uvedený způsob léčby byl velmi populární i ve starověku, zejména ve starém Římě, ovšem nemocným se podával prášek z celých rostlin čemeřice.

- Jiný originální recept se dochoval ze středověku, z dílny alchymisty a léčitele Paracelsa: nadrobno nasekejte kořen čemeřice černé a prášek napěchujte do jablka, aby bylo jako nadívané (jablko je nutné utrhnout v noci!). Ráno je upečte na mírném ohni, vyjměte vnitřek a rozetřete na prášek či kasičku. Užívejte v malém množství, asi tak dva gramy vždy před jídlem. Paracelsus doporučoval konzumaci zejména na jaře a na podzim. „Čemeřicové“ jablko čistí krev, ale pomáhá i duševně, neboť uklidňuje, obnovuje tkáň a prodlužuje život.

ISCHIAS (ISCHIALGIE)

Bolesti v kříži. Jež často vystřelují do končetin. Způsobuje je dráždění nervových kořenů v kříži, zejména sedacího nervu.

Může vzniknout z nachlazení anebo v důsledku infekce okolních orgánů.

Příznaky: prudké bolesti při zvedání nohou a při ohýbání hlavy k hrudi a také v poloze ležmo s napnutýma nohama.

Při bolestech má postižený pocit, jako by mu zdřevněla kůže, a často se dostaví i klasické „mravenčení“. Svaly na nemocné noze rychle ochabnou a ztrácí tonus.

Recepty

- Třikrát během dne před jídlem vypijte tři čtvrtiny sklenice „živé“ vody. Bolest se vytratí během dne a někdy už za dvacet až čtyřicet minut.
- Na bolestivá místa si přikládejte obklady z uriny, odpařené na jednu čtvrtinu objemu.
- *Přiložte* si na bolestivé místo hliněný zábal s urinou.
- Řiďte se recepty, které jsou běžně doporučovány při *radikulitidě*.

KAŠEL

Charakteristický symptom onemocnění dýchacích orgánů. Vzniká při zánětu sliznice dýchacích cest (hrtanu, průdušek) a plicní tkáni (zápal plic, tuberkulóza, bronchiální astma); může však být i alergického původu.

Kašel se dělí na vlhký, při němž se vylučují hleny, a suchý. Někdy nemocného škrábe v krku, což vyvolává další záchvaty suchého kašle. Při různých nemocích pacienta sužuje jiný druh kašle: například při zánětu hrtanu vychází z hrudi a je „štěkavý“, při zánětu hlasivek je sípavý a při černém kašli má podobu těžkých vleklých záchvatů. Při jakémkoli kašli je třeba odstranit jeho prvotní příčinu, tedy vyléčit základní nemoc.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte si organismus od patologických hlenů, zejména v oblasti hlavy (promývání nosohltanu urinou).
- Proveďte detoxikaci tlustého střeva.
- Proveďte urinové hladovění
- Pijte výtažky a odvary z bylinek, které podporují chrchlání a odkašlávání.
- Na hradní koš si přikládejte obklady.

Recepty

- Zakapejte si nos třemi až pěti kapkami uriny.
- Každý den vypijte jedním douškem čerstvou urinou o objemu padesát až sto mililitrů.
- Kloktejte čerstvou nebo odpařenou (do půlky původního objemu) urinou
- Provádějte urinovou masáž hrudního koše.

Léčebná bylinková směs

Anýz. plody - 1 díl

Podběl. listy - 1 díl

Blín Černý, květy -2 díly

Proskurník květy - 2 díly

Mák vlčí, květy - 2 díly

Tymián - 2 díly

Ibišek, kořen - 2 díly

Lékořice, kořen - 5 dílů

Smíchejte bylinky dohromady a jednu polévkovou lžici směsi nasype do sklenice magnetizované vody. Vyluhujte po dobu dvou *hodin*, potom nechte projít varem a přelijte do termosky. Pi je padesát mililitrů teplého odvaru z termosky třikrát až čtyřikrát denně.

Nálev z jitrocele. Polévkovou lžici suchých listů jitrocele nasype do termosky a zalijte jednou sklenicí vroucí vody. Nechte dvě hodiny vyluhovat a užívejte jednu polévkovou lžici čtyřikrát denně před jídlem.

Černá ředkev. Vezměte ředkev, vydlabejte v ní otvor a zaplňte jej medem. Pak jej uzavřete odříznutým kouskem ředkve a nechte čtyři hodiny vyluhovat. Vytvoří se šťáva, kterou je třeba slít. Užívejte jednu polévkovou lžici před jídlem. ředkvová šťáva organismus odhlehne a léčí kašel v krátké době.

Sahádža pránájama. Při kašli je vhodný jogínský cvik *sahádža pránájama*, který má silný ozdravný účinek.

Posaďte se na židli a narovnejte páteř. Zhluboka se nadechněte nosem, dokud nepocítíte, jak se vám plíce rozšiřují. Při zadržovaném dechu táhněte krk nahoru a podbradek přitlačte k hrudní jamce. Potom vydechněte nosem, přičemž výdech by měl být delší než nádech, a během dvou až tří minut cvik opakujte.

KLIMAKTERIUM

Přechod od pohlavní zralosti k pokročilému věku. Aktivita ženských pohlavních orgánů postupně vyhasíná a žena přestane být plodnou; tato změna je doprovázena mnoha dalšími příznaky.

U žen ve věku čtyřicet pět až padesát čtyři let, ale nejčastěji kolem čtyřicátého sedmého roku se menstruace naruší a je nepravidelná; toto období trvá patnáct až osmnáct měsíců.

Zhruba u poloviny žen klimakterium probíhá hladce a bez problémů a nedostaví se žádné bolesti ani jiné patologické projevy.

Druhá polovina žen má však zdravotní obtíže. Kromě zmiňovaného nepravidelného menstruačního cyklu trpí tak zvaným *klimakterickým syndromem*, jen se vyznačuje řadou příznaků jako nával krve do hlavy, návaly horka, červenání kůže, zvýšený tep, silný tlukot srdce, potivost střídaná zimnicí, bolesti hlavy, nespavost, šumění v uších a rychlá únava. Nežádka se objeví také problémy psychického rázu: předráždění, ustrašenost, nutkání k pláči, nervozita či nevolnost. Některým ženám nadměrně stoupne chuť k jídlu a přiberou na váze.

Ovšem pozor, klimakterium se nevyhýbá ani mužům: nastává v období mezi padesáti a šedesáti a přestože není tak zřetelné jako u žen, trvá déle. Projevuje se zejména snížením pohlavního zájmu a oslabením erekce.

Rady a doporučení na Učení

- Vyhněte se emočním stresům, negativním prožitkům a zneklidňujícím faktorům.
- Omezte spotřebu kávy, čokolády, sladkostí obecně a dalších povzbuzujících produktů.
- Zařaďte do jídelníčku potraviny s vysokým obsahem biologicky aktivních látek, celozrnný chléb, polévku s klíčky a také čerstvě vymačkané ovocné šťávy (alespoň litr denně).
- Cvičte, sportujte a dbejte na dostatečnou fyzickou zátěž - ale s mírou! Fyzická aktivita podporuje tvorbu hormonů, jež jsou pro organismus nezbytné, ale kterých se zpravidla nedostává. Zlepšuje také oběh krve a dalších látek v organismu a nabíjí energii.
- Dodržujte pravidelný životní režim: příjem potravy v období zvýšené aktivity žaludku a střev, vyprazdňování během zvýšené aktivity střev a práce a odpočinek v období, které je k tomu nejvhodnější.

- Nevyhýbejte se sexu: pravidelný pohlavní styk zpevňuje svaly bederní oblasti a udržuje je ve správném tonusu.
- Vyvarujte se jakýchkoli projevů dehydratace organismu - nepoužívejte mycí a hygienické přípravky, jež vysušují kůži (důležité zejména pro ženy s konstitucí větru).

• Bojujte se zácpou.

Recepty

- Pravidelně pijte bylinkové čaje obsahující přírodní estrogény, například lékořičový, jenž představuje účinný prostředek proti návalům krve a horka a přitom nemá žádné vedlejší účinky.
- Pokud pocítíte nával krve, udělejte si v práci pauzu, posadte se a uvolněte ruce a nohy. Nechť se příliv prožene vašim tělem jako vlna a poté ustane.
- Umývejte se v urině a potírejte si s ní tělo.
- Proplachujte si vnější pohlavní orgány čerstvou urinou, neboť příznivě působí na jejich sliznici. Pozor, nepoužívejte starou ani odpařenou urinu, protože ta naopak sliznici vysušuje.
- Při hormonálních poruchách pijte dvakrát až třikrát denně padesát až sto mililitrů vlastní moči nebo od mladého člověka.

Pelyňková lázeň. Odvar z pelyňkových kořínků připravíte tak, že je rozmělněné zalijete studenou vodou a dáte na dvě hodiny odstát. Pak je deset minut povařte, sceďte a přidejte do koupele s teplotou třicet šest až třicet sedm stupňů Celsia. Proved'te dvanáct až čtrnáct koupelí večer nebo na noc před spaním.

KOKTAVOST

Porucha plynulosti řeči -hovořící zadržuje zvuky a slabiky nebo opakuje, protože se svaly řečového aparátu stahují.

Příčinou může být silný úlek v dětství, infekce, intoxikace

• další.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte životní pole.

* Posilujte nervovou soustavu.

- Pijte bylinkové odvary s uklidňujícím účinkem.
- Připravujte si bylinkové koupele.
- Přestaňte kouřit, nepijte alkoholické ani povzbuzující nápoje.

Recepty

Cvičení proti koktavosti

Pročítejte nahlas psaný text následujícím způsobem: plynule se nadechněte, na okamžik zadržte dech a plynule vydechněte. Podstata metody spočívá v tom, že začnete hovořit až poté, co jste začali výdech. Hovořte jen během výdechu, s úsměvem, nikam nespěchejte a nenapínejte se. Jakmile pocítíte, že jste vydechli veškerý vzduch, zmlknete, zadržte dech, pak se nadechněte a při následném výdechu znovu začnete hovořit nahlas - samozřejmě opět uvolněné, beze spěchu, s úsměvem a radostí, s pocitem sebejistoty a klidu.

Abyste byli skutečně úspěšní a naučili se znovu plynule mluvit, musíte zvládnout umění vyvolávat laskavost a lásku k lidem. Trénujte ji, dokud se nestane vaší součástí a každodenním zvykem. Při kontaktu s lidmi buďte přívětiví a mluvejte s nimi s úsměvem.

Při léčbě je nutné pacienta asi na měsíc izolovat od ostatních a mluvit s ním jen minimálně. Jde-li o dítě, může s ním být jedna osoba; dospělého však je možné nechat o samotě. Na noc pijte uklidňující bylinkové prostředky, například z kozlíkového kořene, srdečniku, meduňky, máty a dalších. Samozřejmě je nekouřit a nepít alkohol ani nedoporučuji jiné povzbuzující nápoje, například čaj, kávu, horkou čokoládu a podobně. Pacient se musí obrnit trpělivostí: uvedená doba však k odstranění koktavosti zcela stačí.

KOLIKA,

JATERNÍ

Jeden z hlavních symptomů žlučových kamenů.

Bolesti vznikají v pravém podžebří a dále se rozšiřují do celého břicha. Mají spazmatický charakter a často jim předchází nevolnost a pocit těžkosti v pravém podžebří.

Rady a doporučení na léčení

- Vypusťte z jídelníčku tučná a ostrá jídla a také alkoholické nápoje.
- Nekuřte.
- Záchvatům bolesti nejsnáze předejdete, pročistíte-li si tlusté střevo a játra.
- Na zmírnění bolestí doporučuji tepelné procedury a parné koupele.

Recepty

- Vezměte list šalvěje, plod jalovce a stvol pelyňku ve stejném množství. Dvě polévkové lžíce směsi přelijte půllitrem vody a deset minut povařte na mírném ohni. Sced'te, přilijte horkou vodu tak, abyste doplnili původní objem, a užívejte tři sklenice odvaru za den.
- Sto gramů pelyňku namočte ve studniční vodě a nechte dvacet čtyři hodin odmáčet. Poté půl hodiny povařte na mírném ohni, odstavte a nádobu pevně uzavřete pokličkou. Užívejte jednu čajovou lžičku třikrát až čtyřikrát denně, třicet minut před jídlem.
- Na játra si přikládejte obklady namočené v urině.

KOLIKA, LEDVINÁ

Vyznačuje se prudkými bolestmi v kříži a v kyčelní oblasti, způsobená křečovitými stahy hladké svaloviny ledvinových pánviček a močových trubíc, které působí jako překážka při odtoku moči.

Ledvinná kolika nejčastěji vzniká při ucpání močovodů kameny nebo močovou solí. Bolesti jsou opravdu ukrutné, nemocný se trápí a neví, co dělat, často mění pozici těla. Má časté nutkání na močení, je mu nevolno zvrací a celkově se cítí zle.

Rady a doporučení na léčení

- Vyzkoušejte mléčnou a rostlinnou dietu.
- Přijímejte dostatek tekutin, například lipový čaj nebo klikvový mošt.

Recepty

Břízový nálev. Spařte jednu čajovou lžičku sušených břízových listů ve sklenici s horkou roztátou vodou, přelijte do termosky a nechte dvacet až třicet minut vyluhovat. Pijte třikrát až čtyřikrát denně na lačný žaludek, nejlépe teplý, s jednou lžičkou medu (tak má vyšší účinnost).

Pelyňkový sirup. Namočte šedesát devět gramů pelyňku ve vodě a nechte vyluhovat noc a den. Poté povařte, sced'te, přidejte tři sta padesát tři gramy cukru či medu a vařte až do zhoustnutí. Užívejte jednu čajovou lžičku třikrát až čtyřikrát denně.

Urinové obklady. Na oblast ledvin si přikládejte obklady z vlněné tkaniny namočené v urině. .

KOLIKA, STŘEVNÍ

Bolest v břišních útrokách, jinak také střevní neuróza. Častěji postihuje ženy.

Příčinou střevní koliky je nevyrovnaný endokrinní systém, nejčastěji v důsledku přetížení nebo nervového zhroucení.

Bolesti jsou lokalizovány ve spodní části břicha, jsou spazmatické a nárazové a doprovází je nadýmání. Křeče trvají od několika minut do několika dnů a zpravidla končí průjmem. Nemocný trpí spastickou zácpou a nespavostí a je celkově podrážděný a často má velmi bolestivé záchvaty.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte životní pole.
- Proveďte detoxikaci tlustého střeva.
- Proveďte detoxikaci jater.
- Zbavte se zácpy.
- Vyvarujte se přetížení, stresu a nervového zhroucení.
- Dodržujte dietu s omezeným přísunem sacharidů a kvasnic.

Recepty

- Nasypte šedesát devět gramů pelyňku do pramenité vody, uvařte, sced'te a přidejte tři sta padesát tři gramy cukru.

Vařte až do úplného zhoustnutí a poté užívejte jednu čajovou lžičku třikrát až čtyřikrát denně.

- Čajovou lžičku sušeného pelyňku přelijte čtvrtinou vařící vody, nechte deset minut vyluhovat a pijte jeden šálek třikrát denně jako čaj.

- Pijte čerstvou dětskou nebo aktivovanou (chladem) urinou s objemem padesát až sto mililitrů dvakrát až třikrát denně.

- Pijte čtyřikrát až pětkrát denně výtažek z pelyňkových a šalvějových listů, které smícháte v poměru 1:1. Dvě polévkové lžíce směsi přelijte jednou sklenicí vroucí vody, nechte dvě hodiny vyluhovat a polykejte jednu polévkovou lžičku. Během léčby pijte tekutý rýžový odvar.

KOUSNUTÍ, HMYZEM NEBO ZVÍŘETEM

Ať už člověka kousne pes, komár nebo had, vždy je to velmi nebezpečné. Rány zpravidla bolí a těžce se hojí. Avšak lidová metoda zná několik způsobů, jak nemocnému pomoci a ulevit od bolesti.

Recepty

Urinové ošetření. Po kousnutí hmyzem místo zpravidla otéká a červená, pálí, svědí a bolí. Přiložte si na kousnutí čerstvou moč, bolest i svědění do třiceti až čtyřiceti minut poleví a za tři až čtyři hodiny už nebudete ani vědět, že vás něco kouslo.

Vosí štípnutí. Pacientku po kousnutí vosou sužovala ostrá bolest a místo nebezpečně otékalo, ona si na ně však okamžitě přiložila obklad z odpařené uriny. Po patnácti až dvaceti minutách otok splaskl a nezůstaly po něm ani stopy. Bez ošetření vosí štípnutí bolí několik hodin a stopy po něm jsou vidět minimálně dva až tři dny.

KRÁTKOZRAKOST

Člověk špatně vidí do dálky. Nemoc často postupuje a, zrak se může prudce zhoršit během krátkého období. Nemocný leckdy nemůže ani číst a před očima mu plavou světélkující sborny či zrnění. Tato oční vada postihuje až třetinu obyvatelstva.

Rady a doporučení na léčení

- Vyvážené stravování, zejména potraviny, bohaté na vitamín A: mrkev, špenát, zelená cibule, meruňky, černý rybíz, sýr, mléko, játra mořských živočichů.

- Provádějte speciální cviky, jež oči posilují.

- Silně krátkozrací lidé by se měli vyvarovat těžké fyzické práce.

- Pročistěte svůj organismus od patologického zahlnění, zejména v oblasti hlavy.

- Očistěte své životní pole.

- Provádějte urinové hladovění.

Recepty

- Jsou známy případy, kdy se po několika urinových hladových kúrách zrak vylepšil nebo zcela obnovil (šlo o dvou denní, šesti, osmi až desetidenní hladovění). Zároveň si postižený přikládal na oblast u kořene nosu tampony z uriny, odpařené na jednu čtvrtinu původního objemu.

- Jednou denně si do očí nakapejte tři až pět kapek uriny - hodí se dětská anebo aktivovaná.

- Přikládejte si na oči obklady z čerstvé uriny.

- Také zakapávání nosu je velmi účinné: stačí pět až dvacet kapek několikrát denně. Procedura pročistí mozek a vylepší zrak, čich i paměť.

- Během dne snězte jednu až dvě čajové lžičky plodu klanoprašky čínské (*schisandra chinensis*), která má za sebou v tradiční čínské medicíně dlouhou historii užívání.

Cvičení na zlepšení zraku. **Budete-li** provádět následující cvičení, oslabený zrak **se** posílí a upraví.

Nalepte si na okno pod úroveň očí malou nálepkou nebo jinou známku o velikosti třikrát **tři** centimetry v jasných barvách a pěkném provedení (**neuškodí** zelená barva). Pak si vyberte v dáli za oknem nějaký vzdálený objekt, například strom, část domu nebo něco jiného, **ale** aby byl na pohled příjemný.

Postavte se k oknu, aby se mezi **vašima** očima a nalepeným obrázkem vytvořil rozestup dvacet až pětadvacet

centimetrů (přípravná fáze). Cvičení trénuje přizpůsobivost oka: tři až pět vteřin se dívejte na obrázek a ihned poté stejnou dobu pozorujte vybraný objekt v dáli. Několikrát pohled prostřídejte: *do* dálky - na objekt - *do* dálky - na objekt a tak dále.

Je nezbytné, abyste u cvičení nenapínali zrak a nemhouřili oči, nýbrž zůstali uvolnění a zcela v klidu směřovali pohled z jednoho objektu na druhý. Cvičte denně až do úplného vyléčení oční vady.

KRVÁCENÍ

Příčinou krvácení může být vnější poranění, při kterém se poškodí cévní stěny, dále patologické změny ve složení krve anebo přímo na cévních stěnách; leckdy k němu dochází při onemocnění vnějších orgánů.

Recepty

Vrbová léčebná kúra. Vrba byla pro svůj stahující účinek odpradávná vyhledávána jako lék proti krvácení, zejména pro ženy. Nejlépe se hodí odvar z vrbových listových pupenů; můžete je dobře vidět především v zimě a na podzim, když listů opadá.

- Devět pupenů přelijte litrem vody, nádobku vložte do většího kastrolu a nechte povařit asi třicet minut. Pijte jako čaj, tedy bez omezení.

- Čajovou lžičku sušené a rozmělněné vrbové kůry přelijte jednou sklenicí studené převařené vody, nechte dvě hodiny odstát a scedte. Užívají se dvě polévkové lžíce dvakrát až třikrát denně.

- Také čerstvá šťáva z pelyňku zastavuje vnější krvácení.

KŘEČE

Nevědomé stahy svalstva, jež přicházejí ve formě záchvatu. Svaly se zpravidla napínají na maximum.

Na vině je často dehydratace organismu, a proto je **nej**lepším preventivním prostředkem proti křečím dostatečný příjem tekutin, zejména před a po fyzické zátěži.

Recepty

Prášek a odvar z pelyňku. Na křeče se nejlíp hodí rostliny sbírané na podzim. Užívejte jeden gram prášku z pelyňku třikrát během dne a popíjejte jednu polévkovou lžící odvaru či výtažku třikrát denně.

Čemeřice. Je vhodná jako profylaktický prostředek, kúru s čemeřicí opakujte dvakrát ročně, na jaře a na podzim. Jednou denně na lačný žaludek polkněte padesát gramů prášku z čemeřice a zapijte teplou vodou.

Alternativně rozmíchejte čtvrt čajové lžičky medu a polkněte před spaním, asi ve dvaadvacet až třiaadvacet hodin.

KŘEČOVÉ ŽÍLY (VARIX, VARIKÓZNÍ ROZŠÍŘENÍ CÉV)

Vakovité rozšíření žil, které se prodlužují, roztahují a vytvářejí se na nich ohyby, městky a zatvrdlinky.

Nemoc se vyvine ze špatného odtékání krve, jež vzniká v důsledku žilní trombózy. Na vině jsou i časté zácpy anebo utlačování žil jiným orgánem či cizorodým tělesem, kupříkladu nádorem lokalizovaným v malé pánvi anebo zvětšenou dělohou v těhotenství.

Varikózní rozšíření cév se častěji objeví u člověka, jenž má ploché nohy, u těžce fyzicky pracujících osob, například kovářů nebo skladníků, či u osob, které pracují převážně ve stoje, jako například prodavači, kuchaři, kadeřníci nebo číšníci.

Nemoc se vyvíjí postupně a nejprve zasáhne podkožní cévy. Později nastává otékání končetin a nezřídka i trofických vředů.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte si tlusté střevo a játra.
- Pročistěte své životní pole.
- Provádějte ozdravné hladovění.
- Upravte svůj jídelníček, zejména do něj zařaďte **zeleni**nu, ovoce a **celozrnný** chléb, krupice a zeleninové šťávy.

- Čas od času si naordinujte hladovění - měli byste vydržet bez jídla tak dlouho, jak to dovedete, optimální doba je od sedmi do čtrnáct dnů.

- Zapojte také představitel: vyvolávejte obraz zdravých nohou a žil.

- Jezte v dostatečném množství potravin, které obsahují látky nezbytné k upevnění cévních stěn.

- Cvičte, zejména speciální cviky na upevnění cév: upraví se vám krevní oběh v cévách na nohou a v malé pánvi.

- Konzumujte dostatek tekuté stravy, zejména čerstvě vymačkaných ovocných a zeleninových šťáv.

- Občas nohy pozvedněte a nechte je v této pozici, abyste tím aktivovali odtok krve.

- Dbejte, abyste dlouho neseseděli nebo nestáli na jednom místě, vyvarujte se sedavého a vůbec pasivního způsobu života.

- Nekuřte a nepoužívejte alkohol.

- Snižte nadváhu.

- Noste volné spodní prádlo, které vám nebude bránit v pohybu.

Recepty

Pelyňková léčba. Čerstvě utržené listy a hlavičky květů pelyňku obsahují prchavé látky, a proto jsou schopné ředit krev. Nejdříve je v třecí misce rozmělněte na maličké kousičky, takřka kasičku, pak jednu polévkovou lžící smíchejte se stejným množstvím kyselého mléka, rovnoměrně naneste na kousek gázy a obklad si přiložte na místa s rozšířenými cévami. Zábál upevněte igelitem nebo omotejte elastickým obinadlem a nechte působit, dokud nevyschne.

Proceduru provádějte tři až čtyři dny, pak si dejte pár dní volno a opět opakujte.

Léčba kapradím. Varikózní rozšíření cév mohou způsobit i mikroskopičtí parazité, kteří se dostanou do krve a usadí na cévních stěnách. V tomto případě se doporučuje kapradě samec (*dryopteris-filix-mas*). Horní část čerstvě utržené rostli*

ny (jež roste nad zemí, tedy mimo kořen) utřete na kousičku a jednu polévkovou lžící smíchejte se stejným množstvím kyselého mléka. Rovnoměrně naneste na kousek gázy a obklad přiložte na místa s rozšířenými cévami. Zábál upevněte igelitem nebo omotejte elastickým obinadlem a nechte působit, dokud nevyschne. Proceduru provádějte tři až čtyři dny a po krátké pauze opět opakujte.

Zábál z rajských jablek. Nakrájejte na kousky rajské jablko a přiložte si je na rozšířené cévy. Pak místa omotejte igelitem, upevněte elastickým obinadlem a nechte tři až čtyři hodiny působit; poté celý krok opakujte s čerstvým záballem.

Vodní léčba. V těžším stadiu křečových žil se leckdy roztrhají linky v žilách protrhnou a krváčí, což celý průběh nemoci zhoršuje. V tomto případě je nutné nafouklé krvácející cévy nejprve promýt „mrtvou“ vodou a poté si přiložit na nemocná místa kousek gázy, namočený do „živé“ vody.

Vodu užívejte také vnitřně: vypijte půl sklenice „mrtvé“ vody a za dvě až tři hodiny začněte popíjet „živou“ vodu, vždy půl sklenice každé čtyři hodiny čtyřikrát denně. Proceduru opakujte další dva až tři dny, dokud nerozpoznáte, že nafouklé cévy splasknou.

Cvičení proti křečovým žilám

Mikulinovo vibrační cvičení. Má silný léčebný účinek jelikož zamezuje varikóznímu rozšiřování cév. Zvedněte se na špičky chodidel, abyste se odtrhli od podlahy maximálně na jeden centimetr, a prudce klesněte k zemi. Maximální doporučený počet cviků je šedesát, po každých dvaceti si udělejte desetivteřinovou pauzu. Opakujte cvik třikrát až pětkrát během dne, vždy klidně, vyrovnaně a bez stresu - vždyť nikam nespícháte!

Speciální cvičení proti varikóznímu rozšiřování cév

1. Lehnete si na záda a dejte nohy na židli nebo je opřete o zeď. Pak se nadzvedněte a setrvejte v této poloze alespoň pět vteřin. Z této pozice provádějte skrčení a následně napřímení nohou.

si na záda a ruce natáhněte podél trupu. Nohy pohybujte, jako když šlapete kolo, a volně dýchejte. Opakujte, dokud nepocítíte, že se vám v nohách rozproudila krev.

3. Lehněte si na záda, zvedněte nohy nahoru v přímém úhlu zůstaňte v této pozici alespoň minutu. Pak nohy pozvolna spusťte dolů a celý cyklus pětkrát až desetkrát opakujte.

4 Jdete do polohy „na všechny čtyři“, ohněte ruce v loktech a trupem se snažte přiblížit zemi. Vysoko zvedněte pravou nohu a v této pozici vydržte alespoň tři až pět vteřin. Pak se vraťte do výchozí pozice a cvičení opakujte čtyřikrát až šestkrát s každou nohou.

5 Lehněte si na záda a ruce položte pod hlavu. Zvedněte nohy a cvičte, jako když stříháte nůžkami, ve vodorovné i svislé poloze, dokud se neobjeví pocit únavy.

6. Lehněte si na záda, ruce přitlačte na bedra a pravou nohu zvedněte do výše, jak nejvíc to půjde. V této pozici zadržte na dvě až tři vteřiny dech a dejte nohu zpět. Stejný cvik proveďte i s levou nohou a celý cyklus opakujte čtyřikrát až desetkrát.

Chcete-li se vyvarovat komplikacím při nemoci, musíte odstranit všechny faktory, které brání normálnímu krevnímu oběhu. Pokud máte sedavé zaměstnání, je třeba čas od času vstát a dopřát nemocným nohám horizontální polohu. Dle možností byste měli každou hodinu až dvě vstát a trochu se projít. Dobrého léčebného efektu docílíte, jestliže si nemocná místa ovážete pevným elastickým obinadlem (ovážte se hned ráno, dřív než vstanete z postele).

KŮŽE, KOSMETICKÉ VADY

Temné skvrny

Je-li kůže na obličejí příliš tmavá, zesvětlíte ji čpavkem smíchaným s čerstvou chlapeckou urinou. Na kožní pigment způsobující tmavnutí kůže působí nejlépe prchavé a žíravé čpavek působí tak, že pigment mizí, a chlapecká moč upravuje kožní látkovou výměnu.

Mateřská znaménka

V placentě se nacházejí biologicky aktivní prvky, jež pomáhají odstranění mateřských znamének. To jsem zjistil z dopisu jedné čtenářky, která mi poslala jednoduchý rodinný recept, jež znala od své matky: natírala si mateřská znaménka čerstvou kravskou placentou, odebranou hned po porodu krávy. Utrhla kousek, přiložila si jej na mateřské znaménko, pak se omyla, vzala si nový kousek a znovu přiložila. Vzhledem k tomu, že šlo o prostou vesnickou ženu, myslím si, že postupovala spíše instinktivně, a pochybuji, že by vše prováděla podle nějaké konkrétní metodiky. Prostě si jen mateřská znaménka natírala, přikládala k nim čerstvou placentu a omývala se, přičemž postup opakovala, kdykoli na to měla čas.

Správnou účinnost má pouze čerstvá placenta, oddělená od těla krávy, a proto musíte proceduru vykonat na místě; neuškodí u toho pronášet modlitbu. Předkové uchovávali placentu ve kbelíku anebo ve studni, protože lednice ještě neexistovaly.

KŮŽE NA NOHOU, PRASKLINY

Recepty

Vodní lázeň. Připravte si teplou mýdlovou lázeň na nohy a okoupejte je. Aniž byste se utírali, ihned je smočte v lehké ohřáté „mrtvé“ vodě. Promasírujte si místa, na nichž se vytvořily zatvrdliny, kožní defekty či výrůstky, a odstraňte z nich starou odumřelou kůži. Nakonec nohy opláchněte v teplé vodě a osušte.

Urinové ponožky. Přikládejte si na nohy obklady z uriny, odpařené na čtvrtinu původního objemu.

Přehněte napůl kousek bavlněné tkaniny nebo ubrousek z bavlněného papíru, namočte jej v urině a omotejte si jím nohy od chodidel až po hlezenní kloub. Svrchu navlečte igelitový sáček, na něj suché ponožky a nechte kompletní zábal působit po celou noc. Ráno si „urinové ponožky“ svlékněte

a nohy omyjte v teplé vodě; kůžičku na chodidlech můžete lehce potřít pemzou.

KÝLA (HERNIE)

Vytlačení některého vnitřního orgánu z jeho přirozeného místa, nejčastěji v břišní dutině v důsledku defektů na přední břišní stěně.

K vyhřeznutí orgánů dochází nejčastěji v oblasti pupíku a třísel, řidčeji v prostřední části břicha od pupíku nahoru.

Na vzniku kýly má podíl atrofie břišních svalů a ztráta jejich pružnosti, jež často postihuje starší osoby. Mezi další faktory patří vrozené defekty břišní stěny, operace, časté porody a všechno, co zvyšuje tlak v břišní dutině, například silná zácpa, dlouhodobý kašel, zvedání těžkých břemen a úraz břicha.

Recepty

K léčbě tříselné kýly budete potřebovat osikové poleno, které si přiložíte na postižené místo a necháte na třicet minut denně působit. Po třech měsících onemocnění zmizí.

Vezměte poleno o délce patnácti až třiceti centimetrů s průměrem osm centimetrů, seškrabte z něj kůru a důkladně ohoblujte. Doporučuji z jedné strany koleno po celé délce otesat, abyste je mohli pohodlně užívat.

L

LEDVINOVÉ KAMENY

Při této nemoci se v ledvinových pánvičkách tvoří kameny, které se převážně skládají z látek, jež obsahují i moč.

Když se chemická a fyzická skladba moči změní, krystaly a amorfni soli se začínají usazovat, míchají se se základními organickými prvky, mezi nimiž můžeme jmenovat krevní sraženiny, fibrin, buněčný detrit či bakterie, a vytvářejí se kameny. Ty se mohou nacházet v jedné nebo v obou ledvinách a po jednom nebo v seskupení z vícero kamenů.

Příčinou onemocnění mohou být hnisavé zánětlivé procesy, například *pyelonefritida*, řidčeji také onemocnění žláz s vnitřní sekrecí, mezi nimiž nechybí hyperfunkce příštítných tělísek (*glandula parathyroidea*).

Velmi důležité je stravování, celkový životní styl a složení půdy a pitné vody. Pro ledvinové kameny je typická bolest v kříži a záchvaty ledvinové koliky.

Rady a doporučení na léčení

- Hladovění.
- Urinoterapie.
- Pijte šťávu z hrušky domácí, protože je velmi močopudná.
- Pijte okurkovou šťávu a šťávu z petržele zahradní.
- Jezte častěji dýni, protože dokáže pročistit močovody a vyloučit z nich kameny.

Recepty

Břízový nálev. Jednu čajovou lžičku sušených břízových listů, nejlépe jarních, spařte sklenicí vřelé roztáté vody; v těžších případech se dávkování zvyšuje na jednu větší lžičku. **Nechte** odstát po dobu dvaceti až třiceti minut v termosce a **pijte** jako čaj třikrát až čtyřikrát denně na lačný žaludek; nejúčinnější je teplý a oslazený jednou lžičkou medu.

Léčení není třeba uspěchat: pokračujte v kúře, dokud nepocítíte skutečnou úlevu, ale ne déle než měsíc, aby se léčba neproměnila v návykovou. Když vaše tělo začne vylučovat písek, znamená to, že se kameny v ledvinách začaly rozpouštět. Při těžším onemocnění si dejte dva až tři měsíce přestávku a léčbu zopakujte.

Ovesný odvar. Sklenici ovsu zalijte pěti až šesti sklenicemi horké vody a vařte asi padesát až šedesát minut a přitom dbejte, aby voda nevyvřela. Odstavte a popíjejte v libovolném množství. Ovesný odvar uchovávejte v lednici, protože v teple rychle zkysne.

Léčba čemeřicí. Padesát gramů prášku z čemeřice rozmíchejte se čtvrtinou čajové lžičky medu a užívejte před spaním, ve dvaadvacet nebo třiaadvacet hodin. Tato kúra, zaměřená na očistu a uvolnění močových, by měla trvat šest až dvanáct měsíců.

Pelyňkový sirup. Sto gramů sušených bylinek pelyňku dejte rozmočit do studené vody a nechte dvacet čtyři hodin působit. Poté nádobu neprodyšně uzavřete a vařte půl hodiny na mírném plameni. Přimíchejte čtyři sta gramů cukru anebo medu a povařte ještě patnáct až dvacet minut, dokud se směs nepromění v sirup. Užívejte jej v malém množství, asi jednu čajovou lžičku třikrát až čtyřikrát denně, třicet minut před jídlem.

Jedlový elixír s urinou. Do padesáti až sedmdesáti gramů uriny kápněte pět kapek jedlového oleje a asi minutu nebo dvě důkladně míchejte, aby se komponenty sloučily. Vypijte jedním douškem, ovšem tak, aby směs nepřišla do kontaktu se zuby (můžete je potřít rostlinným olejem, tak je budete chránit).

Užívejte urinovou směs s jedlovým olejem pět až sedm dní, třikrát denně patnáct až dvacet minut před jídlem a po dvoudenní až třídní přestávce léčbu zopakujte. Stačí dvě až tři kúry a váš zdravotní stav se jistě zlepší. V těžších případech se k léčbě vraťte za měsíc nebo dva.

Urinové obklady. Přiložte si na ledviny vlněný obklad namočený do odpařené uriny a nechte jej dvě až čtyři hodiny působit - ledvinová očista a vylučování kamenů bude rychlejší.

Starodávny recept Pokud vás píchá v boku, bolí záda a trápí močové kameny, zkuste sůl z ranní kozlí moči. Kozla je třeba pevně chytit za nos, aby se vylekal a pomohl. Moč nechte v nádobě chvíli dostát, aby zkysla, a pak ji odpařte, aby zůstala jen sůl. Tu rozpusťte v horké vodě a užívejte dvacet až dvacet pět kapek denně.

LIŠEJ

Kožní onemocnění různého původu, které se vyznačuje vyrážkou, zejména drobnými svědivými pupínky.

Dělí se na několik druhů: mokřavý, plochý červený, šupinatý nebo *pitiriáza*. *Mokřavý lišej* je virového původu a přenáší se například při polibku nebo pohlavním styku. Místo na kůži se zanítí a pak jej pokryjí pupínky, respektive jejich seskupení.

Plochý červený lišej vzniká po nervovém nebo psychickém vypětí a projevuje se drobnými svědivými pupínky načernalého nebo namodralého zbarvení, jež se vyskytují v seskupení na předloktí (zejména na kůži v ohybu), na zápěstí, na bocích trupu, na lýtkách a na pohlavních orgánech. Nemoc však napadá i ústní sliznici, na níž se vytvářejí bělavé síťkovité fleky připomínající roztrhanou krajku.

Pitiriáza je plísňové onemocnění, které se objevuje nejčastěji na jaře nebo na podzim, ovšem jeho příčinu neznáme. Pokud jím člověk jednou onemocní, vypěstují si vůči němu imunitu. Nemoc vypukne zčistajasna a má akutní průběh: tělo, krk, končetiny a výjimečně i obličej se osypou a pokryjí růžovými skvrnami zbarvenými dožluta až dohněda, jejichž kontury jsou ohraničené červeně nebo růžově (postupně se začínou loupát). Při napadení tímto lišejem je zakázáno používat při koupeli mýdlo, a to až do úplného uzdravení.

Rady a doporučení na léčení

- *Očistěte své životní pole.*
- *Z profylaktického důvodu proveďte očistu tlustého střeva.*
- *Proveďte detoxikaci jater.*

Recepty

Recept N. Kurennova. Je velmi jednoduchý: postižená místa si potírejte rozinkou, překrojenou na půlku. Lišeje přenášené zvířaty zmizí po několika užitích.

Vodní léčba. Spočívá v tom, že si budete po dobu tří až pěti dnů namáčet postižená místa nejprve jednou „mrtvou“ a poté několikrát „živou“ vodou. Navlhčete si postižená místa „mrtvou“ vodou, nechte je přirozeně vyschnout a nato je potřete „živou“ vodou. Jinými slovy: ráno na lišeje patří „mrtvá“ voda a po patnácti minutách „živá“ voda, již se opakovaně natřete během dne ještě pětkrát až šestkrát. Lišeje by měl do pěti dnů zmizet.

Léčba čemeřicí. Nasypte si padesát gramů prášku z čemeřice do úst a zapijte teplou vodou. Opakujte vždy jednou denně ráno na lačný žaludek, hodinu až dvě před jídlem. Preventivně užívejte čemeřici na jaře i na podzim, vždy po dobu jednoho měsíce.

litinová léčba. Hladovění doprovázené pitím uriny se hodí i při léčbě pásového oparu. Je-li vaše moč hořkoslaná, znamená to, že váš organismus je silně detoxikován a v důsledku hladovění se začaly vylučovat toxiny a urinové soli. V tomto případě stačí polykat tři až pět doušků denně - to působí jako homeopatický prostředek, který zasahuje přímo kořen nemoci. Během léčby si namažte vyrážku urinou, bolesti se zmírní.

LUPÉNKA (PSORIÁZA)

Chronické kožní onemocnění, které se vyznačuje poruchou rohovatění povrchových vrstev kůže.

SCHE nakažlivé a jeho příčina není přesně známa, nicméně velkou roli zřejmě hrají nervová a psychická traumata či poruchy látkové výměny a činnosti endokrinních žláz.

Na kůži pozorujeme výsev svědivých pupínků, lokalizová v nejčastěji na loktech, kolenou, v oblasti kříže a ve vlasaté části hlavy; může se ale rozšířit kamkoli po těle. Někdy nadane i nehty, které ztvrdnou, takže připomínají náprstek, a vzniknou na nich „olejové skvrny“.

V některých případech nemoc provázejí otoky po celém těle a bolestivost kloubů, jde o takzvanou *artropatickou psoriázu*.

Rady a doporučení na léčení

- *Pročistěte své životní pole.*
- *Pročistěte si tlusté střevo.*
- *Pročistěte si játra.*
- *Proveďte urinové hladovění.*
- *Změňte stravování, upravte skladbu jídla a hlavně jezte pravidelně ráno a večer, bez průběžných „svačinek“.*

Recepty

• *Doporučuji komplexní urinovou léčbu zahrnující hladovění a potírání postižených míst na kůži urinou (natírejte se třikrát denně hodinu). Mnozí čtenáři napsali, že právě tento postup jim pomohl se trvale zbavit lupénky.*

- *Pijte denně sto mililitrů ranní moči.*
- *Několikrát opakujte detoxikaci jater a střev; v mnoha případech to pomůže vyléčit lupénku.*
- *John Armstrong zařadil psoriázu k nemocem, jež příznivě reagují na urinovou léčbu; moč se dostane pod kůži a hubí ložiska nemoci.*

Břízová tinktura. Vezměte sto gramů břízových pupenů a zalijte je půllitrem vodky. Nechte tinkturu deset dní vyluhovat na temném místě, občas protřepejte, nakonec procedte a třikrát denně vtírejte na nemocná místa.

LUPUS (VLK)

Chronické kožní postižení, forma tuberkulózy kůže s nejtěžším průběhem.

Nemoc vyvolávají **acidoresistentní tyčinkovité bakterie** - **mykobakterie**, které pronikají do kůže skrze poranění

anebo (čji) z vnitřních orgánů a z lymfatických uzlin na k až čtyřech tuberkulózou.

Průběh nemoci se liší případ od případu a mívá odlišné symptomy. Určující je, zda je zdrojové ložisko nákazy aktivní, v jakých místech je lokalizováno a v jakém stavu se nachází organismus celkové, tj. zda je pacient zdatný či zesláblý.

Systémový lupus erythematosus charakterizují typické růžové nebo načervenalé (odsud pochází i název erythema - červeň – pozn. překl.) okrouhlé skvrny s přesnými obrysy; pokožka je na nich tlustší, zrohovatělá a olupuje se. Vyskytuje se nejčastěji na otevřených částech těla.

Systémový lupus erythematosus se často objeví v důsledku silného slunění nebo naopak podchlazení či ozáření (i rentgenovými paprsky). Vyrážka vypadá jako klasické osýpky a nejraději se usazuje na obloucích lícních kostí a na nose, odkud se dále rozšiřuje na celé tělo jako *erytem* (zarudnutí), kopřivka, purpura (vyrážka nachově červených skvrn) nebo zatvrdlinky. Zánětlivý proces začíná na kůži a dále postihuje jiné tkáně a orgány, nemoc má vždy vzestupný charakter.

Rady a doporučení na Učení

- Pročistěte své životní pole.
- Pročistěte si tlusté střevo urinou, odpařenou na čtvrtinu objemu.
- Proveďte detoxikaci jater.
- Přejděte na dělenou stravu a zvykejte si na pravidelný stravovací režim: jezte ráno a po poledni hlavní jídla, ale už si během dne nedopřávejte žádné další svačinky a občerstvení.
- Hodně konzumujte pokrmy s kličky a celozrnný chléb.
- Pijte roztátou vodu a také z ní vařte.
- i Připravujte si napařovací lázně a vonné koupele s **jedlovým olejem**.
- Praktikujte léčebné hladové kúry.
- **Riďte se biorytmy.**

Pozor! Kategoricky je zakázáno pobývat na přímém slunci!

Recepty

Léčba nemoci lupus u dětí

Dětský lupus se vyléčí odvarem z kořínků mladých, maximálně dvouletých vrh. Sbírají se brzy na jaře, jakmile vyraší pupeny, protože to je období, kdy se rostlina probouzí a je plná energie. Kořínky nejprve důkladně promyjte a usušte v troubě, aby byly mírně křupavé. Poté je rozmělněte na malé kousky a přelijte velmi horkou vodou; dodržujte poměr jedné polévkové lžice kořínkových drobků na sklenici vody. Nechte nálev přes noc odstát a ráno jej znovu krátce povařte. Užívejte dvě polévkové lžice každé dvě hodiny. Léčení trvá dvacet devět dní (měsíční cyklus) a zahájení kúry by mělo být načasováno na novoluní.

Při léčení jírovými kořínky doporučuji jako podpůrnou léčbu užívat posilující směs, stačí polévková lžice jednou denně ráno.

K přípravě budete potřebovat polévkovou lžici loupané pohanky, dva větší kousky sušených meruněk, deset rozinek, dvě sušené švestky, jeden vlašský ořech (jádro), jeden dílek citronu, jednu čajovou lžičku prášku z přepálených kostí hovězího skotu a pět polévkových lžic ochlazené roztáté vody. Všechno smíchejte dohromady, nasypete do porcelánového hrníčku nebo misky, uzavřete víčkem a nechte na noc odstát v teplém místě. Přípravek můžete užívat denně po celá léta, je velmi užitečný.

M

MALÁRIE

Jde vlastně o skupinu nemocí, jež přenášejí malaričtí komáři rodu anopheles. prvotním původcem jsou ovšem jednobuněčné organismy, prvoci plasmodium.

Ti vyspívají v těle samičky komára a při kousnutí se přenášejí do organismu člověka - nejprve do krve a odtud do jater, kde se nepohlavním způsobem množí. Mladí paraziti (vylíhlí v organismu člověka) pak putují zpět do krve a napadají červené krvinky (erytrocyty), které se jejich působením rozpadají.

Klasickým příznakem nemoci je silná zimnice následovaná vysokou horečkou, poléváním horka a nadměrným pocením. Později se přidruží silné bolesti hlavy, loupáním v kloubech a pnutím ve svalech, slezina a játra se zvětšují a nakonec se vyvine chudokrevnost.

Recepty

- Vypijte najednou padesát až sto mililitrů uriny.
- Doporučuji šťávu z pelyňku hořkého: čerstvé bylinky nasekejte na drobné kousky, vymačkejte z nich šťávu a vysušte na slunci; užívejte dávku čtyři a půl gramu.
- Užívejte prášek z vrbové kůry, jeden gram třikrát denně.

Vrbová kůra. Výluh z vrbové kůry má silný antimalarický účinek. Čajovou lžičku rozmělněné kůry zalijte sklenicí studené převařené vody, nechte dvě hodiny odstát a scedte.

MASTOPATIE

Jde o nezhoubné onemocnění prsních žláz charakterizované vznikem cyst a zatvrdlinek. Dochází k němu v důsledku hormonální nerovnováhy v organismu.

Onemocnění nejčastěji postihuje mladé ženy trpící poruchami činnosti pohlavní soustavy, například nepravidelnou menstruací, onemocněním vaječníků nebo po umělém přerušení těhotenství a některých dalších nemocí. K základním symptomům patří otoky či bolcivost v okolí mléčné žlázy,

iména v předmenstruačním období, výtok z prsních bradavek (i s krvavým hnisem) a drobné cysty a zatvrdlinky v prsu, jež působí při omaku bolest.

Rady a doporučení na léčení

- Omezte spotřebu kávy a dalších produktů obsahujících kofein.
- Omezte spotřebu soli a solených potravin, například slaných ryb a podobně. Pokud si chcete jídlo přisolit, použijte mořskou kapustu.
- Nekuřte.
- Omezte anebo úplně vylučte spotřebu živočišných tuků.
- Nejezte příliš studená a mražená jídla, například zmrzlinu, a nepijte chlazené nápoje.
- Vyhybejte se emočnímu vypětí a nervozitě. Negativní emoce nepříznivě ovlivňují tvorbu hormonů a oslabují organismus.
 - Pamatujte, že vitaminy A, B a E a prvky jódu a selen tlumí bolesti v mléčných žlázách.
 - Preventivně provádějte detoxikaci organismu, zejména na jaře a na podzim.

Samovyšetření mléčných žláz

1. Postavte se před zrcadlo, ruce nejprve volně spustte podél těla, pak je zvedněte nad hlavu a pozorně se podívejte, zda na mléčných žlázách nejsou viditelné nějaké změny, například zvětšení, změna tvaru nebo zda celkově nevypadají jinak. Zdravé žlázy by měly být bez defektů či jamek a jejich kůže napjatá a nezvrásnělá, na jejich struktuře by neměly být patrné žádné změny.

2. Opatrně si zmáčkněte prsní bradavky, zda se z nich nevylučuje sekret.

Poté bradavky prohmatejte prsty: zvedněte jednu ruku a důkladně osahajte každý kousek prsní žlázy, zda v ní nejsou zatvrdlinky nebo vypoukliny, a pak totéž opakujte i s druhou žlázou,

3. Lehněte si na záda, pod levé rameno položte polštář nebo několikrát přeložený ručník a zápeřte si dejte pod hla

Levý prs stiskněte prsty pravé ruky a opatrně jej prohmatávejte, ale netlačte na něj. Provádějte krouživé pohyby prsty: začněte u horního okraje mléčné žlázy a po spirále se přemísťujte směrem k prsní bradavce. Buďte důkladní a nevynechejte žádné místo; poté celý cyklus opakujte i s pravým prsem. Prohlídněte také podpažní jamky, v nichž se rovněž nachází tkáň mléčné žlázy.

Sam o vyšetření je nutné opakovat minimálně jednou za měsíc.

MENSTRUAČNÍ CYKLUS, PORUCHA

Při poruše menstruačního cyklu je výtok krve nepravidelný, vynechává (amenorea) anebo je naopak nadměrný a silný (menoragie), případně bolestivý (algomenorea, dysmenorea).

Menstruace se naruší z mnoha důvodů: při stresu a vypětí, kvůli změnám počasí, z nedostatku jídla nebo spánku anebo při nadměrné fyzické zátěži. Začne předčasně, anebo se naopak zpozdí a doprovází ji bolesti hlavy, návaly horka a popudlivost.

Vynechání menstruace (amenorea) je důsledkem některých akutních i chronických infekcí, intoxikace organismu, onemocnění endokrinní soustavy nebo zánětlivých procesů pohlavních orgánů. Příčinou menoragie a algomenorey zase mohou být nedostatečně vyvinuté pohlavní orgány, nesprávná poloha dělohy, časté porody, zánětlivá onemocnění dělohy a případně i nádor. Menoragie je také symptomem chudokrevnosti.

Rudy a doporučení na léčení

- Proveďte úplnou detoxikaci organismu v souladu s přirozenými biorytmy.
- Dbejte na dostatek fyzického pohybu a sport (v rozumné míře).
- Vyhýbejte se emočnímu vypětí a stresu, **nepřepínajte** se.
- Změňte stravovací režim, přejděte na vegetariánskou stravu.

- Zbavte se zácpy.
- Vyhýbejte se podchlazení organismu a dlouhodobému pobytu na slunci.

Recepty

- Pijte padesát až sto mililitrů čerstvé uriny denně (střední porce).
- Provádějte výplachy čerstvou urinou
- Na podbříšek si přikládejte urinové obklady.
- Při vynechané nebo bolestivé menstruaci pijte třikrát denně výtažek z pelvňku, který připravíte z jedné polévkové lžice bylinek.

Břízový odvar. Někdy je odtok menstruační krve z organismu ztížený, avšak napomáhá mu odvar z břízových pupenů nebo listů. Nasypte do termosky čajovou lžičku pupenů a zalijte ji polovinou sklenice vařící vody. Nechte hodinu až dvě odstát a užívejte dvě polévkové lžice vývaru třikrát denně.

Alternativním léčebným nápojem je odpar deset gramů mladých břízových listů spařte ve sklenici horké vody.

Terapie koupelí. Při poruchách menstruačního cyklu doporučuji sedavé koupele, do nichž přidávejte ohřátou chlapeckou urinu obohacenou rozetřeným česnekem. Aby se objevila menstruace, je nutný vysoký potenciál životní energie organismu, jenž by ji podnítil. A právě chlapecká moč takovým potenciálem disponuje, zatímco česnek jej utvrzuje a dodává mu teplo. Pokud do ženského organismu pronikne potřebná energie a teplo, menstruace se spustí a později zcela upraví.

Kromě toho má směs bakteriocidní účinky a hubí infekce, jež jsou často příčinou poruch menstruačního cyklu.

MOZOLY (TYLOMY)

Ohraničená místa zrohovatělé ků

Vznikají při dlouhodobé zátěži, například při nošení těsné a nevhodné obuvi. Ztěžují chůzi, často při ní bolí a štípou.

N

Recepty

- Přiložte si na chodidla postižená mozoly obklady z odpařené uriny a nechte působit na noc. Můžete si obléci ponožku namočenou v urině, omotat ji igelitem a na ni si navléknout další suchou ponožku. Ráno si omyjte nohy nejprve teplou a potom studenou vodou.
- Pravidelně si dělejte teplé urinové koupele pro nohy, přičemž zlatavou tekutinou nešetřete - využijte půllitru až litr.

NÁDOR, TUKOVÝ (LIPOM)

Nezhoubný nádor z tukové tkáně.

při ohmatu připomíná tukovou hrudku pod kůží, na povrchu je hladký, rovný, někdy pokrytý dolíky. Většinou roste, byť pomalu, a může narůst do úctyhodných rozměrů.

Zaříkadlo proti mozolům a tukovým nádorům

Namažte si kostní mozoly a tukové nádory stolním olejem, ale jen jemně; nevtírejte jej do kůže ani nemasírujte. Tupou stranou nože (ne ostřím) provedte nad postiženým místem kříž: nejdřív svislou čáru a potom vodorovnou zleva doprava. Soustřeďte se a v duchu proneste: „Jsi nepotřebné a zbytečné, odejdi, buď ke mně netečné. Zavř se, zatoč se, v temný víchř proměň se, oblétni lidi a zvířata, nechť se stepí kouliš a pak v tůni utopíš.“

○ tomto zaříkadle se traduje, že je velmi účinné a mozoly i lipomy se nenávratně ztratí. Proto je berte vážně.

NÁDOR, VAZIVOVÝ (FIBROM)

"Jde o nezhoubný nádor z vazivové tkáně.

Objevuje se v různých místech na těle: například fibrom dělohy představuje zesílení svalové tkáně na děložních stěnách a jeho rozměr kolísá od velikosti hrášku po velikost baseballového míčku, přičemž jich může být hned několik. Přestože je devadesát devět procent fibromů našťestí nezhoubných, velké nádory mohou deformovat orgán, v našem případě dělohu, a pozměnit její polohu ve vztahu k ostatním orgánům, což ovlivňuje jejich fungování. Dle odhadů trpí fibromem dělohy každá pátá žena ve věku nad třicet pět let.

Rady a doporučení na léčení

- Vyvarujte se umělého přerušování těhotenství.
- Neužívejte hormonální antikoncepční přípravky.
- Proveďte sedmidenní až čtrnáctidenní hladovění.

- Proved'te detoxikaci organismu, zejména jater.
- Nezbytná je očista životního pole pomocí techniky správného dýchání.
- Zbavte se zácpy.
- Omezte spotřebu tuků a cukrů, neboť podporují tvorbu hlenů, a proto zvyšují riziko vzniku nádorů a cyst.
- Zařaďte do jídelníčku celozrnné kaše, zejména s obsahem klíčků, a také řepnou a jablečnou šťávu, čistou řepu, česnek, chleba z naklíčeného zrní a odvary a výtažky, které zlepšují fungování jater, například třezalkový nebo zeměžlučový.
- Nejezte maso skotu a velkých živočichů obecně, protože často obsahuje hormony vyrobené na bázi estrogenu a ty podněcují vznik fibromů.
- Nepijte alkoholické nápoje, protože škodí játrům a narušují jejich přirozenou schopnost likvidovat přebytky estrogenu.
- Omezte spotřebu kávy, čokolády i dalších potravin obsahujících kofein.
- Pravidelně se věnujte ozdravnému cvičení a otužování, bojujte proti nadváze, snižujte hladinu estrogenu v krvi a zvyšujte obranyschopnost organismu.

Recepty

- Každý den vypijte střední porci uriny (padesát až sto mililitrů) ráno na lačný žaludek.
- Denně provádějte urinový výplach.
- Proved'te očistu těla elixírem Trojčátka.
- Zavádějte si do pochvy tampony smočené v odpařené urině. Můžete do ní během odpařování nasypat pelyněk.
- Pokud jste v minulosti prodělala umělé přerušování těhotenství, před spaním poproste u nenarozeného dítěte o odpuštění. Až vám bude odpuštěno, dozvíte se o tom ve spánku.
- Denně v pět hodin ráno polkněte čtvrtinu malé lžičky prášku z čemeřice a zapijte ji sklenicí vody. Doba léčení trvá od jednoho do šesti týdnů i déle.

- Během dvou až tří týdnů si každý den lokněte jednu čajovou lžičku očištěného petroleje, vždy ráno na lačný žaludek.

NADÝMÁNÍ (PLYNATOST, METEORISMUS)

Vzednutí břicha v důsledku nadbytečné koncentrace plynů v trávicím traktu.

Nadýmání doprovází mnoho onemocnění, mezi nimiž jmenujme zácpu, neurózu, chronický zánět tlustého střeva, zánět pobřišnice (*peritonitida*), neprůchodnost střev a další. Mají na něj vliv i zánětlivé procesy ve střevech.

Nemocný pociťuje těžkost a rozpínání v břiše, leckdy se dostaví krkání, škytavka a bolestivé záchvaty či křeče.

Rady a doporučení na léčení

- Proved'te očistu tlustého střeva.
- Proved'te detoxikaci jater.
- Zbavte se psychologického bloku v oblasti střev: pročistěte své životní pole.
- Vylepšete stravovací návyky a omezte příjem některých potravin, například sladkostí, mléka, mléčných výrobků a zelí.

Recepty

Urinová léčba meteorismu. Ráno na lačný žaludek a také odpoledne i večer půl hodiny před jídlem pijte čerstvou urinou v objemu sto mililitrů, žaludeční i střevní trakt se tím pročistí; například osmdesát mililitrů čerstvé uriny smíchané s dvaceti mililitry odpařené. Po dvou dnech proporci obměňte a smíchejte se sedmdesáti mililitry čerstvé uriny s třiceti mililitry odpařené a v léčbě pokračujte, dokud nedosáhnete kýženého efektu.

Doporučuji kombinovat s klystýry z čerstvé uriny a mniklystýry z odpařené.

Léčba zeměžlučí. K užívání je jak prášek ze suchých bylinek, tak výtažek (odpar) z nich. Suché bylinky zeměžlučí okolíkaté rozetřete na prášek, jež polykejte v malých dávkách půldruhého gramu třikrát denně hodinu před jídlem. Výtažek připravíte tak, že dvě polévkové lžíce směsi nasy-

pete do termosky a přelijete dvěma sklenicemi horké vody. Ráno sceďte a pijte sto mililitrů čtyřikrát denně půl hodiny před jídlem.

Léčba pelyňkem. Rostlinu nasbírejte v srpnu, dokud nezačne kvést, vymačkejte z ní šťávu a užívejte jednu polévkovou lžici s medem třikrát denně. Alternativně si připravte výtažek: čajovou lžičku sušené bylinky spařte čtvrtinou litru horké vody, nechte půl hodiny odstát a užívejte jednu až dvě polévkové lžice třikrát denně.

NACHLAZENÍ

Ochlazení organismu nebo jeho částí, v důsledku čehož se vyvíjejí některé další nemoci, například chřipka, zápal plic, katar horních cest dýchacích a revmatismus.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte organismus od patologických hlenů, zejména v oblasti hlavy.
- Pročistěte si tlusté střevo.
- Proveďte alespoň jednodenní urinové hladovění.
- Zařaďte do léčebného programu tepelné procedury.
- Pijte odvary a výluhy z léčivých bylin.
- Omezte konzumaci potravin obsahujících hodně škrobu a bílkovin, například chleba, maso, sladkosti a tuky.
- Při prvních příznacích nachlazení zastavte veškerý příjem potravin.
- Nemusíte se přepájet, stačí, když budete pít tolik, na kolik máte chuť.

Recepty

- *Při prvních příznacích chřipky a nachlazení si během dne osmkrát až dvanáctkrát propláchněte nos a ústa „mrtvou“ vodou a na noc vypijte půl sklenice „živé“ vody. Nemoc ustoupí během čtyřiařidvaceti hodin.*
- *Nejlepší prevencí nachlazení je pravidelné promývání nosohltanu čerstvou urinou jednou až dvakrát denně, případně častěji. Je-li příliš nasycena solemi a dráždí nosohl-*

a ozředte ji teplou vodou. Vyzkoušejte také různé druhy odpařené uriny - na polovinu, třetinu až čtvrtinu původního objemu, v čisté podobě i smíchané s čerstvou urinou.

- *Pokud se infekce dostane do plic, je nutné je důkladně očistit od nahromaděných hlenů: vdechujte pět až deset minut denně výpary ze staré uriny.*

- *Při nachlazení se také velmi osvědčily miniklystýry, především u malých dětí.*

- *Ráno pijte střední porci čerstvé uriny v objemu padesát až sto gramů, vždy najednou anebo lichým počtem doušků. Pokud má pacient k urině odpor a nedokáže ji pít, doporučuji přikládat na krk obklady z čerstvé nebo staré uriny, jde o velmi účinný způsob léčby, zejména při angíně.*

- *V těžkých případech je nutné hladovění, při kterém se pije veškerá moč vyloučená organismem. Do pěti dnů se uzdravíte, aniž by se objevily komplikace.*

Česnek - věrný pomocník při nachlazení

- *Rozmělněte na kasičku sto gramů česneku a zalijte padesáti mililitry olivového nebo slunečnicového oleje. Nechte olejový přípravek dva týdny odstát, procedte a proplachujte si jím ústa při prvních příznacích nachlazení.*

- *Na noc si oblékněte na krk „česnekové korále“ - girlandy z česnekových stroužků; a několik si vložte pod polštář. Přes den si hlavu zabalte do ručníku (vytvořte turban), do něhož zabalte několik stroužků česneku.*

- *Postel nemocného omyjte v česnekové vodě a na dveře a okna rovněž pověste trs hlaviček česneku.*

Odvar z bezu. Nasypte do termosky polévkovou lžici suchých květů bezu, přilijte půllitr vroucí roztáté vody a nechte hodinu odstát. **Sceďte a pijte** na noc sto až dvě stě mililitrů teplé, **případně** i ochucené medem.

NECHUTENSTVÍ

Nechuť k jídlu je zpravidla vedlejším projevem jiné nemoci, bo doprovází celkové oslabení organismu.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si střeva klystýrem z čerstvé uriny anebo miklystýrem z uriny, odpařené na jednu čtvrtinu.
- Proveďte detoxikaci jater.
- Zbavte se roupů a škodlivých mikroorganismů, využijte pelyňkové léčebné prostředky a užívejte elixír Trojčátka.
- Proveďte alespoň jednu kúru ozdravného hladovění.

Recepty

Pelyňková tinktura. Sušenou bylinu jemně nakrouhejte a zalijte sedmdesatiprocentním lihem; celkový poměr by měl být 1:5. Nechte uležet jedenadvacet dní v temném místě a poté sceďte.

Pro zvýšení chuti k jídlu užívejte při některých vysilujících nemocích dvacet mililitrů jednou denně.

Břízová tinktura. Padesát gramů pupenů nechte deset dní vyluhovat ve větším objemu vodky (asi v půllitru). Před užitím vždy rozpustte půlku až celou čajovou lžičku tinktury v padesáti mililitrech vody a vypijte, vždy patnáct až dvacet minut před jídlem,

Víno zezeměžlu To je starodávný prostředek na zvýšení chuti k jídlu z byliny zeměžluči okolíkaté. Přelijete hrst sušených bylin suchým bílým vínem, přidejte trochu citronové šťávy a dva týdny vyluhujte.

Před jídlem si dejte sklenici zeměžlučového vína, budete jíst s větší chutí.

Urinová léčba. V uriné probíhá proces zvaný osmóza, čili difúze molekul. Budete-li popíjet čerstvou urinou (jen lichý počet doušků), dutina střevní nasaje vodu a tímto způsobem očistí stěny dvanáctníku. Blahodárný účinek se projeví nejen zlepšením chuti k jídlu, ale také úpravou tělesné hmotnosti: kromě toho urina normalizuje střevní mikrofloru jejíž narušení má rovněž za následek různé nemoci.

NEPLODNOST

Pokud je žena ve věku, kdy je schopná mít děti, a přesto nemůže otěhotnět něco není v pořádku.

Mezi nejčastější příčiny se řadí zánětlivý proces vnitřních pohlavních orgánů a jejich anomálie. Je třeba mít ale na paměti, že poruchou nemusí trpět vždy žena, ale také muž.

Rady a doporučení na léčení

• Naučte se ovládat a mít své emoce pod kontrolou. Pokud se trápíte kvůli různým záležitostem a prožíváte negativní emoce, v životním poli se vytvářejí uzly a nepříznivě ovlivňují fungování pohlavní soustavy.

• Dbejte, aby vám správně fungovala střeva, a pokud se dostaví zácpa, rychle ji odstraňte.

• Veškerá zánětlivá onemocnění pohlavních orgánů ihned léčte.

Recepty

Urinová léčba

• Je-li příčina neplodnosti na straně ženy, zejména vyvinula-li se následkem zánětlivého onemocnění pohlavních orgánů, nasadte komplexní léčbu; proplachujte si vaginu urinou, nejprve čerstvou a poté odpařenou. Proveďte očistu tlustého střeva a na noc si zaveďte do pochvy tampony namočené v čerstvé nebo odpařené urině.

• Neplodnost může způsobovat porucha regulace vylučování hormonů nebo nedostatečně vyvinuté pohlavní orgány. Provádějte urinové masáže celého těla, urinové sedavé koupele a užívejte zlatavý mok i vnitřně: třikrát až čtyřikrát denně pijte sto až sto padesát mililitrů uriny. V některých případech pijte urinou odpařenou na čtvrtinu původního objemu, stačí padesát mililitrů ráno na lačný žaludek.

• Některé ženy již jedno dítě mají, touží po druhém, ale marně - těhotenství nepřichází. Doporučuji stimulovat plodnost a schopnost donosit plod; nevhodnější je dvou až čtyřtýdenní urinová hladová kúra.

• Mnoho žen má zase odlišný problém: snadno otěhotní, ale nemohou plod donosit a jejich těhotenství předčasně skončí samovolným potratem. V mnoha případech pomůže celková detoxikace organismu a po ní masáže:

někdy se masíruje tělo aktivovanou nebo odpařenou (do jedné čtvrtiny původního objemu) urinou. Tak pravidelně jezte na lačný žaludek naklíčenou pšenici anebo celozrnný chléb.

• Velmi účinná je také urina aktivovaná chladem. Nechte ji čtyři až pět dnů odstát v temném chladném místě při teplotě dva až čtyři stupně Celsia: taková urina dokáže mimořádně silně stimulovat organismus a nejefektivnější je na vnitřní užití při masáži.

Kostní tkáň. Pokud se vám nedostává gravitační energie, zařaďte do denní stravy speciálně připravované kuřecí nebo králičí kosti (můžete je vařit, opékat i smažit), které důkladně rozkousejte. Každý den byste měla sníst padesát až sto padesát gramů kostní tkáň. Nejvhodnější období pro léčbu je zima, kdy je gravitační energie Země nejsilnější.

Starodávná metoda prověření plodnosti

V dávných dobách existovala zavedená metoda, jak prověřit plodnost. Žena se vymočila na čerstvé topolové listy: pokud zůstaly zelené, znamenalo to, že neplodností netrpí. Nebo se listy namočily do ženské uriny a pokud zůstaly během tří dnů čerstvé a svěží, pokládalo se to za svědectví ženina normálního životního potenciálu. Má-li žena snížený životní potenciál, pak nemá ani dostatek energie na normální těhotenství.

Obdobným způsobem se prověřovala i mužská plodnost, jen se namísto topolových listů požívala čočka. Hrst semen se namočila do uriny: pokud naklíčila, muž byl schopen plodit potomstvo a pokud nenaklíčila, muž byl pokládán za neplodného.

NESPAVOST

Člověk buď nemůže dlouho usnout, anebo se naopak příliš brzy probudí. Leckdy dochází k přerušení spánku uprostřed noci, a to i u lidí, kteří se cítí dobře. V jiných případech je spánek sice dlouhodobý, ale není dostatečně hluboký.

Nespavost může být vyvolána různými příčinami a často doprovázejí poruchy krevního oběhu nebo nervové soustavy záchvaty kašle nebo dýchavičnost. I zdravý člověk může dočasně trpět nespavostí, zejména je-li přetížen anebo psychicky rozhozen.

Rady a doporučení na léčení

- Každý den před spaním si dopřejte krátkou procházku.
 - V létě použijte lněné povlečení a v zimě vlněné, nejlépe tmavé barvy (je hřejivé).
 - Při výběru povlečení bene v potaz individuální konstituci: osobám žluči vyhovuje ochlazující ložní prádlo, větru hřejivé a zvlhčující a slizu hřejivé a vysušující.
 - Jezte nejpozději kolem páté hodiny večerní. Pamatujte, že masitá a bílkovinná strava organismus dráždí, zatímco ovocná a zeleninová jej uklidňuje.
 - Před spaním si v místnosti důkladně vyvětrejte a zatáhněte závěsy.
 - Čas od času si můžete ložnici provonět libými vůněmi anebo kadidlem.
 - V ložnici si pověste ikonu či svatý obrázek a na noc se rozhodně pomodlete.
 - Na noc nekuřte, nepijte čaj ani kávu a už vůbec ne alkohol.
 - Cibule před spaním navozuje hluboký, pevný, zdravý spánek.
 - Spěte v lehké noční košili anebo bez oblečení, protože tělo má v noci odpočívat.
- #### Recepty
- Před spaním si navlechte na prsteník levé ruky prsten s ametystem, neboť napomáhá rychlému usnutí.
 - Je vhodné před spaním organismus prohřát, například dopřejte svým nohám teplou lázeň.
 - V zimě si do postele dejte ohřívadlo nebo láhev s teplotou vodou.

* Když si lehnete do postele, dlaní si zakryjte nos a dýchejte *do* ní. Teplý vzduch ohřeje oblast nosu i jeho špičku, která bývá často studená, a to rovněž pomáhá rychleji usnout.

- *Odkryjte* deku a chvíli ležte, dokud nepocítíte v těle chlad. Potom se znovu zakryjte: tělo se ohřeje a tím se vyvolá přirozený spánek.

- Před spaním vypijte sklenici teplého mléka nebo vody, do nějž přidejte čajovou lžičku medu, neboť má také schopnost *ohřát* organismus.

- Některým lidem pomáhá, když se hodinu před spaním polijí studenou vodou z kbelíku.

- Počítejte v duchu od sta do jedné. Představujte si školní tabuli, na níž jsou tato čísla napsaná křídou a vy je pomalu utíráte houbou.

- Koncentrujte se na své dýchání a volně, bez nucení je protahujte. Udělejte pomalý, ale plynulý nádech a poté stejný výdech. Hluboké rovnoměrné dýchání uklidňuje, uvolňuje a pomáhá dosažení zdravého spánku.

- Některým lidem se před spaním honí hlavou různé myšlenky a brání jim usnout. Vyprázdňte svou mysl tím, že se *soustředíte* na určitou část svého těla nebo na orgán. Vysílejte k němu střídavě teplo a chlad a vyvolejte v něm mravenčení - uvidíte, že brzy usnete.

- Důležité je také správné směřování postele v pokoji. Pro *ty, kteří se často v noci* probouzejí a pak už nemohou usnout, doporučuji spát „na ose“ sever - jih. Pokud máte pokoj zařízen tak, že vám neumožňuje postel přemístit, pak si *alespoň* lehněte hlavou k východu.

- Pelest postele by neměla být v rohu místnosti, protože tato místa pohlcují energii a člověk se ráno cítí unavený.

- Postel by měla stát jednou stranou u zdi, protože se člověk cítí chráněný a v bezpečí.

- Před spaním si dejte na noční stolek sklenici s vodou: podle některých učen **duše** v noci cestuje a ráno se vrací zpět

do těla, ovšem musí být omytá vodou od špíny z vnějšího **světa**. Vodu musíte hned ráno vylít.

- Další rostlinou, která má uspávací účinek, je kakost krvavý (*geranium sanguineum*), můžete si ji proto dát k posteli.

- *petrkličový odvar*. Přibližně patnáct gramů sušených květů petrkliče přelijte horkou vodou, postavte na oheň a patnáct minut povařte na mírném ohni. Pak odstavte, scedte a pijte jednu sklenici před spaním. Po týdnu se obnoví zdravý spánek a budete se cítit odpočatí.

- *Hroznová šťáva*. Také produkty s nasládlou chutí mají uklidňující účinek, například hroznová šťáva. Je vhodná zejména pro osoby s konstitucí slizu - tento životní princip vnáší do organismu těžkost a spoutává jej, proto je třeba jej korigovat. Pijte jednu sklenici šťávy z hroznů ráno na **lačný** žaludek, spánek se vám po nějaké době upraví.

- *Kozlíková tinktura*. Mezi rostlinami, které se užívají proti nespavosti, však zaujímá čestné první místo, je kozlík lékařský. Kozlíkovou tinkturu si můžete připravit i podomácku: rozmělněte kořínky na drobné kousičky a nasypte je do půllitrové láhve, aby zabíraly asi pětinu objemu, a nalijte na ně **sedmdesátiprocentní** líh nebo vodku. Tinkturu nechte vyluhovat na temném místě buď dva týdny (líh), anebo čtyři týdny (vodka). Hotový roztok se neužívá vnitřně, nýbrž **čichá**: začněte s několika dlouhými nádechy nosem a postupně dobu inhalování prodlužujte až na několik minut. Výpary kozlíkové tinktury zlepšují celkový stav organismu, uklidňují a léčí nespavost. Domácí tinktura je lepší, ale při nedostatku času si ji kupte v lékárně.

- *Vonné polštáře a další pomůcky pro zdravý spánek*. Pro lepší spaní používejte speciální polštářky naplněné vonnými bylinkami, ovšem vybírejte **je** obezřetně: lidem s vysokým krevním tlakem doporučuji vysušené břízové listy, mateřídoušku, srdcečník, mátu či meduňku. Naopak nízkému krevnímu tlaku svědčí spíš kořínky omanu pravého nebo **rozchodnice** růžové (nebo také zlatý kořen, *rhodiola rosea*)

^{c1} semena koriandru. Pokud nemůžete usnout a máte rozbourané nervy, připravte si vonný polštářek naplněný sušeným kozlíkem.

Dýchání a poloha těla při spaní. Organismus se při dýchání pravou nosní dírkou ohřívá, zatímco při dýchání levou nosní dírkou ochlazuje. Chcete-li se uměle ochladit, lehněte si na pravý bok - dýchání se automaticky přeladí na levou nosní dárku. Jestliže navíc ucpete pravou nosní díрку vatou, výsledný efekt bude vyšší a ochlazení organismu intenzivnější (zejména doporučuji v horkých letních nocích, kdy hodně lidí nemůže usnout).

V zimě, kdy je vhodné organismus ohřát, proceduru proveďte naopak - spěte na levém bohu a ucpěte si vatou levou nosní díрку.

Hořčičník. Také nadměrný příliv krve vyvolává nespavost, a proto si přikládejte na lýtka hořčičník anebo strouhaný křen. Zároveň popíjejte solný nálev z nakládaných okurek s medem (dávkujte jednu polévkovou lžici medu na jednu sklenici solného nálevu).

NEŽIT (FURUNKL)

Hnisavé onemocnění kůže, při němž se zanítí vlasový míšek a okolní pojivová tkáň. Vyvolávají je různé bakterie, zejména zlatý stafylokok.

Nežít někdy vzniká následkem poranění kůže, a to i mikroskopického charakteru, a také při nedostatečném dodržování základní hygieny. Na vývoj nemoci má vliv zvýšená potivost, vylučování tuků, porucha látkové výměny a obecně se častěji vyskytuje u oslabených osob po těžké nemoci nebo trpících avitaminózou. Zvláště nebezpečný je nežít v obličeji, protože při něm mohou nastat těžké komplikace včetně hnisavé meningitidy, infekce v mozku nebo otrava krve.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si tlusté střevo.

- Proveďte detoxikaci jater.
- Dodržujte zásady osobní hygieny.
- Vylučte z jídelníčku cukr a tuky.
- Dodržujte mléčnou a rostlinnou dietu.

Recepty

- Nejužitečnějším pomocníkem při léčbě nežitů je urina, neboť si spolehlivě poradí jak v počátečním stadiu nemoci, tak v pokročilém stupni otevřených nežitů.
 - Šetrně nanásejte na postižené místo urinou, alespoň třikrát až čtyřikrát denně, alespoň deset minut; a nesmývejte ji.
 - Přikládejte si na nežity urinové obklady: připevněte je náplastí a po celý den v pravidelných intervalech smáčejte urinou. Po dvou až třech dnech se furunkl rozptýlí.

NÍZKÝ KREVNÍ TLAK (HYPOTENZE) A SNÍŽENÝ TONUS (HYPOTONIE)

Krevní tlak se sníží pod 105/65 u mužů a 95/60 u žen, a zhorší celkový stav srdeční a cévní soustavy.

Při nízkém tlaku se člověk cítí slabý, má závratě a bolesti hlavy, je ospalý, ochablý a malátný, často i unavený a v nejtěžších případech padá do bezvědomí.

Léčba spočívá v celkovém posílení organismu a užívání léčivých rostlin.

Rady a doporučení na léčení

- Časté vodní procedury.
- Nezapomínejte na správné cvičení.

Recepty

- Dvakrát denně užívejte půl sklenice „živé“ vody, krevní tlak se postupně normalizuje.
 - Užívejte ranní urinou, neboť aktivuje životní síly organismu a napomáhá celkovému zlepšení životního tonusu.

NOHY, ÚNAVA

Nepříjemný až bolestivý pocit v nohou se objeví například po velké námaze, po dlouhodobé chůzi či po dlouhém stání na mhou.

Recepty

• Mate-li unavené nohy, připravte si především teplou lázeň - snižuje napětí a zlepšuje krevní oběh.

„*Urinové ponožky*“ proti únavě. Doporučuji také lázně z odpařené uriny, uvolňují a obecně blahodárně působí na unavené nohy. Oblečte si „urinové ponožky“: vezměte pár čistě bavlněných ponožek, namočte je v odpařené urině, navlékněte na nohy a obalte igelitem - únava do tří až čtyř hodin zmizí. Necháte-li obklad působit na noc, kůže na chodidlech omládne a uzdraví se.

Masáž nohou. Při mytí si nohy zezdola nahoru promasírujte namydlenou štětkou - rychle se vám uleví, a nohy se tak posílí. Trpíte-li rozšířením cév, masáž neprovádějte.

Trénink nohou. Posilujte svaly na chodidlech - kutálejte váleček, využívejte jiné cvičné pomůcky pro nohy a v létě hodně chodte bosky v trávě.

O

ODUMÍRÁNÍ KOSTÍ (OSTEOCHONDRÓZA)

Zánětlivé onemocnění chrupavek, zejména v blízkosti kloubů, které vzniká v° specifické hnisavé infekci kostí a kloubů. Postihuje dlouhé kosti a apofýzy krátkých kostí.

Vyprovokovat je může například chronické fyzické přetěžování, jež vede opakovaně ke zranění, nebo nemoci z nachlazení. V nejtěžších případech napadne všechny kosti a klouby.

Rady a doporučení na léčení

Soubor cvičení na uzdravení páteře

1. Nejprve je nutné zastavit postup nemoci - oslabit tlak na meziobratlový disk, odblokovat meziobratlový segment a upevnit pojivo a svaly. Tím se zpomalí degenerativní a dystrofické procesy.

2. Poté je třeba aktivovat ozdravnou reakci, urychlit růst zdravých kolagenových tkání, zlepšit přítok krve a aktivovat růst svalového korzetu.

3. Nakonec je nezbytné provést očistu chrupavek a pojiva od patogenních látek, které do nich při nesprávním stravování pronikají; a tu je třeba z preventivních důvodů opakovat.

Recepty

Cvičení na ozdravení páteře

1. Hodí se cviky podporující dekompresi různých částí páteře, například vis na hrazdě nebo hladké skalní stěně (švédské stěně).

K procvičení krční části páteře provádějte úklony hlavy střídavě na obě strany a krouživé pohyby, k procvičení hrudní části se protahujte na hrazdě a k ozdravení bederní části kmítejte nohama a při visu s nimi kroužte do stran.

2. Efektivní cvičení na zlepšení pohyblivosti zablokované páteře v jakékoliv její části - postupné protahování blokováného úseku, kmity, úklony a otočky. Když začínáte cvičit, **buďte** nadmíru opatrní, aby nedošlo k poškození; později **můžete** cvičit **rychleji** a intenzivněji.

3. Páteř vykonává několik funkcí: udržuje tonické svaly, jež jí umožňují pobývat dlouhou dobu v neměnné poloze, a pohybové svaly, které jsou odpovědné za ohýbání, narovnávání a otáčení. Je třeba provádět různorodé dynamické i izometrické cviky, aby se posílily všechny funkce. Pro krční část páteře se hodí úklony a otáčivé pohyby, při kterých působí vnější odpor, například vlastníma rukama se zátěží. Pro hrudní část páteře jsou to různorodé silové pohyby dopředu a dozadu či nalevo a napravo anebo jogínské pozice *had* či cvik *luk*, prováděný vleže na břiše. Bederní část obecně posilují různé záklony a úklony.

Aby se pojiva a svaly na zádech dobře prosytily krví, ozdravily a detoxikovaly, je třeba vytvořit silný tok krve. Tomuto účelu vyhovují cviky posilující velké svalové skupiny - například s nepříliš těžkým závažím, které se opakuje desetkrát, nebo úklony přes lavičku, což je oblíbené cvičení vzpěračů (léčí si jím případná zranění bederní části páteře). Hodí se cviky na hrazdě a hlavně posilování břišních svalů - bez něj by trénink páteře nebyl úplný.

4. Plavání v teplé vodě vám doslova vrátí všechny obratle na původní místo a obnoví i jejich vzájemnou pohyblivost. Tělo ve vodě ztrácí váhu, svaly se lehce uvolňují a odblokuje se i meziobratlové ploténky.

Osoby se silnou osteochondrózou by však měly být ve vztahu ke studené vodě opatrné: může vyvolat křeče a v krajních případech zdravotní stav naopak zhoršit.

5. Provádějte cvičení na zvýšení pohyblivosti páteře, například jogínské *ásany* a protahování svalů. Vyberte si ze všech druhů cvičení jeden nebo dva, jež vám nejlépe vyhovují, a sestavte si z nich celkový ozdravný komplex na všestranné upevnění páteře. Postupně zvyšujte zátěž a přecházejte k těžším cvikům. Cvičný komplex by měl trvat minimálně deset a maximálně třicet až čtyřicet minut.

6. Meziobratlové ploténky si zaslouží zvláštní pozornost: cvičte *Mikulnovo vibrační cvičení* (v knize *Léčivá detoxikace*

hladem - praxe, vydala Eugenika roku 2007 - pozn. překl.), hodně chodte a běhejte. Při běhu se svaly rytmicky stahují a ploténky se zvětšují, neboť vsakují okolní tekutiny. Jsou tak lépe vyživovány a trénují se (a naopak nacházejí-li se dlouhodobě v jedné pozici, ztrácejí své vlastnosti).

Dbejte na dostatečný přísun tekutin a zamezte dehydrataci, protože ta organismus vyčerpává, a navíc zhoršuje chrupavku, pojivo a kloubní tekutinu.

7. Čas od času proveďte celkovou detoxikaci organismu hladem, tak se vaše tkáně a v neposlední řadě chrupavky zbaví škodlivin. Uvidíte, že budete už po třech dnech hladovění pohyblivější a pružnější, po sedmi dnech ani nemluvě.

OCHRNUTI

Může být částečné (paréza) nebo úplné (paralýza). Ľde vždy o vážnou poruchu pohybových funkcí buď lokálního, anebo centrálního charakteru.

Příčiny jsou rozmanité: různorodé procesy v mozku, poškození vratného nervu a v některých případech i těžké infekční onemocnění (i chřipka).

Symptomy se různí případ od případu a u každého nemocného má odlišný průběh nemoci - podle toho, jakým způsobem a v jaké míře byly ty či ony svaly poškozeny. Léčba musí vždy směřovat k odstranění příčiny základního onemocnění.

Recepty

Pelyňková léčba. Při úplném i částečném ochrnutí a také při svalových křečích se užívá prášek nebo odvar z kořenů pelyňku, vykopaného na podzim. Prášek se užívá ve množství jednoho gramu třikrát denně před jídlem, odvar po jedné polévkové lžici třikrát denně.

Léčba čemeřicí. Vložte si do úst asi padesát gramů rostlin, polkněte a zapijte teplou vodou, stačí jednou denně vždy ráno na lačný žaludek, hodinu až dvě před jídlem. Léčba trvá od jednoho do šesti měsíců, ve výjimečných případech

z rok. Na noc užívejte medovou lžičku s čemeřicí: padesát gramů bylinek utřete se čtvrtinou čajové lžičky medu a polknete večer před spaním, asi ve dvaadvacet nebo třiaadvacet hodin.

OPAR (HERPES, MÍSTNÍ ZÁNĚT KŮŽE)

Onemocnění se projevuje jako lokální vyrážka v podobě svědivých a pálivých nachýřků na kůži a sliznici a způsobují je herpetické viry.

Nemoc je nakažlivá a přenáší se při kontaktu s nemocným člověkem případně jiným nosičem viru. Průběh nepříznivě ovlivňuje nachlazení, snížení obranyschopnosti organismu a nedostatek vitaminů (*hypovitaminóza*). Herpes je také doprovodným jevem jiných onemocnění, například chřipky, zápalu plic nebo malárie.

Rady a doporučení na léčení

- Vyhýbejte se stresovým situacím.
- Dbejte na správnou dietu a vhodnou skladbu potravin. Jídlo není potěšení!
- Zbavte se škodlivých návyků a sklonů, které vašemu organismu škodí.
- Pravidelně si čistěte organismus a praktikujte detoxikaci.
- Dbejte na dostatek fyzické zátěže.
- Dodržujte komplexní ozdravný program, jenž zahrnuje urinoterapii, hladovém, zdravé stravování a omývání
- Klasická medicína je přesvědčena, že nemoc se dá zmírnit, utlumit její akutní projevy, zbavit se oparu a vyrážky či zvýšit imunitu, ale není možné ji zcela vyléčit

Recepty

• Užívejte prostředky, jež mají fytoncidní účinek, například petrolej, nikotinovou tinkturu, čemeřicu a urinou. Všechny společlivě ničí herpetické viry usazené uvnitř organismu, ale vše záleží na dávkování a době léčení.

- « Před spaním polkněte Čajovou lžičku čemeřice s medem.
- Půl roku užívejte petrolej, vždy v šestitýdenních kúrách.

• V případě akutní herpetické vyrážky si postižená místa potírejte starou urinou, určitě se brzy vytratí.

• Praktikujte krátkodobé hladovění po dobu dvaceti čtyř až čtyřiceti osmi hodin, ve dnech *ekadaši*.

Bylinkový vývar proti kožním zánětům

tinktura z tavolníku. Dvě čajové lžičky květů tavolníku smíchejte s jednou čajovou lžičkou měsíčkových kvítků, nasypte je do litrové lahve a zalijte půllitrem vodky. Uzavřete umělohmotným víčkem, postavte na tmavé místo a nechte jeden měsíc vyluhovat (čas od času láhev protřepete). Před upotřebením důkladně promíchejte a sceďte.

Opar na rtech. Namočte kousek vaty v tinktuře z tavolníku, přiložte ji na nemocné rty a nechte patnáct až dvacet minut působit; opakujte dvakrát až třikrát denně. Pokud se opar hodně rozšířil, užívejte tinkturu i vnitřně: čajovou lžičku rozmíchejte ve sto mililitrech vody a pijte třikrát za den. Tinkturu podávejte ve stejných dávkách i při chřipce, velmi dobře pomáhá.

Pásový opar. Navlhčete bavlněný obklad v tinktuře a přikládejte si jej na místa postižená vyrážkou. Kombinujte s vnitřním užíváním: třikrát až čtyřikrát denně pijte dvě stě mililitrů vody a jednou polévkovou lžící tinktury. Pokud s léčbou začnete včas, zbavíte se pásového oparu do jednoho týdne.

OSTRUHA PATNÍ KOSTI (CALCAR CALCANEI)

Kostní výrůstek na patní kosti z místě úponu Mach.

Osten z kostní hmoty vyrůstá přímo na kosti a vyvolává při chůzi a fyzické zátěži bolest dolních končetin. Zpravidla se vytvoří na spodní straně paty, ale v některých případech i na zadním povrchu patní kosti.

Pacienti si stěžují na bolesti v patách při fyzické aktivitě, která se při tlaku nebo při ohybu chodidla zvyšuje.

Rady a doporučení na léčení

- Proveďte celkovou detoxikaci a očistu od solí

- Příkladujte si na postižená místa kyselé i alkalické tampony.

Recepty

- Na noc si na paty přiložte *urinové* obklady: tak se aktivuje proces oxidace, který ostruhy ničí.

- Nasypete si do ponožek čerstvý svlačec a chodte takto celý den. Rostlina vytváří alkalické prostředí a napomáhá procesu vymývání *solí* z organismu.

Léčba petrolejem

Papriková tinktura Deset gramů pálivé papriky nasypete do dvou set mililitrů petroleje a nechte dva týdny odstát; získáte paprikovou tinkturu k zevnímu upotřebení. Namočte v ní vlněný tampon o rozměru asi deset na deset centimetrů, lehce vyždímejte a přiložte na paty, poté zabalte do igelitového sáčku a svrchu si natáhněte suché ponožky. Jak dlouho takto budete chodit, to záleží na vás, nicméně začít můžete s dvaceti až třicetiminutovou kúrou a postupně délku prodlužovat.

Po ukončení procedury si chodidlo omyjte teplou vodou s mýdlem a potřete si patu medem (stačí kapka).

Petrolej působí jako rozpouštědlo, jež snadno proniká do oblasti ostruhy a rozpouští *solí*, a pálivá paprika, jejíž množství můžete libovolně zvyšovat nebo snižovat, proces aktivuje. Jde o velmi efektivní metodu odzkoušenou v praxi.

„*Petrolejové pyrė*“. Uvařte jednu střední bramboru ve slupce, horkou ji našťouchejte s přidáním jedné čajové lžičky petroleje. Ihned překlopte na igelitový sáček a přiložte na postižené místo na patě; a navrch si oblékněte ponožky.

Petrolej působí jako vynikající organické rozpouštědlo a brambora nemocné místo *rozehřívá*, změkčuje a vsakuje rozpuštěné *solí*.

Proceduru provádějte na noc a vždy ráno si nohy omyjte teplou vodou. Pokračujte v léčbě tak dlouho, dokud se ostruha nestáhne; zpravidla je potřeba asi tří až deseti procedur.

Jde o prověřený recept s vysokou účinností. Ovšem buďte opatrní, aby se „petrolejové pyrė“ nedostalo na zdravou jemnou kůži, protože hrozí popálení.

Odvar na celkovou detoxikaci

Odvar z léčebné směsi obsahující smrkové jehličí, cibulové slupky a šípkové plody napomáhá vylučování toxinů a škodlivých látek z organismu.

Nejprve vezměte pět polévkových lžic smrkového jehličí, nejlépe mladých stromů, a nadrobno je nakrouhejte. Stejným způsobem opracujte i dvě polévkové lžice cibulových slupek a dvě až tři lžice šípkových plodů. Všechny komponenty smíchejte, přelijte sedmi sty mililitry vody a nechte deset minut vřít na mírném ohni. Přelijte do jiné nádoby, důkladně uzavřete a dejte na noc odstát. Ráno sceďte a celý den popíjejte půl až litr a půl odvaru namísto vody. Léčba je dlouhodobá, trvá zhruba čtyři měsíce.

Cibulové slupky jsou ve směsi obsaženy kvůli schopnosti léčit *pyelonefritidu*. Pokud vás ledviny netrápí, můžete si odvar připravit pouze ze směsi smrkového jehličí a šípků, bez cibulových slupek.

P

PÁLENÍ ŽÁHY

Nepříjemný pocit pálení, který se rozšiřuje podél trávicího traktu.

Pálení žáhy je vyvoláno tím, že se část kyselé potravy ze žaludku vrací do jícnu, a tím se narušuje motorika trávicího traktu, žaludku a dvanáctníku. Vyskytuje se při některých onemocněních, například při zánětu žaludeční sliznice (*gastritida*), zánětu žlučníku (*cholecystitida*) a vředového onemocnění doprovázeného zvýšenou kyselostí žaludku anebo také při nervových poruchách. Pálení žáhy mívají leckdy i zdraví lidé v případě, že jejich organismus nesnáší některé potravinové doplňky.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte si tlusté střevo.
- Proveďte detoxikaci jater.
- Změňte denní jídelníček tak, aby se snížila kyselost žaludku.

Recepty

- Po vypití půl sklenice „živé“ vody pálení žáhy zpravidla ustane.
- Mnozí čtenáři napsali, že jim proti pálení žáhy pomohlo pití vlastní uriny, neboť upravuje funkci žaludku a zlepšuje hladinu kyselosti.

PODAGRA(DNA)

Chronická nemoc vyvolaná poruchou látkové výměny, při níž dochází k ukládání močových solí a kamenů v kostech, chrupavkách a šlachách.

Nemoc postupuje pomalu, ale doprovázejí ji ukrutné bolesti, zejména v noci. V místě nemocného kloubu kůže natéká, má tmavě rudou barvu a lokálně se zvyšuje teplota.

Podagra nejčastěji napadá palec u nohou, řidčeji malé klouby prstů na ruce.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si tlusté střevo.
- Proveďte detoxikaci jater.
- Proveďte očistu kloubů bobkovým listem.
- Dodržujte přísnou dietu, potraviny připravujte z roztáté vody.
- Na bolestivé klouby si přikládejte horké obklady.
- Doporučuji léčebné koupele.
- Pijte několikrát denně urinu.

Recepty

Léčba urinou. Zlatavý mok je schopen očistit organismus od solí a obnovit přirozenou pohyblivost kloubů. Proto si na zasažené klouby přikládejte obklady z odpařené nebo velmi staré uriny (můžete je střídat).

Výluh z vrbové kůry. Čajovou lžičku rozmělněné vrbové kůry přelijte sklenicí studené převařené vody a nechte dvě hodiny vyluhovat. Užívají se dvě polévkové lžíce dvakrát až čtyřikrát denně.

Pelyňková koupel. Pelyňkové kořeny rozkrájejte na malé kousičky, nalijte na ně vodu a nechte dvě hodiny odstát; poté deset minut povařte a scedte. Připravte si ve vaně lázeň z teplé vody s teplotou třicet šest až třicet sedm stupňů Celsia a přilijte do ní připravený odvar. Koupejte se v pelyňkové lázni vždy večer před spaním, proceduru opakujte dvanáctkrát až čtrnáctkrát.

POLYPY

Nezhoubné výtvary z epitelu sliznice, vyskytující se v různých orgánech, například v nose, na děloze nebo v žaludku.

Rady a doporučení na léčení

- Změňte stravování, zejména omezte užívání potravin podporujících tvorbu žluči – sladkostí, škrobu a bílkovin. Naopak více konzumujte zeleninové pokrmy, kaše s minimem tuku a bílkovinná jídla se zeleninovou přílohou a pijte bylinkové Čaje s medem nebo kompoty ze sušeného ovoce.

- Nestačí však jen jíst zdravě ale také ve správné posloupnosti: pít před jídlem, po jídle jen maličko nebo vůbec a hodinu po jídle. Hojný příjem tekutin po jídle je jednou z příčin špatného trávení a faktorem způsobujícím vytváření hlenů (jídlo se špatně vstřebává).

- Zásadně nejezte na noc, poslední příjem potravin spadá na osmnáctou až devatenáctou hodinu.

- Zbavte svůj organismus parazitů: pijte elixír Trojčátka a využívejte petrolej a rostlinné jedy.

- Při správné kombinaci výše uvedených procedur vyženete z těla kolonie mikroorganismů, z nichž se tvoří polypy a adenoidní vegetace.

Recepty

Metoda A. P. Semeněnka. Fytoterapeut A. P. Semeněnko z Bělgorodské oblasti doporučuje vlastní metodu, jak se zbavit *adenoidů* a polypů: pít odvar sladko-hořkého lilku potměchuti, který je mírně jedovatý a spolehlivě parazity ničí. Do nosu je třeba nakapat šťávu z bramboříkových cibulek a poté propláchnout výtažkem z bukvice lékařské.

Urinoterapie proti polypům.

- Chcete-li se zbavit polypů či novotvarů v žaludku nebo v tenkém střevě, popíjejte dětskou a odpařenou urinu (na jednu čtvrtinu původního objemu). Ovšem buďte obezřetní a z čerstvé uriny na odpařenou přecházejte pomalu; například první den vypijte směs z devadesáti mililitrů čerstvé uriny a deseti mililitrů odpařené a postupně přejděte k takovému poměru, jaký vám vyhovuje a vyléčí vás. Během urinoterapie nejezte slaná, rafinovaná ani umělá jídla, jen přírodní produkty.

- Několik čtenářů se podělilo o své zkušenosti s léčbou polypů v nose u dětí. Děti se většinou operace bojí, a tak u nich musí být často nasazena přírodní léčba. Léčebná metoda spočívala v tom, že dítěti několikrát denně nakapali do nosu čerstvou urinu (při každém močení), přičemž léčba trvala dva týdny.

- V některých případech se polypy v trávicím traktu, Žaludku a střevech samy odtrhnou a vyloučí spolu s hleny, kameny a toxickými látkami. Většinou tomu předchází kompletní očista tlustého střeva i jater a urinové hladovění. Ovšem jde o dlouhodobý proces, na nějž se pacient musí připravit a obrnit trpělivostí.

Tomelová léčba. Jedna pacientka se zbavila polypů na děložce tak, že na ně přikládala strouhané nezralé plody tomelu (léčba probíhala v poliklinice). Po deseti měsících se výrůstky vytratily a o několik dnů později vyšlo z dělohy i polypové ložisko.

Tomel má stahující účinek, a proto se hodí i při léčbě jiných druhů polypů a výrůstků, například v nosohltanu. Mechanismus léčení spočívá v tom, že tomel vsakuje nahromaděnou patogenní energii, z níž se polypy vyvíjejí.

POMOCO VÁNÍ (NESCHOPNOST UDRŽET MOČ)

Bolestivý stav, při němž nemocný necítí nutkání na močení a urina vytéká samovolně.

Někteří pacienti neudrží moc pouze v noci (*enuréza*), zatímco při některých nemocech, jako například při onemocnění centrální nervové soustavy, se dostaví trvalá neschopnost udržet moč.

Rady a doporučení na léčení

- Nepijte příliš mnoho tekutin.
- Vyhýbejte se alkoholu a nápojům s vysokým obsahem kofeinu a také některým lékům (například diuretika neschopnost udržet moč zvyšují).
- Jezte víc přirozených potravin, v nichž je obsaženo hodně buničiny.
- Přestaňte kouřit.
- Zbavte se **nadváhy**.
- Pravidelně **vyprazdňujte** močový měchýř a dbejte, aby nezůstával dlouho přeplněný,
- Posilujte **močový** měchýř, **choďte** na malou v pravidelných časových intervalech.

Recepty

Koprová semínka. Spařte polévkovou lžici koprovných semínek ve sklenici horké vody, nechte dvě až tři hodiny odstát a vypijte ji najednou (stačí jednou denně).

Koupeľ s vývarem rostliny plektrantus. Je to nenáročná rostlina, jež kupříkladu spolehlivě vyháňá z místnosti mouchy a moly. Vývar se užívá i při léčbě nočního pomočování (enurézy) u dětí v jakémkoli věku. Hrst sušených nebo čerstvých listů přelijte vřelou roztátou vodou a nechte vřít na mírném ohni asi čtyřicet až čtyřicet pět minut. Každý večer dítěti připravte koupel, do níž vývar přilijete (je třeba jej připravit pokaždé čerstvý).

Varování: Nekoupejte se dlouho a v příliš horké vodě, dvacet až třicetiminutová lázeň ve vodě teplé dvacet devět až třicet stupňů Celsia úplně stačí.

Masáž. Lehněte si na postel, uvolněte se a představujte si své ledviny, močovody a zejména močový měchýř, jak se pozvolna naplňuje tekutinou, až v něm nezůstane ani kousíček místa. Do blízkosti ucha postavte budík, který předem natočíte, a v okamžik, kdy pocítíte naplněný močový měchýř, tedy nutkání na malou, jej spusťte a „probudte se“. Touto metodou se už vyléčilo hodně lidí.

Recept ruské lidové medicíny. Staroruští léčitelé odedávna předepisovali nemocným spolehlivý léčebný prostředek na pomočování - směs třezalky a zeměžluči okolíkaté. Nasypte do nádoby bylinky ve stejném množství, zalijte vřelou vodou a popíjejte jako čaj. Pokud vás trápí nadměrné nutkání na malou, vylučte dočasně z jídelníčku všechny potraviny s močopudnými vlastnostmi: celer, meloun, přezrálé vinné hrozny a chřest, dokud se močení neupraví.

Cvičení na posílení svěrače močového měchýře

Provádějte speciální cvičení, zaměřené na posílení svěrače močového měchýře: při močení sevřete svaly a zkuste proud moči zastavit. Pokud se vám to alespoň v malé míře podaří, znamená to, že svaly ovládáte a můžete je i kontro-

lovat a stahovat dle vlastní vůle, když je potřeba. Při močení napněte svaly a zadržte moč, pak v duchu počítejte do tří a proceduru opakujte. Abyste získali žádoucí výsledky, musíte provádět minimálně sto až dvě stě cviků denně.

POPÁLENÍ

Poškození kůže, sliznice a okolních tkání, způsobené vysokými teplotami, chemickými látkami, elektrickým proudem nebo ionizujícím zářením.

Popáleniny se dělí na čtyři stupně:

První stupeň: zčervenání a otékání.

Druhý stupeň: puchýře.

Třetí stupeň: odumření kůže, jež může být suché anebo mokvavé, při němž se mrtvé tkáně rozkládají.

Čtvrtý stupeň: uhelnatění kůže a okolních tkání.

Recepty

Mokvavé puchýře je třeba propíchnout a postižená místa nejprve omýt „mrtvou“ a za pět minut „živou“ vodou. Omytí „živou“ vodou opakujte během dne sedmkrát až osmkrát. Léčba musí trvat minimálně dva až tři dny, pak se popálená místa začnou velmi rychle hojit.

Jedna pacientka mi napsala, jak si vyléčila popáleninu způsobenou nesprávnou manipulací s ohněm: během půldruhého dne se z mokvavého puchýře s hnisajícím okolím stala posychající ranka pokrytá strupem tmavě višňové barvy. Žena popisovala metodu takto: ve dne i v noci si přikládala obklad z odpařené uriny a poté si jí zasažené místo intenzivně potírala.

POTIVOST

Potní žlázy v kůži neustále vylučují pot a při zvyšování teploty vzduchu se aktivují: to je zákonitá reakce organismu na menu, díky nížsi uchovává normální tělesnou teplotu a rovnováhu tekutin a solí.

Ženy se Často nadměrně potí v období klimakteria, zvýšená potivost rukou a nohou je zase projevem dospívání. Kro-

mě toho pocení doprovází celou řadu nemocí, nezřídka však svědčí jen o tom, že dotyčný nezná základy osobní hygieny.

Rady a doporučení na léčení

- Každý den se osprchujte teplou vodou, nohy si před spaním umyjte mýdlem.
- Častěji si připravujte koupele na nohy, nejlépe s odvarem takových léčivých rostlin, které mají antiseptické vlastnosti a obecně vysušují.

Recepty

Kyselá léčba. Každé ráno si místa mezi prsty na nohou a paty posypte práškem borové kyseliny a večer si nohy opláchněte teplou vodou. Nebudete se nadměrně potit, a navíc zmizí i nepříjemný pach nohou.

Léčba dubovou kůrou. Dubová kůra má pojivové a stahující vlastnosti, takže kůži maličko vysušuje, což je při zvýšené potivosti dobré. Užívá se rovněž utřená na prášek, který si nasypete přímo do ponožek a punčoch a opakujte tak dlouho, až se nohy budou potit o polovinu méně a přestanou zapáchat. Pote léčbu ukončete; není vhodné, abyste se zbavili pocení nohou úplně, protože je to přirozený proces a slabé vylučování potu je na místě.

Také si připravujte koupele z dubové kůry: uvařte si dostatečné množství vývaru v poměru padesát až sto gramů na jeden litr vody, jenž nechte vřít na mírném ohni dvacet až třicet minut; je to silný prostředek a pomáhá víc než prášek.

Studená lázeň. Uklidňující a vysušující účinek má i obyčejná studená voda, proto doporučují každý den provádět chladnou koupel nohou, ovšem jen v teplém letním období. V zimě léčbu pozastavte, protože může mít negativní vliv na kvalitu spánku.

Léčba kamencem. Prášek z kamence je prověřený prostředek proti pocení. Nasypete si jej do ponožek nebo punčoch a proceduru opakujte, dokud se pocení neupraví.

K dalším efektivním způsobům se řadí oplachování nohou roztokem z páleného kamence. Miniaturní množství

přípravku, tak pětinu Čajové lžičky nebo množství na špičku nože, rozpustíte ve sklenici horké vody a silně zapocené místa s ním omývejte.

Odvar z ovesné slámy. To je kvalitní přípravek, neboť nejen tlumí nadměrnou potivost, ale také změkčuje kůži na nohou. Doporučuji patnácti až dvaceti minutovou lázeň na nohy.

„*litinové ponožky*“. Čistě bavlněné ponožky omočte v uríně, odpařené na jednu čtvrtinu objemu, oblečte si je na nohy a na ně natáhněte igelitový sáček nebo druhé ponožky (nejlépe v létě). Vydržte v nich alespoň dvě, ale raději čtyři hodiny, a pak si nohy důkladně opláchněte teplou vodou bez užití mýdla - pokožka na nohou se vylepší, zvlhčí a změkne a zbavíte se i únavy nohou.

PROLEŽENINY (DEKUBITY)

Ohraničené odumření tkáně, jež vzniká u oslabených a těžce nemocných pacientů, kteří jsou na dlouhou dobu upoutáni na lůžko.

Nejčastěji se vyskytuje v křížové oblasti, na měkkých zadních partiích, na patách či na lopatkách.

Recepty

- Nasypete do termosky jednu čajovou lžičku březových pupenů, nalijte na ně půlku sklenice horké vody a nechte jednu až dvě hodiny odležet. Výluhem se potírají postižená místa.
- Připravte si nálev z deseti gramů březových listů, které zalijete sklenici vřelé vody. Nechte dvě hodiny odstát a nanášejte na nemocná místa.

Březová tinktura. Třicet až čtyřicet gramů pupenů z břízy přisypte do jednoho litru sedmdesátiprocentního lihu a nádobu na týden postavte na temné místo. Hotovou tinkturou si potírejte postižená místa.

PRŮJEM

Porucha funkce střev, doprovázená častým vylučováním tekutých kalových výměšků.

Vzniká při nadměrné střevní peristaltice, nemocí žaludku a jater nebo při zánětu střevní sliznice.

Rady a doporučení na léčení

- Dodržujte vhodnou dietu.
- Proveďte urinoterapeutické procedury na ozdravení žaludečního a střevního traktu.
- Nejezte čerstvé ovoce ani zeleninu, neboť dráždí střeva, a nepijte syčené nápoje. Naopak můžete jíst rozvařenou rýžovou kaši, ochucenou mořskou solí a taveným máslem.

- Po jídle nepijte.

Recepty

- Nejlépe vám pomůže klid a hladovění. Při průjmu organismus ztrácí tekutiny, a proto byste měli pít, zejména pokud žijete v místě s teplým podnebím. Nejvhodnější je rozřátá nebo magnetizovaná voda, případně rozpuštěný čistý sníh. Pokud vám hladovění dělá problémy, můžete do vody přidávat citronovou šťávu. Při oslabení organismu jezte vařenou rýži a pijte posilňující rýžový odvar. Až se zbavíte průjmu, postupně se vraťte k užívání uriny.

- Vypijte půl sklenice „mrtvé“ vody a pokud se průjem do půl hodiny nezastaví, vypijte druhou. Bolesti v břiše zpravidla do půl hodiny poleví.

- Jednu čajovou lžičku rozmělněné vrbové kúry přelijte sklenicí studené převařené vody a dejte na dvě hodiny odstát. Nápoj užívejte scezený v množství dvou polévkových lžic dvakrát až čtyřikrát denně před jídlem.

- Nasbírejte komponenty z dvou set gramů vlašských ořechů, přesněji pouze membrány mezi dvěma jádry, a vyluhujte je dva až tři dny v půllitru líhu. Užívejte šest až deset kapek rozpuštěných v padesáti mililitrech teplé vody třikrát až čtyřikrát denně. Jakmile pocítíte, že průjem ustává, přestaňte užívat jsou stavivé a mohly by vyvolat zácpu.

RAKOVINA

Zhoubný nádor z epiteliální tkáně, charakterizovaný nekontrolovaným růstem buněk.

Než se však nádor utvoří, probíhají v organismu různé patologické procesy. Tento stav je v medicíně označován jako předrakovinný neboli *prekanceróza*.

Rakovinné tkáně jsou schopné prorůstat do okolních tkání a ničit je a zároveň narušují i krevní a lymfatické cévy. Rakovinné buňky jsou roznášeny po organismu spolu s krví a lymfou a usazují se na různých místech v těle. Tak se tvoří druhotné nádory neboli metastázy. Konkrétní druhy rakoviny metastazují do určitých orgánů; například plicní nádor a nádor předstojné, mléčné a štítné žlázy se rozšiřuje do kostí.

Rady a doporučení na léčení

- Urinové hladovění.
- Úplná detoxikace organismu.
- Meditační a uklidňující myšlenková cvičení.
- Rozmanitá ozdravná cvičení.
- Kontrastní polévání vodou.
- Kontrolujte množství požívané potravy a nepřejídejte se.
- Nejezte na noc a nezapíjejte jídlo okamžitě po konzumaci, nýbrž až po nějaké době.
- Dbejte na správnou kombinaci potravin.

Recepty

- Vtírejte si do kůže starou urinu, z níž ještě nevyčpěl typický zápach.

- Potírejte se dvě hodiny urinou, odpařenou na čtvrtinu objemu, a také dětskou, od novorozence až tříletého batolete.

Urinové klystýry a systém Broyceho. Věnujte se ozdravnému hladovění a čtyřicetidvoudennímu léčebnému komplexu podle léčitele Broyceho s očištnými klystýry. Během hladovění si zavádějte dvakrát až čtyřikrát denně klystýr z různých druhů uriny, například dětské, odpařené nebo staré.

Pokud se rozhodnete léčit podle Broyceho, šestkrát až osmkrát za den proveďte očistný klystýr z půldruhého až dvou litrů teplé vody do třiceti osmi stupňů Celsia, do níž přidáte sto mililitrů odvaru ze zelené kávy, tři až čtyři čajové lžičky citronové šťávy a dvě stě mililitrů řepné šťávy.

Pití uriny. Jedna žena se vyléčila z rakoviny vaječníků při minové terapii. Pila veškerou vyloučenou moč, k tomu se patnáct až dvacet minut denně odpařenou urinou potírala a navíc si přikládala obklady, hliněné zábaly s urinou a do pochvy si zaváděla urinové tampony, nezapomínala ani na miniklystýry.

Jiná pacientka zase provedla desetidenní hladovění, při němž pila čtyřikrát denně sedmdesát pět mililitrů čerstvé uriny, a zcela se zbavila cysty na vaječnících.

Terapie šťávami. Terapie šťávami je důležitá, protože organismus postižený nádorovým onemocněním často pociťuje nedostatek důležitých prvků, například vitamínu A, enzymů a železa. Ze šťáv si je může načerpat v přirozené podobě. Nejlepší je čerstvá mrkvová a řepná šťáva: ta první efektivně stahuje a rozpouští nádory i vředy a druhá je pokládána za silný prostředek při onkologických chorobách.

Níže předkládám čtyři recepty na zeleninovou šťávu, v níž převládá mrkvová. Váha je udána v uncích, jedna unce má dvacet osm a tři desetiny gramu.

1. Mrkev 13, řepa 3.
2. Mrkev 7, jablka 6, řepa 3.
3. Mrkev 10, řepa 3, okurka 3.
4. Mrkev 10, špenát 6.

Hliněné zábaly. Hlína by měla být čistá, hustá a viskózní, dobře prosusená slunečními paprsky. Rozmělněte ji na prášek a nasypete do nekovové nádoby ~ obecně nesmí přijít do styku s kovem. Zalijte aktivovanou vodou, aby v ní byla hlína zcela namočená. Nechte ji několik hodin odstát, ale občas promíchejte, dokud nezhutní a nepromění se v mazlavou směs připomínající smetanu.

Na zábal si připravte pruh z přírodní tkaniny, namočte jej ve vodě a rovnoměrně na něj naneste hliněnou směs, aby

vytvořila vrstvu s tloušťkou dva až čtyři centimetry. Zábal přiložte na nemocné místo, upevněte, aby nemohl sklouznout, a nechte působit tři hodiny. Poté jej sundejte a vyhoďte, nejlépe zakopejte hluboko do země; ale nikdy jej nepoužívejte opakovaně. Zábal opakujte dvakrát až třikrát během dne, v extrémně těžkých případech častěji.

Pokud hlínu smícháte s urinou, nejlépe odpařenou na čtvrtinu prvočního objemu, dosáhnete silnějšího léčebného účinku.

Uvedu příklad ženy, jež se vyléčila z rakoviny mléčné žlázy: po celých osm dní měla ve dne v noci bez přestání na hrudi hliněný zábal a ten si vyměnila pokaždé, když pocítila, že vyschnul a zteplal. Přestože neměla na prsou žádné hnisající vředy, na zábalu vždy utkvěla špetka hnisu. Během osmi dnů se vyléčila, aniž by musela podstoupit chirurgický zákrok.

Potraviny proti rakovině. Hodně užívejte med, citrusové plody a třikrát denně půl sklenice nebo sklenici hruškové šťávy, ochucené polévkovou lžící medu. Vhodná je i šťáva z kaliny s medem v poměru 1:1, pije se jedna čtvrtina až jedna třetina sklenice za den před jídlem. Léčebné účinky má také zelenina, zejména řepa, mrkev, hlávkové zelí, květák, sója, luštěniny, pečené brambory a česnek.

Salát na očistu krve. Na větším struhadle nakrouhejte řepu, mrkev a čerstvou kapustu a promíchejte je ve stejných dávkách. Můžete je ochutit medem, pomerančovou, citronovou či grapefruitovou šťávou, nakrouhaným jablkem nebo polévkovou lžící octa.

„Graslíková polévka“. Jde o směs šťáv z těch druhů zelenin, které mají vysoký obsah draslíku - mrkev (sedm dílů), celer (čtyři díly), petržel (dva díly) a špenát (tři díly). Talíř studené „polévky“ si dejte dvakrát denně před jídlem.

Prášek z čemeřice. Při léčbě onkologických onemocnění se užívá také prášek čemeřice. Začíná se s malými dávkami: špetku prášku na špičku nože (asi padesát miligramů) zalijte padesáti mililitry převařené vody o pokojové teplotě a nechte na noc odstát. Postupně dávku dle potřeby zvyšujte, po pat-

nácti dnech až na sto padesát miligramů, neboli polovinu dezertní lžičky, a u této dávky setrvejte. Před upotřebením vždy protřepte a zamíchejte, jezte ráno na lačný žaludek hodinu před jídlem. Léčba trvá šest až dvanáct měsíců.

Prášek z čemeřice se bere i nasucho: jednou denně si nasypete do úst padesát miligramů prášku z čemeřice a zapijte teplou vodou. Užívá se rovněž ráno na lačný žaludek, hodinu až dvě před jídlem. Léčba trvá od jednoho do šesti měsíců, výjimečně celý rok.

Po vyléčení byste se měli občas ke kůře s čemeřicí preventivně vrátit a dvakrát do roka provést léčbu trvající jeden měsíc.

Zeměžluč okolíkatá. Při rakovině mléčné žlázy se užívá odvar ze zeměžluči okolíkaté, pouze k zevnímu upotřebení.

Léčebný program boje se zhoubným nádorem

První varianta.

Při léčbě rakoviny je nutná také duševní léčba a nastolení vnitřní harmonie a v neposlední řadě také usmíření s přírodou. Měli byste dočasně zůstat sami, izolování od ostatních a od vnějšího světa, aby na vás nepůsobily žádné rušivé vlivy. Pokud můžete, přemístěte se na venkov nebo kamkoli, kde budete mít klid, do blízkosti lesů, luk, řek a jezer. Příroda a klidné prostředí má léčivý účinek, upokojí vaši psychiku a zklidní nervy. Musíte vědět, že jste součástí přírody, a vsáknout její léčebnou energii. Hlavně ale musíte věřit sami sobě a svému organismu - má neomezenou schopnost a nekonečné zásoby sil, aby načerpal síly z mocného vesmírného zdroje a regeneroval a uzdravil sám sebe.

Poté můžete přistoupit k samotnému ozdravnému programu.

1. Očistěte své životní pole, věnujte se této ozdravné meditaci třicet až čtyřicet minut ráno a večer.

2. Dvakrát až šestkrát si pročistěte tlusté střevo s pomocí klystýrů s odpařenou urinou a ředěnou řepnou šťávou.

3. Dbejte na pravidelnou fyzickou zátěž, cvičte se závažím i bez. Nemusíte to přehánět a intenzitou, ale cvičení by mělo

být dostatečně dlouhé a trvat hodinu a půl až dvě. Nejdůležitější je, abyste rozproudili krev po celém těle a udrželi ji po celý den aktivní. Jako doplněk cvičného programu doporučuji dýchání podle Strelnikovové a cviky podle Niši.

4. Velmi vhodné je kontrastní polévání vodou, prováděné dvakrát až čtyřikrát denně, celkem v jedenácti a více cyklech během léčby. Jste-li v teplé místnosti, zůstaňte bez oblečení, aby se tělo provětralo a kůže detoxikovalo.

5. Pijte v hojném množství zeleninové šťávy, zejména směsi obsahující mrkvovou a řepnou šťávu.

6. Pijte vlastní urinou, alespoň stogramovou střední porci třikrát až pětkrát denně.

7. Dodržujte správný stravovací režim.

8. V případě nutnosti aplikujte na postižená místa různé adsorbenty.

Druhá varianta.

Je těžší, zato efektivnější. Pobývejte na klidném místě, daleko od každodenního shonu světského života. Hladovějte s urinou a k tomu jednou, v těžších případech i dvakrát denně provádějte dvouhodinové masáže se starou nebo odpařenou urinou. Pročistěte své životní pole, proměňte se jako osobnost, vylepšete si charakter, modlete se, poproste o odpuštění a odpusťte druhým, konejte dobrodiní. Cvičte, dbejte na dostatek pohybu a zátěže, sprchujte se střídavě studenou a teplou vodou. Měli byste vydržet alespoň patnáct nebo i pětadvacet dní o hladu (čím déle, tím lépe). Nezbytné je kúru správně ukončit. Jezte potraviny, jež mají protirakovinné vlastnosti - řepu, mrkev, zelí, čočku, zeleninové šťávy a podobně. Nezapomínejte na přípravky, které stimulují životní sílu organismu, například *mumijo*. Po hladovce následuje dvacetidenní až čtyřicetidenní regenerace, po jejímž ukončení můžete hladovění dle výše uvedeného programu zopakovat. Váš silný duch, podpořený hladověním a léčebnou terapií, si s onkologickou patologií poradí a vyžene patologii ven z těla. Pokud ne hned napoprvé, pak

jistě napodruhé nebo napotřetí. Hlavní je vydržet, být houževnatý, vytrvalý a trpělivý.

Nejdůležitější otázky o rakovině

Rakovina je velmi závažné onemocnění, a proto také vyvolává celou řadu otázek.

Některé z otázek opakují, a tak je zde uvedu i se svými odpověďmi.

První otázka. Můžu při rakovině pít moc a odvary z léčivých bylinek, například z vlaštovičnicku nebo kostivalu? Mám tyto prostředky střídat a kombinovat, případně pít ještě něco jiného?

Odpověď. Samozřejmě můžete pít urinou a odvary z léčivých bylinek. Nejvhodnější z nich zde uvádím.

- *Vrbovka úzkolistá* K použití se hodí květy a listy, jež je nutné natrhat v červenci v období květu, pak je pět minut sušit při vysoké teplotě dosahující sto pět stupňů Celsia a nakonec dosušit za oknem. Bylinky smíchejte se zeleným čajem v poměru 2:1 a uvařte jako běžný odvar. Nápoj blahodárně působí na imunitní systém a rozpouští metastázy, zejména při rakovině plic

- *Měsíček lékařský*. Čaj z této známé léčebné rostliny získáte tak, že dvě čajové lžičky kvítků přelijete dvěma sklenicemi vřelé vody, sceďte a popijte během dne. Měsíček má silné léčivé vlastnosti díky žluté barvivo, které má na organismus obdobný účinek jako ostatní přirozená barviva obsažená v červené řepě anebo řezalce

- *Jitrocel*. Nezaměnitelná bylina při rakovině plic a žaludku, jež se užívá rovněž jako čaj. Bylinky nasekejte na drobné kousky a smíchejte se stejným množstvím tmavého medu a pak nechte tři týdny odstát na teplém místě. Užívejte jednu polévkovou lžici třikrát denně.

- *Fialka vonná* Je známa jako účinný prostředek na odchrchlávání. Jsou zaznamenány případy, kdy se nemocný při užívání této byliny vyléčil z rakoviny jazyka a hrtanu. Odvar připravíte z hrsti fialkových listů, které spaříte dvěma

sklenicemi horké vody a necháte dva dny vyluhovat. Pak je rozdělíte na dva rovné díly, z nichž jeden vypijte během dne a druhou použijte k vnějšímu užití na horké obklady.

- *Chorol (lidově čaga)* je houba, jež roste na kmenech a větvích listnatých stromů, v prvé řadě bříz. Dává se vysušit pak se přelije studenou roztátou vodou a nechá čtyři hodiny vyluhovat. Když je odmočená utřete ji na struhadle anebo umelte v mlýnku na maso (vodu, v níž se odmokala, uchovejte). Získáte hmotu, jíž je třeba zalít vřelou roztátou a namagnetizovanou vodou v množství pětkrát převyšujícím množství hub a dát na dva dny vyluhovat. Poté tekutinu slijte do zvláštní nádoby a houby do ní vymačkejte. Na konec přilijte vodu, v níž se houby vyluhovaly na počátku. Léčivý houbový výluh se pije půl hodiny před jídlem, stačí vždy jedna sklenice. Neuchovávejte déle než čtyři dny, poté si připravte nový výluh.

Druhá otázka. Může se nemocný masírovat sám anebo je nutné, aby masáž prováděla druhá osoba?

Odpovědi. Nemocný se může a také by se měl masírovat sám. Proč? Protože to pro něho je také pohyb a fyzická zátěž, jež mu prospívá, zlepšuje krevní oběh a aktivuje okysličení organismu.

Třetí otázka. Jak dlouho po masáži se má urina nechat působit?

Odpověď. Pět až deset minut

Čtvrtá otázka. Při odpařování moči se objevují usazeniny a pěna, je nutné je odstraňovat?

Odpověď. Nemusíte je odstraňovat, ale dbejte, aby močová pěna nepřetékala na plotnu. K léčebným účelům však použijte jen takovou urinou, která je zcela průzračná.

Pátá otázka. Je třeba se při masáži onkologicky nemocných chránit gumovými rukavicemi, případně něčím jiným?

Odpověď. Klidně se obejdete i bez ochranných prostředků, sama urina používaná při masáži chrání ruce masírujícího. Pacient by se však měl raději masírovat sám, je to účinnější a přináší to další zdravý pohyb navíc

Šestá otázka. Může se při onkologickém onemocnění hladovět?

Odpověď. Nejen může, ale musí! A čím dřív začnete, tím lépe. Kromě hladovění je nutné provést úplnou detoxikaci těla a projít všemi stadii tohoto procesu. Budete snášet hladovění mnohem lépe a dočkáte se pozitivních výsledků léčby dříve než při hladovění bez očisty.

RÁNY

Porušení celistvosti tkání, zejména kůže a sliznice v důsledku mechanického působení.

Známe velké množství ran: bodné, střelné, řezné, tržné a další. Pokud se zranění nekomplikuje kvůli infekci, hovoříme o čisté ráně. Léčba takovýchto ran je jednodušší, neboť tkáně zpravidla samy srostou přirozeným způsobem (srůstají okraje ran). Hnisavé rány a zranění, při nichž došlo v rozsáhlému poškození tkání, se hojí hůře - tkáň granuluje, jizví se a zůstávají po ní stopy.

Rady a doporučení na léčení

- K úspěšnému vyléčení je nutná úplná detoxikace organismu v kombinaci s urinoterapií; tato komplexní léčba napomáhá procesu hojení všech typů ran.

Recepty

- Nechte chlapeckou moč projít varem a rozpust'te v ní trochu medu. Oba komponenty, med i urina, jsou vynikajícími antiseptiky. Roztok ochlaďte a použijte k výplachu a potírání ran.

- Hnisavou ránu nejprve opláchněte „mrtvou“ a po třech až pěti minutách „živou“ vodou. Dalších šest dní užívejte pouze „živou“ vodu. Rána se zatáhne do pěti až šesti dnů.

Odvar z březových listů nebo pupenů. Jednu čajovou lžičku březových pupenů nasypete do termosky, zalijte polovinou sklenice vřelé vody a nechte hodinu až dvě vyluhovat; užívají se dvě polévkové lžíce třikrát denně. Alternativně do termosky nasypete deset gramů mladých březových listů

řil v tomto případě je přelijte celou sklenicí vody, půl hodiny povařte, hodinu vyluhujte a před užitím sceďte

Březová tinktura. Velmi se hodí k promývání ran. Nasypete do větší nádoby třicet až čtyřicet gramů březových pupenů a nalijte na ně litr sedmdesátiprocentního lihu. Nechte sedm dní uležet a před použitím sceďte.

Hliněné zábalý s urinou. Z mokvající rány je nutné vysát hnis, případně jiné látky. Pomůže zábal z bílé, žluté neb červené hlíny smíchané s urinou.

Hlínu smíchejte se studenou urinou odpařenou do frvrtiny původního objemu a třete tak dlouho, dokud nezískáte hmotu podobnou smetaně. Na ránu si přiložte kus bavlněné tkaničky a naneste na něj vrstvu léčebné masy o tloušťce jeden až půldruhého centimetru. Zábal upevněte a převažte, aby dobře držel, a jakmile pocítíte, že zteplal, vyměňte jej za nový.

Jestliže zábal zteplá, znamená to, že hlína aktivně vsakuje a pohlcuje negativa z rány a čistí ji. Když ohřev ustane, očista je ukončena a naopak hrozí, že se spustí opačný proces. Počet opakování není omezen - prostě se léčte až do úplného uzdravení.

REVMATICKÉ NEMOCI, REVMATISMIIS

Skupina onemocnění pohybového aparátu různého původu, například infekčního a alergického. Zpravidla utrpí pojivová tkáň. proces je lokalizován v srdeční a cévní soustavě.

Na vývoj nemoci mají klíčový vliv infekce, například angína, zánět hltanu (*faryngitida*) nebo spála; roli hrají i dědičné sklony.

Revmatismus probíhá v každém konkrétním případě jinak: akutní forma se při včasné zahájení léčby dá zcela vyléčit. Je-li však nemoc vleklá a dlouhodobě neléčená, mohou se z ní vyvinout srdeční vady. II dětí má revmatismus těžší průběh, zánětlivá onemocnění jsou rozsáhlejší a bohužel jsou děti více náchylné k získání srdečních vad.

Rady a doporučení na léčení

- Proved'te úplnou detoxikaci organismu a očistu od solí.

- Pijte odvary, které povzbuzují pocení.
- Hladovění.

Recepty

Výluh z pupenů vrby. Pupeny jsou nasycené biologicky aktivními látkami a fytoncidy a proto jsou nesmírně užitečné při různých druzích onemocnění, zvláště pak při revmatickém poškození srdečního svalu.

Nasbírejte pupeny brzy na jaře, vysušte je a připravte z nich výluh, který se pije jako čaj. Nápoj pomáhá srdci, postiženému revmatickou chorobou.

Jednu čajovou lžici sušené jívové kůry nasekejte nadrobno, přelijte sklenicí vystydlé převařené vody a dejte na dvě hodiny odstát. Později přelijte přes síto a užívejte dvě polévkové lžice dvakrát až čtyřikrát denně před jídlem.

Léčebné směsi

1. Anýz, plody - 20 gramů

Pelyněk hořký, byliny - 20 gramů

Vachta trojlistá, listy - 30 gramů

Jíva bílá, kůra - 30 gramů

lipový květ - 30 gramů

Polévkovou lžici směsi zalijte sklenicí horké vody a nechte půl hodiny vyluhovat. Scedte a pijte dně sklenice nápoje denně.

2. Lékořice, kořen - 40 gramů

Lipový květ - 60 gramů

Polévkovou lžici zalijte sklenicí horké vody, nechte třicet minut vyluhovat, přelijte přes síto a pijte dvě sklenice odvaru denně.

Bramborová léčba. Ráno snězte na lačný žaludek syrovou bramboru a trochu později jednu nebo dvě brambory uvařené ve slupce bez přidání soli.

Břízová tinktura. Zalijte třicet až čtyřicet gramů březových pupenů litrem sedmdesátiprocentního lihu a nechte sedm dní uležet. Vtírejte do postižených míst a zároveň užívejte patnáct až dvacet kapek rozpuštěných ve lžičce vody vnitřně.

Jívové šlehy. Klouby postižené revmatismem trochu pošlehejte jívovým proutkem namočeným v petroleji.

RÝMA (ZÁNĚT NOSNÍ SLIZNICE, RINITIDA)

Zápal sliznice nosu.

Rýma je buď samostatné onemocnění, anebo doprovodný jev akutního zánětu sliznice horních cest dýchacích, chřipky a dalších infekčních chorob.

Rýma jako samostatná nemoc. Nejčastěji vypukne na podzim a v zimě, když je studené a vlhké počasí. Mezi ovlivňující faktory patří právě změny počasí (prudké lokální nebo celkové ochlazení) a mechanické nebo chemické dráždění. Akutní rýma se dá zpravidla rychle vyléčit, ale přesto se, byť jen velmi zřídka, objevují komplikace, například onemocnění vedlejších nosních dutin nebo zánět středního ucha.

Chronická rýma. Je to lokální alergie na květinový pyl během období kvetení. Není plynulá, nýbrž přichází v záchvatech, při nichž člověk svědí v nose, často kýchá a hojně vylučuje tekuté hleny; někdy má úplně ucpaný nos.

Rady a doporučení na léčení

- Proveďte celkovou očistu organismu od patologických hlenů, zejména v oblasti hlavy.
- Pročistěte tlusté střevo a játra.
- Přestaňte konzumovat potraviny s vysokým obsahem sacharidů a škrobu.

Recepty

Urinoterapie

- Kapejte si do nosu tři až pět kapek čerstvé uriny.
- Přikládejte si na oblast vedlejších nosních dutin urínové obklady a náčinky.
- Podle možností pijte urinou.

Promývání nosohltanu čerstvou urinou. Urinu je třeba nasávat střídavě oběma nosními dírkami ze sklenice, anebo ještě lépe z čajové konvičky s úzkou hubicí,

Nádobu si *přiložte k* nosním dírkám a pomalu nasávejte *urinu* v množství, jakém zvládnete - čím více, tím lépe. Pak otevřete ústa a *nechte* tekutinu volně vytéct; proceduru opakujte několikrát. Nakonec *si* propláchněte nos, abyste se zbavili zbytků uriny.

Ořechová tinktura. Přípravuje se z vlašských ořechů a petroleje, užívají se dvě až tři kapky vnitřně, jeden až tři týdny.

Ořechy umelte a smíchejte s petrolejem v poměru 1:10, *nechte* dva až *tři* měsíce vyluhovat na temném místě, pouze čas od času protřepejte. Správně připravená tinktura by měla mít temné hnědou barvu.

Ř

ŘÍDNUTÍ KOSTÍ (OSTEOPORÓZA)

Kostní hmota postupně ubývá a kosti jsou tenké a lámavé. Nemoc postihuje zejména ženy.

Rady a doporučení na léčení

Cvičení a životospráva. Pravidelně cvičte, tak předejdete úbytku kostní hmoty. Lékaři doporučují běh, tenis, chůzi, gymnastiku a další sporty, které nepřináší zvýšené nebezpečí zranění. Buďte ale opatrní při běhu na velké vzdálenosti, vysoká zátěž může být naopak škodlivá. Nedoporučuji také otužování, při kterých organismus cítí chlad. Dbejte na pravidelný spánek, nevhodné jsou například noční směny.

Správné stravování. Jezte hodně potravin bohaté na vápník, hořčík, bor a vitamin C a D (mimo jiné pивní kvasnice). Proveďte detoxikaci jater, jinak organismus výše jmenované prvky nevstřebá. Mezi produkty obsahující vápník, vitaminy a další stopové prvky patří všechny druhy zelenin, které mají zelené listy, ořechy a semínka, plnotučné mléko a některé druhy sýrů, například Cheddar a švýcarské sýry.

Vyhýbejte se alkoholu, kouření, cukru a sladkostem, například čokoládě, bonbonům a žvýkačkám, a omezte konzumaci tuků, konzerv, uzeného masa a sýrů a také sladkých nealkoholických nápojů: tyto potraviny snižují hladinu vápníku v organismu.

Neužívejte takové léky a produkty, jež ztěžují proces vstřebávání vápníku.

S

SKLERÓZA

Obecné se tento výraz užívá pro tvrdnutí tkání a celých orgánů.

Nemoc může mít různé příčiny, od chronických zánětlivých procesů (tuberkulóza, revmatismus, syfilis a další) přes poruchu krevního oběhu po poruchy látkové výměny a přirozený proces stárnutí a změny v organismu s ním spojené.

Pojivová tkáň se sevrkává, což vede k deformaci orgánu, a mění se jeho povrch.

- Jednou z nejčastějších příčin sklerózy u kojenců je nákaza, přenos virů a mikroorganismů od blízkých dospělých osob.

- Nezdravý životní styl: dítě už od kojeneckého věku dostává místo přirozených potravin mléčné směsi, a později dokonce chemické produkty, někdy v absolutně nevhodných kombinacích. Organismus na to reaguje tak, že se v něm vytvoří hnilobné prostředí.

Radý a doporučení na léčení

- Změňte stravování.
- Pravidelně provádějte detoxikaci organismu a očistěte své tělo od solí a patogenních mikroorganismů.

Recepty

K očistě organismu se nejlépe hodí slabé jedy, jež působí na širokou řadu patogenních mikroorganismů, virů, hub a plísní.

Kyselina karbolová. Roztok této kyseliny má silný baktericidní účinek na vegetativní formy mikroorganismů, například hemolytický streptokok a bakterie záškrtu.

Kyselina salicylová. Stejně jako předchozí kyselina není prudce jedovatá a je bez zápachu. Proto se běžně používá jako přírodní antiseptický prostředek, extrahovaný z vrbové kůry.

Přípravky z vrbové kůry

- Mají protizánětlivé a antipyretické vlastnosti, podporují potivost, působí proti hlístům a jiným parazitům, staví krevní cévy, stahují, jsou antiseptické, mají ředící schopnosti, zbarvují organismus bolesti, uklidňují a v neposlední řadě jsou

ke antimalarické. Proto jsou nezbytným doplňkem léčby sklerotického onemocnění.

- Jednu čajovou lžici suché rozmělněné kůry vrby zalijte sklenicí vystydlé převařené vody, nechte hodinu vyluhovat a sceďte. Polykejte dvě polévkové lžice dvakrát až čtyřikrát denně před jídlem.

- Užívejte jeden gram prášku z vrbové kůry třikrát denně před jídlem, je to nejefektivnější způsob boje proti skleróze. Celková léčba trvá dva týdny, poté byste si měli udělat týdenní pauzu a celý postup třikrát až pětkrát zopakovat.

- Jakmile ukončíte léčbu práškem z vrbové kůry, přistupte k sedmidennímu až desetidennímu hladovění, abyste z těla vyloučili zbytky kyseliny salicylové.

- Neustále kontrolujte svůj zdravotní stav a pokud se dostaví jakékoli komplikace, snižte dávku prášku anebo jej zcela přestaňte užívat.

Léčba petrolejem. Čištěný petrolej má dezinfekční účinek, potlačuje patogenní mikroorganismy usazené v žaludku, ve střevech, ve žlučovodech a především v krvi. Proto se hodí jako doplněk léčby sklerózy.

Polykejte po dobu dvou měsíců na lačný žaludek půlku až celou čajovou lžičku petroleje, potom si udělejte na týden pauzu a léčbu třikrát až pětkrát zopakujte. Poté nechte organismus odpočinout a vydržte třídní až sedmidenní hladovění, aby se tělo zbavilo zbytků petroleje. Ten se obvykle vyloučí snadno a sám.

Obyčejný čištěný a zesvětlený petrolej, určený ke svícení, se prodává v obchodech v lahvích, můžete však vyzkoušet i letecký petrolej. Nedoporučuji však petrolej, který se prodává jako ředidlo.

Nikotinová tinktura. Budete potřebovat tabák z jedné krabičky cigaret. Přesypte jej do čisté banky objemem dvou set mililitrů a nalijte na ni líh nebo vodku, aby se naplnila až po okraj. Neprodyšně uzavřete víčkem a dejte na dva týdny do lednice, kde jej každý den protřepejte. Získanou tinkturu procedte přes gázu, již můžete předběžně složit na několik

vrstev. Měli byste získat něco kolem sto padesáti mililitrů průzračné tinktury s mírně nahnědlým až nazelenalým odstínem, vhodné k užívání jako antiparazitikum a jako protirakovinný prostředek. Uchovávejte ji v lednici.

Léčba sklerózy spočívá ve zničení mikroskopických parazitů. Každé ráno vypijte před jídlem na lačný žaludek trochu tabákové tinktury s pokojovou teplotou, rozpuštěné ve sto miligramech převařené vody; ovšem pečlivě dodržujte schéma užívání. Během čtyřiceti dvou dnů dávky postupně zvyšujte od jedné až na třináct kapek a potom je v obrácené posloupnosti zase snižujte, až dosáhnete prvotní úrovně.

Schéma užívání tabákové tinktury

První, druhý a třetí den - 1 kapka

Čtvrtý, pátý a šestý den - 2 kapky

Sedmý, osmý a devátý den - 3 kapky

Desátý, jedenáctý a dvanáctý den - 4 kapky

Třináctý, čtrnáctý a patnáctý den - 5 kapek

Šestnáctý, sedmnáctý a osmnáctý den - 6 kapek

Devatenáctý, dvacátý a jedenadvacátý den - 7 kapek

Dvaadvacátý, třiaadvacátý a čtyřiaadvacátý den - 8 kapek

Pětaadvacátý, šestadvacátý a sedmaadvacátý den - 9 kapek

Osmadvacátý, devětaadvacátý a třicátý den - 10 kapek

Jedenatřicátý, dvaatřicátý a třiatřicátý den - 11 kapek

Čtyřiatřicátý, pětatřicátý a šestatřicátý den - 12 kapek

Sedmatřicátý, osmatřicátý, devětatřicátý, čtyřicátý, jedenatřicátý a dvaatřicátý den - 13 kapek

Poté začnete dávku snižovat: užívejte každý den o jednu kapku méně.

Varování: Tabáková tinktura je silný jed a předávkování je nepřijatelné. Na lahvičku s přípravkem nalepte cedulku JED. Během léčby nikotinem nesmíte užívat žádné jiné léky a preparáty.

Teplné procedury. Nejefektivnějším prostředkem proti parazitům je vysoká teplota. Dvakrát až třikrát denně chodte do páry a poté pijte čerstvě vymačkané šťávy z mrkve a řepy v poměru dvě stě mililitrů ku dvaceti až třiceti mililitrům nebo z jablek a řepy

poměru dvě stě mililitrů jablečné šťávy ku dvaceti až třiceti mililitrům řepné. Vězte, že taková životodárná směs ničí patogenní mikroby a zvyšuje imunitu, což je u léčby sklerózy prvořadé.

Klikva obyčejná. To je další potravinový doplněk, jenž je možné kombinovat s libovolnou z výše uvedených metod léčení sklerózy. Klikvové plody obsahují hodně ursolové kyseliny, která má obdobný fyziologický účinek jako hormony. Jezte plody a pijte čerstvý klikvový mošt, připravený v poměru dvou až tří lžiček plodů na dvě stě mililitrů vody s polévkovou lžící medu.

Klikva je zakázána při žaludečních vředech a vředech dvanáctníku.

Frakční hladovění. Urinové hladovění potlačuje v organismu záněty a infekce a obnovuje procesy narušené nemocí. O frakčním hladovění jsem psal v mnoha svých knihách (*například Léčivá detoxikace hladem - teorie, vydala Eugenika 2007 - pozn. překl.*)

Bylinkové směsi vhodné při léčbě sklerózy

1. Srdečník - 100 gramů

Jmelí - 100 gramů

Hloh, květy - 100 gramů

Dvě polévkové lžice směsi nasype do termosky a zalijte dvěma sklenicemi vřelé vody. Ráno procedte a užívejte sto mililitrů čtyřikrát denně.

2. Pohanka, květy - 75 gramů

Hloh, květy - 75 gramů

Máta - 100 gramů

Dvě polévkové lžice bylinek navečer dejte do termosky a zalijte dvěma sklenicemi horké vody. Ráno procedte, rozdělte na čtyři díly a pijte v průběhu dne.

SRDEČNÍ VADY

Poruchy struktury srdce, jeť znemožňují jeho normální fungování. Srdeční vady mohou být vrozené nebo získané.

Vrozené srdeční vady se tvoří už v prenatálním období, přesněji v jeho druhé polovině. Správný vývoj srdce se naruší z mnoha důvodů, například v důsledku intoxikace matčina těla během

těhotenství nebo po prodělání některých nemocí, například zardénka. V tomto stadiu pomůže pouze chirurgický zásah.

Získané **srdeční vady** jsou důsledkem onemocnění, které vypuklo po narození, například ateroskleróza, infekční zánět srdeční nitroblány (*endokarditida*) nebo syfilis.

Nejčastěji jsou postiženy srdeční chlopně, vyvíjí se jejich nedomykavost, jež vede ke zpětnému toku krve, přičemž může být zasažena jen jedna chlopeň anebo hned několik. Nejčastěji se vyskytují poruchy mitrální chlopně.

Rady a doporučení na léčení

- Odstraňte psychologický blok v srdeční oblasti, pročistěte své životní pole.
- Proveďte deroxikaci tlustého střeva.
- Dodržujte správnou dietu.
- Vyhybejte se nadměrné fyzické zátěži.

Recepty

- Pijte vlastní urinou.
- Potírejte si tělo urinou, nejlépe kolem poledne mezi jedenáctou a třináctou hodinou. Srdeční kanál je v tuto dobu aktivní, a procedura tak bude mít nejvyšší účinek.
- Přikládejte si urinové obklady na takové úseky na kůži, které jsou spojeny se srdcem.
- Každý den jezte celozrnný chléb nebo polykejte dvě až tři lžičky obilných klíčků.
- Provádějte profylaktické procedury na uzdravení a posílení srdce, zejména v létě, když je schopné obnovovat samo sebe.

SVĚDĚNÍ

Patologický stav, jeni se objevuje při kožních nemocech, alergiích a poruchách žláz s vnitřní sekrecí (například cukrovka), poruchách látkové výměny (dna, tloušťnutí), při roupech, nemocích jater a zhoubných nádorech.

Svědění je silné hlavně v noci a nutí nemocného, aby se nevědomě škrábal na kůži, z čehož se někdy vytvoří i vředy.

Rady a doporučení na léčení

- Očista střev.
- Očista jater.
- Úprava jídelníčku, vyloučení sacharidů, alkoholu a ostrých jídel.
- Denně nebo obden doporučuji teplé koupele o teplotě vody asi třicet šest až třicet sedm stupňů Celsia, trvající patnáct až dvacet minut.
- Zbavte se zácpy.

Recepty

- Padesát gramů prášku čemeřice rozmíchejte se čtvrt čajové lžičky medu a požijte před spaním, v dvaadvacet až třiaadvacet hodin.
- Nasypete si do úst padesát gramů prášku z čemeřice a zapijte teplou vodou. Užívejte dvakrát denně, ráno na lačný žaludek a hodinu až dvě před jídlem. Léčba trvá od jednoho do šesti až dvanácti měsíců. Při kožních onemocněních užívejte lék z profylaktických důvodů dvakrát do roka po celý měsíc, na jaře a na podzim.
- Po očištění střev si potřete urinou svědicí místa, anebo na ně přiložte obklad.
- Porodní báby tvrdí, že urina je nejlepší lék na svědění a žádná jiná tekutina takové účinky nemá. Může se do ní přidat i soda. Hodí se i k léčbě vředů, vyrážky a bazocelulárního karcinomu (*bazaliom*), zejména na pohlavních orgánech.

SVRAB (SCABIES)

Přenosné onemocnění káže vyvolané roztočem zákožkou svrabovou.

Choroba se přenáší při bezprostředním kontaktu s nemocným, například při dotýkání se jeho předmětů nebo nošení oděvu. Inkubační doba trvá sedm až deset dní a po ní se projeví vyrážka, která má podobu rovných nebo vlnitých „chodbiček“ o délce jednoho centimetru. Vyskytují se v **meziprstním** prostoru, na hřbetech prstů, na **vnitřních** stranách loktů, v okolí kolen

obecně v místech, kde se končetiny ohýbají. Zasažená kůže stíne svědí, zejména v noci a v teple, a někdy začne i hnisat.

Rady a doporučení na léčení

- Na postižená místa si ráno a večer přikládejte urinové obklady, nejlépe z čerstvé moči.

- Ráno a večer si namažte svědicí místa břízovým dehtem.

Recepty

Mast proti svrabu. Nejprve si musíte připravit prášek z omanu pravého a pelyňku v poměru 1:3. Z něj snadno získáte mast, jež se nanáší po dobu sedmi až osmi dnů ráno a večer na místa zasažená svrabem.

Bylinková směs

Pelyněk, bylina - 10 gramů

Jalovec, plody - 15 gramů

Oman pravý, kořeny - 20 gramů

Borovice, pupeny - 20 gramů

Bříza, pupeny - 15 gramů

Komponenty rozmělněte nadrobno a smíchejte, oddělte množství asi *tn* polévkových lžic a přelijte půllitrem vřelé vody. Postavte na pět minut na plotnu, aby směs prošla varem, *scedte* a potírejte si s ní celý týden dvakrát až třikrát denně postižená místa.

SYNDROM CHRONICKÉ ÚNAVY (CFS)

Mezi souhrn příznaků se řadí především neustálá zvýšená únavnost bolesti v kloubech a pocit vyčerpání, ospalost a deprese a řidčeji také bolesti hlavy či zvýšená teplota.

Tento stav trvá celé měsíce a někdy i roky. Člověk postižený únavovým syndromem má poloviční výkonnost v porovnání se zdravým člověkem.

Rady a doporučení na léčení

- Měli byste analyzovat svůj životní styl a provést změny
- Proveďte celkovou detoxikaci organismu.
- Doporučuji několikrát opakovat antiparazitární léčbu.
- Sladte rytmus svého života s přirozenými biorytmy.

Recepty

- Dbejte na správnou výživu a stravovací návyky, jezte pravidelně v určitou dobu, vždy v souladu s přírodními biorytmy a v potřebném sledu: tekutiny před jídlem, potom salát nebo dušenou zeleninu a nakonec kaši nebo bílkovinné jídlo.

- Vylučte z jídelníčku umělé stimulujiící a rafinované potraviny, mimo jiné čaj, kávu, bonbony, cukr, zákusky, máslo a podobně.

- Konzumujte hodně přírodních a čerstvých potravin, svěží vymačkané zeleninové a ovocné šťávy.

- Každý den provádějte fyzické cviky.

- Chcete-li načerpat nové životní síly, věnujte se různým otužujícím procedurám.

- Ženám doporučuji kontrastní sprchu: třicet až padesát vteřin teplý proud a pět až osm vteřin studený - prostřídejte je pětkrát až desetkrát.

- Jednou týdně si dejte koupel s párou, jež uvolní organismus a částečně jej také detoxikuje.

- Každé dva týdny proveďte krátkodobé hladovění trvající třicet šest až čtyřicet dva hodin. To stimuluje obranyschopnost, zejména zvyšuje aktivitu leukocytů, očisťuje, trénuje životní sílu organismu, zvyšuje jeho potenciál, zmírňuje stres a zlepšuje osobnostní kvality, zejména sílu vůle.

Duševní léčba

- Ve své každodenní činnosti se koncentrujte na nejdůležitější věci, vynakládejte na ně energii a řešte je. Neměli byste energii rříštit a mrhat jí.

- Trénujte sílu vůle: pokud se bez něčeho obejdete, odmítněte to. Naopak se soustřeďte na věci, jež nutně musíte udělat.

- V žádném případě nepropadejte špatné náladě a sklíčenosti.

- Mějte vlastní náladu pod kontrolou, sami se dobíjejte životní energií, obnovujte a omlazujte svůj organismus.

Š

SEDY ZÁKAL (KATARAKTA)

Při tomto onemocnění oční čočka ztrácí průzračnost a zakaluje se, takže se zrak postupně zhoršuje a vidění je neostré a zamlžené.

Proces se dělí na několik stadií:

- počáteční, vznikající (*incipientní*) katarakta
- nezralá (*immaturní*) katarakta
- zralá (*maturní*) katarakta

Rychlost, s jakou se nemoc vyvíjí, se liší případ od případu, v průměru od tří do pěti let. Šedý zákal zpravidla postihuje obě oči, ale vždy jedno dřív než druhé.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte svůj organismus *od* patologického hlenu, zejména v *oblasti* hlavy (promývání nosohltanu urinou).
- Očistěte své životní pole.
- Jezte hodně vitamínů, zejména C a B₂.
- Vyvarujte se fyzické námahy a vypětí, nezvedejte těžké věci.
- Nedoporučuji teplé koupele.
- Proveďte hladovění s urinou.

Recepty

- Nakapejte *si do* každého oka tři až pět kapek *uriny*, opakujte několikrát denně.
- Alternativně namísto zakapávání zkuste obyčejné *ran*ní promývání *očí* urinou. Mnozí nemocní se tak z tohoto vážného onemocnění vyléčili.
- Katarakta může být i vrozená, ale dá se při komplexním ozdravném postupu vyléčit. Je nutné hladovět s urinou, přikládat si na oči obklady z *uriny*, odpařené s medem v měděné nádobě.

Urinové obklady. Do měděné nádoby nalijte padesát mililitrů medu a sto mililitrů *uriny*. *Povařte*, dokud vám nezůstane polovina prvotního objemu. Směs užijte na obklady na oči nebo k zakapávání (pět kapek).

Šťáva z petržele. Pijte ji smíchanou s dalšími šťávami: mrkev sedm dílů, petržel pět, čekanka štěrbák dva díly, petržel dva díly. Šťáva léčí rohovku, konjunktivitidu a oftalmii.

T

TUBERKULÓZA

Infekční onemocnění, při němž dochází ke specifickým zánětlivým změnám. v plicích a lymfatických uzlinách se často tvoří malé hrubky. Akutní průběh nemoci často přerůstá v chronické stadium.

Jde o kapénkovou infekci přenosnou vzduchem, tudíž hlavním zdrojem nemoci je jiná osoba - nakažený nemocný.

Choroba si ráda vybírá osoby s celkově oslabeným organismem, například v důsledku nedostatku stravy s plnohodnotnými živočišnými bílkovinami a vitaminy, zejména C. Na vině mohou být nevhodné podmínky na pracovišti, některé další nemoci (cukrovka, chronická bronchitida, alkoholismus a další) i věk (náchylné jsou děti a starší osoby).

Symptomy. Nechutenství, zvýšená únavnost, ztráta tělesné hmotnosti, silná potivost (hlavně v noci), suchý anebo vlhký kašel, v mnoha případech též odchrchlávání krve nebo krev v hlenech a také zvýšená teplota.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte organismus od patologického hleny.
- Dbejte na správnou výživu s dostatečným přísunem vitamínů.
- Vyvarujte se potravin, jež podporují v organismu tvorbu hlenů, mléko, mléčné výrobky a potraviny obsahující škrob.
- Doporučují terapii šťávami.
- Proveďte urinové hladovění.

Recepty

litinová léčba

- Aby mohlo v organismu probíhat správné okysličování je třeba každý den třikrát vypít střední porci uriny, padesát až sto mililitrů.
- Doporučují komplexní urinovou léčbu: vtírání moku do kůže a vnitřní užívání. Organismus bude správně okysličován a probíhající patologické procesy, včetně tuberkulózy se zastaví.

- Existuje také vhodný potravinový doplněk bohatý na minerály, schopný doplnit zásoby organismu - *sůl z uriny*. Budete potřebovat větší objem moči, nashromážděné za celou noc od dvaadvacáté hodiny do východu slunce. Sbírejte ji do zvláštní nádoby ze skla, aby si uchovala nezbytné vlastnosti. Při močení se obraťte tváří k východu, aby proud moči přetínal magnetické pole země. S procedurou začněte na počátku měsíčního cyklu a ukončete ji souběžně s jeho poslední fází; celkem tedy trvá třicet dnů. Poté nasbíranou urinu přelijte ze skleněných lahví do široké, nejlépe smaltované nádoby a vystavte k odpaření pod přímé sluneční paprsky. I tento proces zabere jeden měsíc. Nakonec však získáte dostatek kvalitní soli, určené k přímému použití, jako roztok na pití i k potírání těla. Rozpouští se v poměru jednoho gramu soli na sto mililitrů vřelé vody a užívá se při nemoci i jako prevence. V případě nutnosti můžete ochutit medem. Při léčbě jezte hlavně rostlinnou stravu a přírodní potraviny.

TUKY V TĚLE, OTYLOST, NADMĚRNÉ MNOŽSTVÍ TUKOVÉ TKÁNĚ (LIPOMATÓZA)

V organismu se ukládá příliš mnoho tukových tkání, zpravidla kvůli nadměrnému příjmu potravy a nedostatku pohybu. Při onemocnění převažuje proces syntézy a ukládání tuků nad procesem rozpadu tukových tkání.

Pokud dojde v organismu k poruše látkové výměny tuků a sacharidů, začnou se ve zvýšené míře vytvářet tuky; to je mechanismus tloustnutí. Velkou roli zde hraje dědičnost a osobní konstituce.

Obezita postihuje také nemocné s poruchami centrální nervové soustavy, žlázami s vnitřní sekrecí, především spodní části mozku (*hypotalamu*) a s poruchou látkové výměny. Vybírá si osoby s nesprávným životním stylem, vyznačujícím se nedostatkem pohybu a nesprávným stravováním. **Vyskytuje** se ve všech věkových skupinách, často začíná

v útlém dětství. V těle se soustřeďuje hodně tuků a tělesná hmotnost se zvyšuje.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte tlusté střevo.
- Proveďte detoxikaci jater.
- Proveďte urinové hladovění.
- Dodržujte vegetariánskou dietu.
- Doporučuji terapii šťávami.
- Veďte aktivní životní styl.

Recepty

- Každý den vypijte padesát až sto mililitrů uriny.
- Natírejte si tělo odpařenou urinou, provádějte urinové masáže.

- Doporučuji také urinové klystýry.
- Pijte šťávu z brukve. Mějte ovšem na paměti, že posiluje princip větru.

- Pijte dvakrát až třikrát denně půl sklenice mrkvové šťávy.

Urinový léčebný komplex. Ráno pijte střední porci uriny a k tomu provádějte masáž z odpařené tekutiny, kterou navečer zopakujte. Doporučuji vodní lázeň s užitím uriny, nejlépe rovněž ráno a večer, a po ní si natřete pokožku olivovým olejem. Nezapomínejte na urinové hladovění a pročistěte si játra a střevo.

Léčebný komplex sestávající z masáže, klystýrů a hladovění s urinou nejvíc působí na osoby s konstitucí větru, u nichž dochází ke výrazné ztrátě tělesné hmotnosti.

V

VAGINÁLNÍ INFEKCE

Poznáme je podle svědění a pálení, často doprovázeného bílým tvarohovitým výtokem z vagíny.

Příčiny nemoci mohou být různé: houba *candida albicans* nebo hnisavé mikroorganismy jako například *túchomonády*. Mohou se na ní podílet i některé chemické přípravky.

Čím je ženin organismus oslabenější, tím se riziko vaginálních infekcí zvyšuje. Žena je náchylnější k onemocnění při menstruaci, zejména když je cyklus u konce. Také nízká hladina estrogenu při menopauze, stres a emoční prožitky a v neposlední řadě užívání kortikosteroidů narušujících v organismu zdravou hladinu hormonů.

Rady a doporučení na léčení

- Noste pouze bavlněné spodní prádlo.
- V letním období nenoste elastické punčochy, punčocháče ani jiné obtahující oblečení.
- Po koupání v přírodě nebo na koupališti nezůstávejte dlouho v mokřích plavkách, neboť teplé vlhké prostředí podporuje vývoj hub a kvasinek.
- Nejezte příliš mnoho sladkostí, neboť se může změnit hodnota pH ve vagině a vytvoří se vhodné prostředí pro rozvoj hub.
- S antibiotiky velmi opatrně, raději se jim vyhněte.
- V průběhu léčení houbového onemocnění omezte pohlavní styk anebo se jej dočasně vzdějte.
- Každý den jezte jogurty, neboť působí preventivně proti houbovým onemocněním a zamezuje recidivě nemoci.
- Po koupeli, sprše nebo plavání si důkladně ručníkem otřete kůži v okolí pohlavních orgánů.
- Nepoužívejte cizí hygienické potřeby, jen své osobní - mýdlo, ručník, žínku a podobně.
- Naučte se překonávat stres, nebuďte příliš emocionální.

Recepty

- Kyselé prostředí ve vagině se nejspíše obnoví při každodenním vyplachu čerstvou nebo odpařenou urinou.
- Denně vypijte jedním douškem padesát až sto mililitrů vlastní uriny, neboť okyseluje a působí jako homeopatický prostředek.
- Pravidelně třikrát až čtyřikrát do roka proveďte očistné hladovění od pěti do deseti dnů, případně i déle.
- Urinové hladovění kombinujte s pelyňkovou kúrou: jednu čajovou lžičku suchých bylinek zalijte čtvrt litrem vroucí vody, nechte deset minut odstát a pijte jeden šálek třikrát denně.
- Pelyňkový nálev je vhodný i k zevnímu použití - dvakrát denně, ráno a večer si jím proplachujte vaginu.

VITALIGO

Bílá skvrna na kůži, která je důsledkem ztráty kožního pigmentu melaninu. Na určitých místech kůže se naruší pigmentace.

Nemoc zpravidla propukne v mládí, častěji se vyskytuje u žen. Na kůži postiženého naskáčí nehezke bílé skvrny o různé velikosti a rozměru, jež se někdy rozšiřují a spojují, takže vznikne velký úsek mléčně bílé barvy. Ložiska nemoci vitaligo mohou vzniknout kdekoli na kůži. Nemoc není doprovázena žádnými subjektivními pocity.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte své životní pole, aby v něm nezůstaly žádné „dutinky“.
- Vyvarujte se dlouhodobého pobytu na slunci.
- Pročistěte si játra, minimálně pět až sedm procedur.
- Vyzkoušejte komplexní urinoterapii včetně otírání těla a obkladů.
- Jezte hodně celeru, petržele, zelené papriky, zelí, zelené cibulové natě, špenátu, citronů a jablek. Pijte šípkový odvar a zeleninovou šťávu z mrkve, pastináku a brambor v poměru 1,5:1:1.

Recepty

- Roztlučte semena pastináku (dvě čajové lžičky) a přelijte je horkou vodou (asi jednou sklenicí). Popíjejte po malých doušcích v průběhu dne.
- Jednu čajovou lžičku tinkalu (*boraxu*) rozpusťte v polovině sklenice teplé vody a potřete postižená místa na kůži. Přípravek zakoupíte v lékárně; mějte na paměti, že jde o dlouhodobou léčbu.
- Vtírejte si na postižená místa tříprocentní borový líh.
- Během léčby jezte hodně řepy a mrkve.
- Každý večer před spaním si potřete nemocná místa na kůži silným roztokem hypermanganu.

Urinová léčba

- Vtírejte si do kůže urinu a přikládejte na nemocná místa urinové obklady. Vyberte si urinu podle vlastního uvážení, jež vám nejlépe vyhovuje - zda čerstvá, stará nebo odpařená moč.
- Přikládejte si na postižená místa obklady s urinou, odpařenou na čtvrtinu objemu.
- Vypijte každý den sto až sto padesát čerstvé ranní uriny (střední dávka).

Léčivá směs

Jetel - 100 gramů

Svlačec - 75 gramů

Žahinec - 100 gramů

Astragal - 100 gramů

Trezalka - 100 gramů

Tři polévkové lžíce směsi nasypete do termosky a zalijte litrem vroucí vody: vždy připravujte navečer. Ráno odvar sceďte a užívejte jej čtyřikrát denně hodinu před jídlem.

VOLE (STRUMA)

Zvětšení štítné žlázy, které se podobá nádoru

Jeho původcem může být *Gravesova-Basednovova* nemoc, maligní nádor anebo zánětlivé procesy v těle.

Vole vzniká tehdy, když se organismu nedostává jódu, protože v důsledku toho přestane štítná žláza vylučovat svůj hormon v potřebném množství.

Porucha fungování štítné žlázy vede k narušení látkové výměny v organismu a člověk se rozladí též po psychické stránce. Navenek se nemoc projevuje změnou tvaru krku, zrychleným tepem, třesem prstů rukou, zvýšenou dráždivostí a prudkými výkyvy nálady.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte své životní pole.
- Proveďte celkovou detoxikaci organismu.
- Do jídla přidávejte produkty s vysokým obsahem jódu. Do salátů, dušené zeleniny a kaši přidávejte mořskou kapustu.
- Ved'te aktivní životní styl.

Recepty

• Urinové miniklystýry (od dvaceti do padesáti) mililitrů vám celkově pomohou uzdravit organismus a nasytit jej stopovými prvky. Do uriny přidejte bylinkové vývary, mořskou kapustu a další ingredience. Při větším dávkování se klystýrová tekutina vyloučí.

- Pijte střední dávku uriny a každý den si potírejte tělo urinou, odpařenou do čtvrtiny prvotního objemu.
- Na vole si přikládejte čerstvou dubovou kůru.

VŘEDY, PEPTICKÉ (ULCUS PEPTIKUM)

Chronické onemocnění, při němž se na sliznici žaludku či dvanáctníku vytvářejí vředové defekty (ulkus).

Postihuje všechny věkové skupiny, ale nejčastěji muže ve věku dvaceti pěti až padesáti let.

V dnešní době je uznávána teorie, podle níž se na vzniku vředů podílí žaludeční šťávy, které naleptávají vnitřní sliznici orgánů. Je pravda, že při tomto onemocnění je produkce žaludečních šťáv vyšší a jsou kyselější. Důležitou roli ale také hraje dědičný faktor, nepravidelné stravování, holdování ost-

řivým jídlům a alkoholu, kouření a nervové a psychické vypětí. V některých případech vzniku peptického vředu předchází zánět žaludku (*gastritida*).

Peptický vřed mívá průměr pět až šest milimetrů, přičemž nejčastěji se vytvoří jen jeden, ale někdy i dva - v žaludku i v dvanáctníku.

Pacienti si nejvíc stěžují na bolesti v epigastrální oblasti, jež se vždy dostaví v návaznosti na přem jídla: někdy půl hodiny až hodinu, jindy dvě až čtyři hodiny po jídle, anebo naopak flfl lačný žaludek (typická vředová bolest), která po příjmu potravy zmizí. Kromě bolesti také nemocní cítí silné pálení, jež se dá zmírnit jedlou sodou, a dostavuje se nevolnost, zvracení a zácpy. Může se ale také stát, že peptický vřed žádné příznaky nemá a nemocného v podstatě nic nebolí, je to velmi individuální. Symptomy jsou periodické: nejčastěji na jaře a na podzim nastává zhoršení, jež se střídá s remisí.

Pokud vřed přeroste do okolních orgánů, například jater, slinivky břišní, žlučníku nebo žlučovodů, znamená to komplikaci onemocnění. Když stěna žaludku či duodenu „praskne“ a peptický vřed se protrhne, pacient cítí v břiše úpornou ostrou bolest, jako by ho píchali nožem, a může se z toho vyvinout i zánět pobřišnice (*peritonitida*). Nebezpečné je také krvácení z vředu, když se stěny cév v zasažené oblasti naruší. Nemocnému se udělá zničením špatně a může i omdlít či zvracet krev, má kašovitou tmavou stolici jako dehet a přepadne ho akutní chudokrevnost.

Chronický peptický vřed může trvat i několik let, v tom případě se pevná tkáň na krajích intenzívně rozrůstá a dojde k jejímu zúžení (*stenóza*), což má za následek narušení pohybu potravy ze žaludku. V krajních případech se z peptického vředu může vyvinout rakovina žaludku.

Recepty

Míchaná šťáva. Do jídelníčku zařaďte míchanou šťávu z bílého zelí a mrkve v poměru sto mililitrů na sto mililitrů. **Vypijte** stogramovou porci dvakrát až třikrát denně před jídlem.

Březová tinktura. Do jednoho litru sedmdesátiprocentního ho líhu přidejte třicet až čtyřicet gramů březových pupenů a nechte týden odstát. Užívejte třikrát denně patnáct až dvacet kapek rozpuštěných ve lžičce vody.

Bylinková směs

Zeměžluč okolíkatá, bylinka - 20 gramů

Máta peprná, listy - 80 gramů

Dvě čajové lžičky směsí přelijte sklenicí vřelé vody, nechte jednu hodinu odstát a sceďte. Pijte jednu sklenici třikrát denně, půl hodiny před jídlem.

Urinová léčba. Pijte každé ráno na lačný žaludek čerstvou urinou. Je kyselá, a proto podáváje zánětlivé procesy a žaludku. Peptický vřed je vlastně proces destrukce a rozkladu: místa, kterým se nedostávají živiny a energie, uhnívají. Urina nesmí být moc slaná, proto během léčby nekonzumujte moc soli, zato jezte ovoce, zeleninu a kaše a k tomu pijte čerstvě vymačkané šťávy.

VYPADÁVÁNÍ VLASŮ

I Ztráta vlasů je onemocnění, jež je vyvoláno poruchou činnosti žláz s vnitřní sekrecí, nebo také infekčními nemocemi a stresem.

Nejčastější příčinou vypadávání vlasů je seborea (*seborrhoea*) čili zvýšená tvorba mazu kožními žlázami (*mazotok*) doprovázená tvorbou lupů.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte životní pole.
- Proveďte detoxikaci tlustého střeva.
- Vylučte z jídelníčku potraviny se zvýšeným obsahem sacharidů a tuků.
- Hojně jezte ovoce a zeleninu, pijte čerstvě vymačkané šťávy.

Recepty

- Vtírejte si do pokožky hlavy urinou a přikládejte si na ni obklady. Nejvhodnější doba je první a třetí fáze lunárního cyklu, když se organismus stahuje a vsakuje vše do sebe.

- Kromě uriny si do vlasů můžete vtírat také lopuchový olej.
- Zevní upotřebení uriny (obklady, vtírání) kombinujte vnitřním: každé ráno vypijte sto až sto padesát gramů uriny. Vlasy budou krásně lesklé, pevné, pěkně zbarvené a navíc se zbavíte lupů.

Masáž hlavy starou urinou. Stará urina obsahuje biologicky aktivní látky a amoniak, a proto působí na vlasové cibulky a stimuluje pokožku (i k dalšímu vlasovému růstu). Tyto aktivní látky se tvoří v moci, při procesu rozkladu některých jejích složek.

Mezi čerstvou a starou urinou je velký rozdíl. Nově vyloučená urina je jednorodá světlá tekutina, jejíž podstata je jangová, zatímco stará urina se rozkládá na více látek, vydává silný zápach a dle své podstaty je jinová. Proto na vlasové pokožce aktivuje jinové procesy, vždyť i růst ochlupení na těle je jinový proces. V této schopnosti je stará moč nejučinnější a ostatní ji v tomto ohledu ustupují.

Vaječně-urinový vlasový záhal Popis této metodiky mi zaslala jedna pacientka, jež ji úspěšně použila k povzbuzení růstu vlasů. Nejprve si ke kořínkům vlasu vtírala starou urinou již pokožku patnáct až třicet minut masírovala. Poté si na mokré vlasy nasadila koupací čepici z polyethylenu a přes ni si omotala hlavu ručníkem. Se zábalom vydržela třicet minut až hodinu, mezitím se zabývala svými záležitostmi. Po uplynutí této doby si vlasy důkladně propláchla teplou vodou bez mýdla, šamponu či jiných prostředků a nanasla si na ně vaječný žloutek. Nechala jej chvíli působit a poté si vlasy znovu důkladně propláchla čistou teplou vodou. Nakonec je vysušila ručníkem a hlavu si omotala druhým suchým ručníkem. Po uschnutí si vlasy pročešala; proceduru opakovala jednou týdně, jednou za deset dní až jednou za dva týdny: vlasy se proměnily a byly nyní neobyčejně krásné.

VYRÁŽKA KOŽNÍ

Má mnoho příčin, ovšem tou nejčastější je alergická reakce na některé vnější faktory, například určité složky jídla, léky, spreje a podobně.

Kožní vyrážkou nejvíc trpí lidé, kteří mají predispozice k alergickým onemocněním, a také ti, již v minulosti prodělali kopřivku, ekzém nebo neurodermitidu (to je souhrnné označení silně svědivých kožních nemocí).

Dostane-li se do organismu alergen, nemoc nemusí vypuknout okamžitě, nýbrž až po nějaké době, která kolísá v rozmezí od několika hodin do několika měsíců. Mívá zpravidla akutní průběh: tělo se pokryje vyrážkou, nemocnému vyskočí teplota a celkově se začne cítit velmi zle.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si důkladně tlusté střevo - je dokázáno, že ohnisko mnoha kožních onemocnění se nachází právě ve střevech.
- Proveďte detoxikaci jater.
- V těžších případech si musíte očistit i životní pole.
- Doporučuji očistné urinové hladovění.
- Změňte stravovací návyky i jídelníček: přestaňte jíst potraviny s vysokým obsahem škrobu a sladkosti a namísto toho přejděte na dělenou stravu.

Urinová masáž

Promasírujte si tělo urinou nebo se jí potřete. Použijte čerstvou, aktivovanou anebo odpařenou urinou, jež má snížený objem na čtvrtinu původního. Po vyschnutí proceduru několikrát opakujte a umyjte se nejprve teplou vodou bez mýdla či jiných přípravků a poté studenou. Masírujte si tělo a potírejte je, dokud nedosáhnete úplně očisty kůže.

Nejvhodnější doba je druhá a čtvrtá fáze lunárního cyklu, když se organismus zbavuje všeho nepotřebného.

Recepty

- Na zvýšení odolnosti organismu je nejlepší dětská urina, proto jí vypijte alespoň padesát až sto mililitrů jednou až dvakrát denně.
- Dopřejte si dostatek voňavých lázní a sedavých koupelí, kožní vyrážka se určitě zmenší.

- Jedna čtenářka se podělila o svou vlastní metodu léčby: za dva a půl měsíce se zcela zbavila alergické vyrážky na krku, jež ji trápila pět let. Každé ráno a večer si krk natřela urinou, aniž by se omyla, a každé tři dny se opláchla v teplé a poté studené vodě, dokud se nedočkala úplného vyléčení.

VYSOKÝ KREVŇÍ TLAK (HYPERTENZE)

Onemocnění srdce a cévní soustavy, které se projevuje především zvýšením krevního tlaku.

Příčiny vzniku nemoci jsou spojeny s činností centrální nervové soustavy. Hodnoty krevního tlaku jdou nahoru při zvýšeném nervovém vypětí, neblahodárných životních podmínkách, přejídání (zejména tučné masité stravy) a nedostatku pohybu.

Rady a doporučení na léčení

- Dostatečný spánek.
- Dlouhodobý pobyt na čerstvém vzduchu.
- Vyhýbejte se stresovým situacím.
- Naučte se správně uvolnit a osvojte si zásady autogenního tréninku, abyste se zbavili napětí nahromaděného během dne.
- Provádějte vodní procedury, neboť obnovují kapilární krevní oběh. Také se při nich uvolníte a proces detoxikace organismu bude probíhat aktivněji.
 - Dbejte na dostatek pohybu a cvičte, chodte na procházky, běhejte a provádějte obyčejnou každodenní rozvíčku. Fyzická zátěž rovněž příznivě ovlivňuje kapilární krevní oběh a snižuje arteriální krevní tlak.
 - Správně se stravujte: jídla by měla být vyvážená, racionální a hlavně čerstvá, s vysokým podílem salátů, ovoce a klíčků.
 - Čas od času vydržte ozdravné hladovění, protože se váš organismus očistí a detoxikuje na úrovni pojivových tkání a zvýší se i jeho celkový náboj.
 - Pročistěte si játra a tlusté střevo.
 - Po osmnácté hodině večerní nejezte; pokud vás trápí hlad, raději vypijte trochu čerstvé zeleninové nebo ovocné šťávy, bylinkový odvar nebo sklenici kysaného mléka.

- Nezapomeňte také na urinoterapii. Urina má močopudné schopnosti a dokáže vyloučit z organismu přebytečnou vodu, rozšiřuje kapiláry a v důsledku toho snižuje krevní tlak.

Recepty

- Dvakrát denně vypijte půl sklenice „mrtvé“ vody.
- Provádějte dýchací cvičení zaměřené na zvýšení podílu kyslíčnicku uhličitého, neboť napomáhá rozšiřování cév a uvolňuje svaly. Jmenuji například metodu Butějko nebo Strelnikovové, rytmické dýchání podle jogy, dýchání zaměřené na očistu životního pole a tak dále. Popis těchto i dalších cvičení naleznete v mých dalších knihách.

- Jedna pacientka mi napsala o své vlastní metodě boje s vysokým krevním tlakem: nejprve důkladně očistila svůj organismus a provedla celkovou detoxikaci. Pak přistoupila k urinoterapii: na noc pila dva až tři doušky uriny, umývala se v urině a proplachovala si s ní oči, uši a nos.

- I jiní čtenáři se zbavili vysokého krevního tlaku anebo alespoň zlepšili svůj zdravotní stav hladověním, urinoterapií, urinovou masáží a úplnou detoxikaci organismu. To všechno ale přinese jen dočasný úspěch, pokud nenásleduje správné stravování a vhodný životní styl.

- Krevní tlak se často zvedá v důsledku celkového zamoření organismu toxiny a protože arterie přestanou být elastické a životní pole se kvůli silnému emočnímu vypětí zatíží.

Příklad nesprávné léčby vysokého krevního tlaku

Jistý šedesátiletý muž přistoupil na urinoterapii, ale šel na to nesprávně: zavedl si mnoho miniklystýrů z obyčejné i z odpařené moči (na čtvrtinu objemu), pil jedenáct měsíců urinu a hladověl po dobu pěti, sedmi a dvanácti dnů a pětkrát si pročistil játra.

Následkem léčby však byl otok srdce, plic, jater, žaludku i nohou, doprovázený dýchavičností a kašlem. Tlak mu stoupl na vysoké hodnoty a byla nutná hospitalizace. Analýza krve

a dalších vzorků prokázala srdeční nedostatečnost a progresi srdečního astmatu. Proč, jakých chyb se dopustil?

Zprvė přistoupil k léčbě pozdě, v šedesáti letech je organismus už zesláblý. Měl se pustit do ozdravení organismu mnohem dřív, když měl ještě vysoký životní potenciál.

Za druhé pokud se člověk přece jen ve vyšším věku rozhodne provést celkovou detoxikaci organismu, musí postupovat opatrně krok za krokem. Je nutné pít čerstvě vymačkané šťávy z ovoce a zeleniny a vařit z roztáté vody, dvakrát až třikrát týdně chodit do páry a pravidelně absolvovat procházky v přírodě: zlepší se krevní oběh a energetika organismu bude správně stimulována.

Za třetí pacient nezměnil své stravovací návyky a žil po léčbě stejným životním stylem jako dříve. V takovém případě pití uriny moc nepomůže. Je-li příčina zvýšeného krevního tlaku emocionální, pak na ni tyto metody nepůsobí. Je sice dobré, že si nemocný pročistil tlusté střevo a játra, ale tekuté prostředí organismu zůstalo neočištěné.

Za čtvrté měl pacient také vyzkoušet uvolňující a uklidňující metody jako například relaxaci a autogenní trénink. Já osobně bych mu doporučil dýchací cvičení podle Strelnikovové a očistu životního pole.

Za páté nebylo při léčbě přihlédnuto ke konstituci pacienta, což bylo pravou příčinou mnohočetných otoků: muž užíval prostředky podněcující životní princip větru - hladovění a urinové klystýry. Pětidenní hladovění pomůže zlepšit zdravotní stav, ale celkově nemoc nevyлéčí, jak se možná pacient mylně domníval. K vyléčení by musel hladovět daleko déle, dvacet až třicet dní.

Za šesté skutečnou příčinou nemoci pacienta byl psychický blok neboli energetická vypouklina, jež vznikla jako důsledek emočního vypětí. Nacházela se v hrudníku, a proto není divu, že právě v těchto místech se mu objevily otoky.

Z

ZÁCPA

O zácpě hovoříme tehdy, pokud během dvou dnů, nedojde k vyprázdnění střev.

Pro zácpu jsou charakteristické tupé bolesti ve spodní části břicha, nafouknutí střev a špatné vylučování plynů.

Zácpa může mít mnoho důvodů: organické změny ve střevech, hemoroidy, nádory, zánět střev a další. Zácpou často trpí osoby se sedavým způsobem života. Podílí se na ní také nesprávné stravování, celkové oslabení organismu a jeho svalového tonusu a v neposlední řadě ztížené vyměšování doprovází některé vážné choroby.

Zácpa se dělí na atonickou a spastickou. *Atonická zácpa* vzniká v důsledku ochabnutí střevní svaloviny při chudokrevnosti, zhubnutí, sedavém způsobu života a nepravidelném stravování. *Spastickou zácpu* způsobují křeče střev, způsobené psychickým napětím, chronickou otravou (například z povolání) a kouřením.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte tlusté střevo.
- Začněte se správně stravovat.
- Doporučuji terapii šťávami.
- Praktikujte fyzioterapii.
- Je vhodné vypěstovat si podmíněný reflex k vyprázdnění střev.

• Odstraňte psychogenetické příčiny zácpy.

• Klystýry jen opatrně!

Akutní zácpa

Ríká se jí též alimentární a je způsobená nevhodným jídlem.

• Jezte častěji, protože mezi jídly by neměly být dlouhé intervaly.

• Omezte spotřebu masitých a rybích polévek, jemného masa, ryb, bílého chleba, vek a rohlíků, sušenek a krckrů, kaka a také rýžové, bramborové či krupicové kaše.

• Jezte hodně produktů s vysokým obsahem buničiny, například černý chléb, med, pohankovou kaši, zeleninové polévky, zeli, kapustu, okurky, řepu, jablka a švestky.

• Občas vypijte trochu kysaného mléka (starého dva dny), kyšky, kumysu a dalších kysaných mléčných nápojů.

• Na pití doporučuji čerstvě vymačkané šťávy, sycenou studenou dobrou vodu a minerálky s bublinkami.

Atonická zácpa

• Jezte potraviny s projímavým účinkem, například čerstvé a sušené švestky nebo fíky.

• Pijte řepnou a špenátovou šťávu, ovoce jezte na lačný žaludek v průběhu dne.

• Potravu vždy dobře rozkousejte.

• Posilujte břišní svaly.

• Sprchujte se studenou vodou a polévejte si jí břicho.

• Mírně si břicho masírujte (tlačivé pohyby „dovnitř“).

• Začněte sportovat: doporučuji chůzi, lehký běh, plavání nebo jízdu na koni.

Spastická zácpa

• Jezte jen rostlinné pokrmy v kašovitém stavu, jež obsahují dostatek buničiny.

• Do jídla si přidávejte švestky a máslo, protože uvolňují střevní křeče.

• Nepijte studené nápoje, zejména sycené, naopak doporučuji čaj nebo kávu s mlékem či smetanou.

• Při tomto druhu zácpy je vhodný lůžkový režim, přikládání ohřívadla a teplé sedavé koupele. Zakázána je masáž a cvičení.

• Ovoce a zeleninu jezte jen vařené.

• Občas si zaveďte olejový nebo mléčný **klystýr**, případně smíšený.

Recepty

Otrubová léčba. Dvě polévkové lžíce otrub přelijte sklenicí horké vody, **nechte** vychladnout, vodu slijte a **kašičku** snězte na lačný žaludek. Po pěti dnech se trávení zpravidla zlepší

a do deseti dnů se obnoví i pravidelná defekace. Otrubovou léčbu kombinujte s klystýry.

Odvar z řešetláku. Při atonické zácpě pomáhá odvar z řešetlákové kůry: patnáct gramů bylinek přelijte půllitrem horké vody a pijte jako čaj.

Komplexní ozdravná kúra při zácpě

První den. Polévkovou lžící lněných semínek přelijte litrem vody a nechte dvacet minut vařit na mírném ohni. Počkejte, až vychladne, přelijte do Esmarchova šálku a přidejte dvě polévkové lžice hořčicového oleje, neboť ohřívá a změkčuje a tím předchází křečím střevních svalů tlustého střeva. Nemáte-li je k dispozici, připravte si náhradní směs - do dvou set mililitrů olivového oleje přisypte čajovou lžičku hořčicového prášku a důkladně promíchejte. Z odvaru si vždy večer před spaním připravte klystýr.

Druhý den. Připravte si klystýr z litru a půl vody a přidejte jednu a půl polévkové lžice hořčice, vše důkladně rozmíchejte.

Třetí den. Zaveďte si klystýr ze dvou litrů vody, do nichž přidejte dvě polévkové lžice lněných semínek. Nezapomeňte na hořčicový olej, budete jej potřebovat dvě polévkové lžice.

Čtvrtý den. Přestávka.

Pátý až sedmý den. Klystýry obdobné jako třetího dne.

Osmý den. Přestávka.

Devátý až jedenáctý den. Klystýry jako třetího dne.

Dvanáctý den. Přestávka.

Dvanáctého dne se rozhodněte, zda budete v léčbě pokračovat ještě tři až šest dní, anebo zda zopakujete celou dvanáctidenní kúru.

Léčba lněnými semínky. Roztlučte jednu polévkovou lžici lněných semínek, zalijte čtyřmi sklenicemi vody, uveďte do varu a ihned odstavte. Scedte a přidejte jednu polévkovou lžici soli nebo dvě polévkové lžice lněného či konopného oleje. Alternativně můžete namísto lněných semínek použít ovesná nebo ječmenná zrna, případně lístky slézu.

Uvedené komponenty mají projímavé účinky; ale klystýr musí být vždy teplý.

Je doporučován hlavně osobám, jež s očistou střev teprve začaly a možná mají problém s průchodností vody v organismu. Proto je třeba nejprve rozšířit tlusté střevo klystýrem a poté provádět obyčejné klystýry ze dvou litrů vody nebo uriny.

Ucpání konečníku kalovou hmotou. Při úporné zácpě se střevo ucpe mechanicky a pak klystýry nepomohou. Je nutné se nejprve zbavit kalové hmoty jiným způsobem, třeba i ručně nebo s pomocí čajové lžičky a potom můžete opatrně přistoupit k miniklystýru. Při ucpání konečníku kalovou hmotou doporučuji masáž konečníku a miniklystýry z odpařené uriny.

Bylinková léčba

- Jednou nebo dvakrát denně polkněte jednu polévkovou lžici bezinkového žele ze zralých plodů, vařeného bez cukru; namísto něj přidejte med.

- Delší dobu povařte švestky nebo oves a vodu scedte a vypijte. Hodí se také ředkvičková šťáva, zelný nálev (ohřátý), kyška a čaj ze sušených višní a jablek, kterou pijte čtyřikrát až pětkrát denně.

Diskynetická zácpa

- Na břicho si přiložte obklady z teplé uriny, odpařené na čtvrtinu původního objemu, a udělejte si klystýry z čerstvé uriny; při tom sledujte, jak váš organismus reaguje.

- Pokud vás trápí úmorná zácpa, přikládejte si urinový obvaz na pánevní a břišní oblast. První porce jídla se musí nutně skládat z jídel s vysokým obsahem hrubé vlákniny, například saláty z mrkve a zelí. Velice vám pomůže, půjdete-li si po ránu zaběhat.

Projímavá zavařenina. Smíchejte kilogram sorbitu a kilogram lesních plodů nebo jablek a uvařte z nich **zavařeninu**. K odstranění zácpy by měla stačit jedna až dvě čajové lžičky denně. Pokud se tak nestane, dávku zvyšte, ale opatrně – stejně by mohla být silná a bolestivá.

Rebarborový nápoj. Budete potřebovat půl kilogramu řapíků rebarbory, dvě stě gramů cukru, citronovou kůrku a trošku rozinek nebo zázvoru. Rebarboru důkladně promyjte, očistěte a nakrájejte na kousky. Uvařte čtvrt litru vody, přidejte do ní cukr, citronovou kůrku a rozinky či zázvoru a pak do směsi nasypete i rebarboru. *Nechte* vařit, ale dejte pozor, aby rebarbora příliš nerozměkla, směs ochladte a užívejte.

Varování: Rebarbora ani nápoj z ní není vhodný pro nemocné trojici dnou, s ledvinovými oxalátovými kameny a zejména s hemoroidy, protože vyvolává krvácení z cév konečníku.

Balšámový čaj. Při ochablé střevní peristaltice a poruchách motorní funkce žaludku se hodí balšámový výluh: třicet gramů listů rostliny přelijte jedním litrem vroucí vody a *nechte* odstát. Pijte jako čaj, půl sklenice dvakrát až třikrát denně.-

Cvičení na očistu dutiny břišní

Promačkávaní břicha napomůže úspěšné očistě orgánů dutiny břišní a jater.

Zaujměte polohu vleže, protože se tělo lépe uvolní. Promačkejte si důkladně kousek po kousku břicho, a to buď čtyřmi nataženými prsty, anebo pěstí (*viz obrázek číslo 2*). Začnete v oblasti jater a opatrně si mačkejte břicho, jak to půjde. Pokud se objeví bolesti, držte ruku tak dlouho, dokud nezmizí.

A když nic nebolí, zatlačte prsty, jak nejhluběji to jde a provádějte vibrační pohyby, jako byste pracovali se sbíječkou.

Dále přemístěte ruku k dvanáctníku, žaludku a tenkému střevu a pohyby opakujte. Takovým způsobem je třeba postupně promačkat celé břicho: jeden vibrační cvik zabere asi půl minuty a celé cvičení pět až sedm minut.

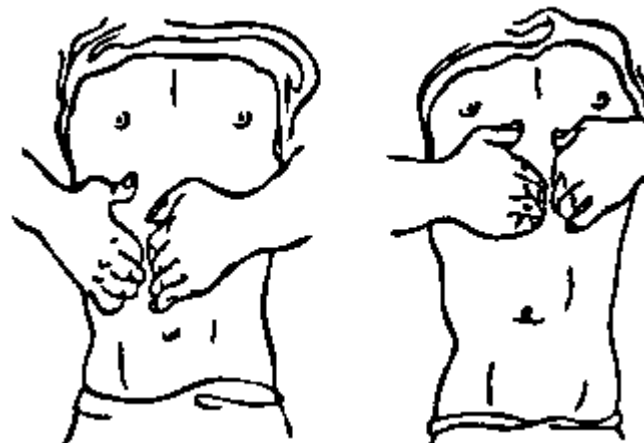
Při protlačování břicha jsou vnitřní orgány masírovány, zlepšuje se krevní oběh v dutině břišní, rozproudí se energie a odstraní portální hypertonie.

Starodávní mudrcové doporučovali po ránu denně cvičit a masírovat břicho.

Urinové miniklystýry. Mají převážně profylaktický účinek a normalizují stolicí. Každý druhý den si zaveďte do konečníku miniklystýr s urinou, odpařenou na čtvrtinu původního objemu (sto mililitrů). Pokud urina nepomůže, znamená to, že příčina zácpy leží v životním poli a že se na ně musíte při očistě zaměřit.

Kontraindikace. Se silnými očištnými klystýry z odpařené uriny to není třeba přehánět. Silně stimulují energetiku organismu a pacientům s hemoroidy mohou uškodit. Naopak přiměřené klystýrování hemoroidy léčí.

Příklad. Jedna čtenářka se podělila o metodu, s níž se zbavila silné zácpy. Nejprve hladověla sedm dní s urinou, dávala si miniklystýry a po každém si vyšla ven zaběhat. Výsledek se dostavil až pátého dne léčby a sedmého dne se započala očištná reakce: z pacientky vytekla sklenice a půl nahnědlé tekutiny. Poté následoval velký klystýr s výtažkem z vlaštovníku. Když hladovou kúru ukončila, pokračovala s mikroklystýry a podařilo se jí definitivně zbavit zácpy.



Obrázek číslo 2. Mačkejte si rukama břicho: na obrázku jedná ruka tlačí a druhá její tlak posiluje.

ZÁNĚT DÁSNÍ

Je typický pro různá stomatologická onemocnění a dochází k němu při zánětlivých a atrofických změnách ve tkáních v okolí zubů čili parodontu (parodontóza, gingivitida, stomatitida).

Recepty

- Proplachujte si ústní dutinu čerstvou urinou, povalujte ji v ústech alespoň půl až dvě minuty.
- Několikrát za den si promasírujte dásně urinou.
- Přikládejte si na dásně zábaly z odpařené uriny.

Proskurníkový výtažek. Hrst vrcholů květů a listů proskurníku lékařského zalijte v termosce půllitrem vřelé roztáté vody, nechte šest až osm hodin vyluhovat, sceďte a několikrát denně si výtažkem propláchněte ústní dutinu.

ZÁNĚT DÁSNÍ A SLIZNICE (GINGIVITIDA)

Zánět dásní s klinickými projevy omezenými pouze na gingivu, tj. supraalveolární část dásně, který se může projevit v akutní nebo chronické formě.

Gingivitida se vyvine nejčastěji v důsledku neblahodárných vnějších vlivů, například intoxikace olovem, manganem, vizmutem a dalšími prvky. Nemocí se také projevuje porucha lokální nebo celkové reaktivity organismu (schopnost odpovídat na různé podněty nebo cizorodé látky). Charakteristickými znaky jsou zarudnutí, otok, pálení, hypertrofie, bolest, krvácení, zápach z úst a sekrece z gingiválního sulku.

Rady a doporučení na léčení

- Proplachujte si ústa roztoky s protizánětlivými vlastnostmi.
- Dodržujte hygienu dutiny ústní.
- Vyvarujte se tvrdých potravin.

Recepty

- Proplachujte si ústní dutinu urinou.
- Přikládejte si na dásně obklady z odpařené uriny.
- Proplachujte si ústní dutinu výtažkem s proskurníku, jehož recept je uveden u onemocnění gingivitida (předchozí).

ZÁNĚT DÁSNÍ A TKÁNÍ V OKOLÍ ZUBŮ (PARODONTÓZA, PARADENTÓZA)

Zánětlivé onemocnění tkání kolem zubu (parodont), při němž dochází k alveolární atrofii - postupnému úbytku těchto tkání a ztrátě alveolární kosti u ozubené čelisti.

K symptomům se řadí krvácení z dásní, viskózní slina a povlak na zubech, zejména po ránu.

Rady a doporučení na léčení

- Dbejte na důkladnou hygienu ústní dutiny.
- Urinoterapie.

Recepty

- Několikrát denně si vypláchněte ústa čerstvou urinou.
- Vtírejte si urinou do dásní, rovněž několikrát denně.
- Na místa postižená parodontózou si přikládejte tampony namočené ve staré nebo odpařené urině, dobu léčení nechte si každý stanovit individuálně.

Výluh z vrbové kůry. Nasypte do sklenice čajovou lžičku sušené rozmělněné vrbové kůry a přilijte studenou čistou vodu. Nechte dvě hodiny stát a sceďte: výluh je velmi vhodný na proplachování úst, což byste měli opakovat dvakrát až třikrát denně.

ZÁNĚT HLTANU (FARYNGITIDA)

Postihuje sliznici obalu hltanu, může mít akutní i chronickou podobu.

Při akutním zánětu hltanu má nemocný sucho v ústech, škrábe a pálí ho v krku a při polykání pociťuje bolest, zejména když polkne nasucho. Teplota se zpravidla příliš nezvyšuje, jen mírně nad třicet sedm stupňů Celsia.

Mezi příčiny chronické faryngitidy se řadí opakované akutní záněty hltanu, chronické nemoci nosu a vedlejších dutin, zánět mandlí, kouření (čili dlouhodobé dráždění sliznice hltanu), časté pití alkoholických nápojů a také nepříznivý vliv prachu, škodlivých plynů a podchlazení.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si tlusté střevo.

- *Proveďte* detoxikaci jater.
- Proveďte dvacetičtyřhodinové hladovění od snídaně do snídaně.
- Doporučuji ozdravení nosohltanu dezinfekčním roztokem.

- Olejové inhalace.

Recepty

- Proplachujte si nosohltan čerstvou urinou.
- Propláchněte si hrdlo několikrát denně čerstvou urinou, povalujte ji v ústech alespoň několik minut.
- Při pocitech sucha v ústech proveďte promazávání libovolným rostlinným olejem; je třeba si jej dvakrát až třikrát denně nakapat do nosu.
- Propláchněte si hltan šťávou z červené řepy.

ZÁNĚT HRTANU (LARYNGITIDA)

Zápal sliznice hrtanu.

Dělí se na akutní a chronický. Ostrý zánět hrtanu je nejčastěji způsoben infekcí a doprovází chřipku a respirační onemocnění anebo je symptomem těžších onemocnění, jako jsou spalničky nebo spála. Při zánětu hrtanu má nemocný sucho v ústech a škrábe ho v krku, později se přidruží také suchý kašel.

Chronická Jaryngitida vzniká jako následek opakujících se akutních zánětů hrtanu. Více jsou k němu náchylní kuřáci a lidé, kteří pijí hodně alkoholických nápojů. K hlavním symptomům se řadí porucha hlasivek a suchý kašel.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte si organismus *od* patologického hlenu, zejména v oblasti hlavy.
- Doporučuji urinové hladovění.
- Setřete si hlasivky, moc nemluvte.
- Zakázáno je kouření a užívání alkoholických nápojů.

Recepty

- Promyjte si nosohltan čerstvou urinou.

- Propláchněte si ústa čerstvou urinou, několik minut ji převalujte v ústech.

- Deset až patnáct minut vdechujte výpary staré uriny.

Léčebná směs. Smíchejte dvě polévkové lžíce šťávy z červené řepy a dvě stě padesát mililitrů kysaného mléka, přidejte čajovou lžičku šípkového sirupu a šťávu z půlky citronu a pít dvakrát až třikrát denně.

Kloktání vodou. Třikrát až pětkrát denně po jídle si propláchněte krk „mrtvou“ vodou a poté vypijte Čtvrtinou sklenice „živé“ vody.

Urinové kloktání. Kloktání a proplachování krku urinou, do níž můžete přidat špetku šafránu, doporučuji při všech stadiích laryngitidy. Urina působí jako dezinfekční prostředek a šafrán obnovuje tkáň poničené nemocí a obnovuje krev. Oba léčebné prostředky je třeba kombinovat, léčba bude efektivnější.

ZÁNĚT JATER, HEPATITIDA

Akutní difúzní zánět jater může být způsoben celou řadou mikroorganismů nebo virů, jež napadají převážně játra a poškozují je (virová hepatitida).

Při nemoci je charakteristické zvětšení jater a sleziny, vylučování tmavé moči a bezbarvého kalu, problémy žaludečního a střevního traktu a v neposlední řadě také nervové a cévné soustavy.

Na počátku se hepatitida projevuje celkovou slabostí, mírným zvýšením teploty a snížením chuti k jídlu, později se mohou dostavit bolesti v pravém podžebří a průjem. V těžkých případech má nemoc akutní charakter a vždy jej doprovází žloutnutí (odsud název žloutenka).

Rady a doporučení na léčení

- Zůstaňte fyzicky i psychicky v klidu a vyvarujte se dráždivých jídel a léků (kromě výslovně předepsaných).
- Proveďte očistu tlustého střeva, jater a tělesných tekutin.
- Ráno na lačný žaludek srkejte rostlinný olej. **Provádějte** očistné klystýry s **citronovou** šťávou a jablečným octem..

Večer se alespoň patnáct až dvacet minut věnujte *ideomotori-
cké očistě jater* - představujte si jejich vibraci a pozorujte
v duchu, jak se *chvějí* a stahují.

- Po jídle dýchejte pravou nosní dírkou: tak se akti-
vuje tvorba tepla v organismu čili „tělesného ohně“, jenž
napomáhá zdravému trávení a obecně příznivě ovlivňuje
nemocná játra.

- Pravidelně provádějte ozdravné hladovění - dvace-
tičtvřehodinové nebo třicetišestihodinové, alespoň jednou
týdně nebo ve dnech *skladě*

- *Doporučuji* *urino*terapii.

- Namísto soli k ochucení potravin užívejte mletou suše-
nou mořskou kapustu.

- Pijte hodně odvarů a výtažků bylinkových směsí i samo-
statných sušených bylinek jako doplňkovou i základní léčbu.

- Pobývejte v klidném, tichém prostředí, poslouchajte
uklidňující hudbu, *odpočívejte* a chodte na kratší procházky
na čerstvém vzduchu, nejlépe ráno a navečer před spaním.

- *Množství* přijímaných tekutin není omezeno, ale or-
ganismus je *lépe* vstřebává z čerstvého ovoce či ovocných,
zeleninových šťáv a šťáv z lesních plodů, kompotů, vývaru
z šípku a dalších bylinkových odvarů nebo výtažků připe-
něných z roztáté vody.

- Během *dne* nejezte příliš mnoho, stačí třikrát až čtyřikrát
denně menší porce. Příklad jídelníčku: ráno čerstvě vymačka-
nou šťávu, později zeleninový salát a kaši, jako třetí jídlo ovoce
a tvaroh a jako čtvrté ovocný odvar s medem a semínky.

- Dietní stravování se individuálně mění podle zdravot-
ního stavu pacienta a průběhu nemoci či podle způsobu, ja-
kým jsou játra zasažena, a v neposlední řadě také v souladu
s *individuální konstitucí*

Seznam zakázaných potravin při zánětu **jater**

Dejte si pozor na zakázané potraviny, k nimž se řadí:

- Těžce stravitelné tuky, například hovězí, *skopové* husí
nebo vepřové (sádlo)

- Losos
- Extrahované potraviny (rybí, masné a houbové bujony,
silné odvary a všechna jídla, která jsou z nich připravována)
- Potraviny bohaté na cholesterol (mozek, rybí tuk, já-
tra, srdce, ledviny)
- Smažená jídla
- Kakao
- Uzené maso a jiné uzeniny
- Konzervy
- Koření a ostré pochutiny
- Cibule, česnek, hořčice, sušená paprika a silný ocet
- Příliš solená jídla
- Alkoholické nápoje
- Zákusky a dorty plněné tučným krémem
- Zmrzlina a další studená jídla a nápoje

Recepty

Bylinková směs č. 1

Jitrocel velký, listy - 20 gramů

Cekanka, kořeny - 30 gramů

Třezalka, rostliny - 40 gramů

Smil písečný, květy - 40 gramů

Měsíček lékařský, květy - 40 gramů

Heřmánek, květy - 10 gramů

Řešetlák, kůra - 30 gramů

Dvě polévkové lžíce směsi přelijte půllitrem nepře-
vařeného vody a dejte na noc odstát. Ráno maličko povařte (stačí pět
minut), dejte na půl hodiny uležet a *scedte*. Užívejte **tři čtvrtě**
sklenice patnáct minut před jídlem.

Bylinková směs č. 2

Smil písečný, květy - 60 gramů

Třezalka, rostlina - 50 gramů

Kopytník evropský, rostliny - 30 gramů

Len, semena - 20 gramů

Pastuší tobolka, rostlina - 20 gramů

Máta peprná, listy - 30 gramů

Čaj na ledviny - 40 gramů
Řebříček, rostliny - 30 gramů
Šípek, plody - 50 gramů

Dvě až tři polévkové lžíce směsi přelijte třemi sklenicemi horké vody, nechte dvě hodiny vyluhovat a sced'te. Užívejte půl sklenice dvakrát denně patnáct minut před jídlem, a to po celý měsíc. Pak si udělejte pauzu na dva týdny a léčbu opakujte.

Bylinková směs Č. 3

Kopřiva hluchá (hluchavka bílá) - 50 gramů
Břiza, pupeny - 50 gramů
Osika, kůra (případně vrba) - 40 gramů
Třezalka, stvol a listy - 30 gramů

Dvě polévkové lžíce směsi přelijte půllitrem nepřevařené vody a dejte na noc odstát. Ráno maličko povařte, stačí pět minut, poté dejte na půl hodiny uležet a sced'te. Užívejte čtvrt sklenice patnáct minut před jídlem.

Výluh z rozrazilu. Čajovou lžičku rozrazilu rezekvítku vyluhujte půl hodiny ve sklenici horké vody, sced'te a popíjejte čtvrtinu sklenice třikrát denně.

ZÁNĚT JATER, CHRONICKÝ (HEPATITIDA, CHRONICKÁ)

Při chronické hepatitidě se užívají bylinky, jež zlepšují vylučování žluči a sekreci enzymů, působí protizánětlivě a protialergicky a v neposlední řadě uvolňují spazmata. Existují speciální bylinkové odvary a výtažky, které mají uvedené vlastnosti. Nejlépe se připravují v termosce v poměru dvou až tří polévkových lžic rozmělněné směsi na půllitru vody a pijí se teplé před jídlem na třikrát až čtyřikrát. Léčba trvá poměrně dlouho, minimálně půl roku, ale každé dva měsíce je třeba bylinkové nápoje na dva týdny vysadit.

Recepty

Bylinková směs č. 1

Fenykl - 10 gramů
Kmín, plody - 10 gramů

Řešetlák, kůra - 10 gramů

Máta, listy - 10 gramů

Řebříček - 20 gramů

Zeměžluč okolíkatá - 20 gramů

Naberte trochu směsi, asi tak na polévkovou lžici, a přelijte ji litrem vařící vody.

Nechte ji dvě hodiny vyluhovat v teplém místě, sced'te a popíjejte čtvrt sklenice třikrát denně před jídlem.

Bylinková směs č. 2

Třezalka - 40 gramů

Truskavec ptačí (rdesno ptačí) - 20 gramů

Čekanka - 30 gramů

Smíl písečný - 40 gramů

Heřmánek, květy - 10 gramů

Řešetlák, kůra - 30 gramů

Měsíček, květy - 40 gramů

Rostlinky zamíchejte, přelijte je čtyřmi sty mililitry nepřevařené vody (navečer) a nechte celou noc odstát. Ráno je pět až sedm minut povařte a pijte tři sklenice denně.

Bylinková směs č. 3

Libeček lékařský (*levisticum officinale*), kořeny - 50 gramů

Jahoda lesní, listy - 50 gramů

Kručinka (*genista*) - 30 gramů

Vřes, květy - 30 gramů

Sušené bylinky rozmělněte, oddělte asi třicet gramů a přelijte jedním litrem vody, aby se půl hodiny vyluhovaly za studena. Pak postavte na plotnu a dvě minuty povařte, nechte znovu vyluhovat, tentokrát dvě hodiny zatepla, a sced'te. Hotový vývar se pije čtvrt sklenice třikrát denně, vždy hodinu po jídle.

Bylinková směs č. 4

Od všech bylinek vezměte stejné množství, a sice 10 gramů:

Přeslička polní (stvol a listy)

Třezalka tečkovaná (*hyperitum perforatum*, květy)

Řebříček obecný (stvol a listy)

Vratič obecný (stvol a listy)

Heřmánek pravý (květy)

Lopuch (kořeny i listy nasbírané v květnu, sto gramů obojího)

Šípek hnědý (plody)

Šalvěj lékařský (stvol a listy)

Oman pravý (kořeny)

Truskavec ptačí (kořeny)

Řepík lékařský (stvol a listy)

Směs nakrouhejte a nasypete do uzavíratelné nádoby. Přilijte jeden litr vroucí vody a nechte dvě až tři hodiny odležet. Pije se třetina až polovina sklenice třikrát denně, velmi dobře pomáhá proti chronické hepatitidě.

Bylinková směs č. 5

Heřmánek pravý, květy - 20 gramů

Jahoda lesní, plody - 20 gramů

Šípek, květové lupínky - 20 gramů

Přeslička polní, výhonky - 30 gramů

Bříza bílá, listy - 10 gramů

Smil písečný, květy - 30 gramů

Měsíček, květy - 15 gramů

Hluchavka bílá, listy a stvoly - 15 gramů

Směs rozmělněte, naberte dvě polévkové lžice a přelijte je třemi sklenicemi horké vody. Nechte tři hodiny odstát a pijte sto padesát mililitrů odvaru třikrát denně, nejlépe třicet až čtyřicet minut před jídlem.

Bylinková směs č. 6

Pelyněk, bylinky - 10 gramů

Smil písečný, květy - 20 gramů

Přeslička polní, stvoly a listy - 20 gramů

Kukuřičný pyl - 20 gramů

Bříza, listy - 10 gramů

Kopr zahradní, semena - 10 gramů

Černý bez, květy - 10 gramů

šípek, plody - 200 gramů

Směs roztlučte a rozmělněte, přelijte dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte třicet minut vyluhovat. Scedte a užívejte půl sklenice teplého nápoje třikrát denně před jídlem. Kúra trvá dva až tři týdny, poté si udělejte sedm dní přestávku a léčbu zopakujte.

Bylinková směs č. 7

Smil písečný, květy - 50 gramů

Měsíček, květy - 20 gramů

Vlaštovičník, listy a stvoly - 20 gramů

Heřmánek, květy - 20 gramů

Třezalka, květy - 30 gramů

Bříza, mladé listy - 30 gramů

Kopřiva, listy - 20 gramů

Jitrocel, listy - 20 gramů

Šípek, plody - 200 gramů

Na dvě polévkové lžice bylinkové směsi nalijte půllitru vroucí vody a postavte na jednu hodinu na teplé místo. Přelijte přes sítko a užívejte půl sklenice třikrát denně před jídlem. Kúra trvá jeden a půl měsíce, poté si udělejte dvoutýdenní přestávku a můžete ji zopakovat.

Tento bylinkový nápoj se hodí zejména i při akutním onemocnění.

Pelyňkový sirup. Připravíte jej tak, že sto gramů sušených bylinek nasypete do nádoby s vodou ze studny a necháte dvacet čtyři hodin působit. Poté nádobu neprodyšně uzavřete a vařte půl hodiny na mírném plameni. Přimíchejte čtyři sta gramů cukru anebo medu a povařte ještě patnáct až dvacet minut.

Sirup se užívá v malých dávkách, stačí polknout jednu dezertní lžičku třikrát až čtyřikrát denně půl hodiny před jídlem.

Odvar z libečku lékařského. Čtyři gramy semen nebo rozmělněných listů nasypete do sto padesáti miligramů studené vody a nechte tři hodiny odstát. Alternativně přelijte jednu čajovou lžičku semen vařící vodou ve stejném množství. Scedte a pijte jednu polévkovou lžičku čtyřikrát denně.

Odvar ze slámy. Čtyřicet gramů rozmělněné zelené oves ne slámy přelijte litrem vody, pět až šest minut vařte a užívejte po půl sklenice, vždy třicet až čtyřicet minut před jídlem, ale minimálně třikrát denně během dvaceti až pětadvaceti dnů.

Chřestový odvar. Tři čajové lžičky kořenů mladých chřestových výhonků, respektive bylinek, nechte vyluhovat ve sklenici vroucí vody. Přelijte přes sítko a dejte si před jídlem dvě až tři polévkové lžice.

Výluh ze sedmikrásek. Tři čajové lžičky rozmělněné sedmikrásky chudobky vyluhujte alespoň dvě až tři hodiny ve sklenici a půl studené převařené vody. Výluh sceďte, pijte půl sklenice třikrát denně před jídlem.

Máte-li silné bolesti v pravém podžebří, přiložte si na toto místo teplý obklad a vypijte půl sklenice olivového oleje.

Ječmenný odvar. Promyjte tři kilogramy ječmene, přelijte šesti litry vody a nechte dvě hodiny stát. Pak nádobu postavte na plotnu a nechte vřít: přitom by se měl odvar odpařovat, aby zůstal jen jeden litr vody. Odstavte, nechte vystydnout, sceďte a vyždímejte. Pije se čtvrtina sklenice ječmenného odvaru třikrát denně hodinu před jídlem.

Ovesný odvar. Kilogram ovesa důkladně pročistěte a nasypte do deseti litrů vody. Postavte na plotnu a vařte tak dlouho, dokud se čtyři pětiny objemu nevyvaří a nezůstanou přibližně dva litry vývaru. Přelijte přes sítko, přidejte jeden kilogram medu a sto gramů másla a znovu nechte deset až patnáct minut vřít. Odstavte, nechte vychladnout a polykejte jednu polévkovou lžičku třikrát denně, vždy hodinu před jídlem.

Heřmánkový klystýr. V případě, že pokožka zežloutne, měli byste souběžně s bylinkovou kúrou provádět také teplé heřmánkové klystýry. Stačí velmi řídký nálev z kvítků rostliny, jenž se užívá dvakrát až třikrát týdně.

Klikva s medem. Lidová medicína doporučuje na chronickou hepatitidu kasičku z klikvy s medem. Plody roze-

třete a smíchejte s medem, aby měla kyselosladkou chuť. Dávejte si třikrát denně jednu polévkovou lžičku kašičky. pokud nemáte klikvu k dispozici, můžete místo ní použít kalinovou šťávu s medem.

Šťáva z černé ředkve. Také na Sibiři znali jistý lidový prostředek při chronické žloutence, jenž si můžete snadno připravit i vy: nastrouhejte na struhadle hodně černé ředkve a vymačkejte z ní šťávu, nejlépe přes kousek gázy - měli byste jí získat tak litr. Do ní nalijte čtyři sta mililitrů řídkého medu a dobře promíchejte. Berte dvě polévkové lžice třikrát denně před jídlem a před spaním.

Směs ovocných a zeleninových šťáv, dobrých na játra

1. Šťáva z řepy - 300 gramů

Křenová šťáva - 300 gramů

Citronová šťáva - 300 gramů

Med přírodní - 300 gramů

Dobře promíchejte, aby se med důkladně rozpustil, a užívejte jednu polévkovou lžičku třicet minut před jídlem. Az směs doužíváte, udělejte si na měsíc přestávku a celý postup zopakujte, a to celkem třikrát.

Léčebné cviky při hepatitidě. Cvičný program je velmi jednoduchý, ale účinný. Zahrnuje chůzi na místě, předklony a úklony trupu na strany, otáčení trupem, dřepy, kliky (slabší pacienti se mohou odpichovat od stěny) a jemná masáž v oblasti jater.

Vodní procedury. Pokud se chronická hepatitida zhorší, připravte si každý den uklidňující teplou koupel (třicet pět až třicet šest stupňů Celsia).

Kromě toho je velmi vhodná *kontrastní sprcha*, neboť nasycuje organismus energií a odplavuje toxiny. Teplotu vody změňte tak desetkrát až patnáctkrát: nejprve na sebe pusťte na půl minuty až minutu horkou vodu o teplotě čtyřicet až čtyřicet pět stupňů Celsia a pak na pět vteřin studenou vodu o teplotě patnáct až dvacet stupňů Celsia. Proceduru provádějte dvakrát až třikrát denně. Lepšího výsledku do-

sprchou pokud si do pokožky deset až dvacet minut před starou urinou.

Kožní zmizí, pokud se budete patnáct až dvacet minut denně nebo obden koupat v teplé vodě o teplotě třicet šest až třicet sedm Celsia. Dvakrát denně si opláchněte nohy ve studené vodě.

Léčení medem. Med je pro nemocné hepatitidou nepostradatelným. Nemocná potřebují nezbytné stopové prvky, jež jsou hojně zastoupeny právě v medu. Med dodává játrům potřebný energetický materiál, působí hojně na proces v orgánu samotném i ve žlučovodech a podporuje tvorbu

Je doporučován při chronické hepatitidě, žlučových kamenech a po operaci, protože med ovlivňuje kyselost žaludečních. Při chronické hepatitidě a se zvýšenou kyselostí je uživat med třikrát hodinu a půl až tři hodiny před jídlem.

Příprava: Jednu polévkovou lžici medu rozpustíte ve teplé vody (třicet stupňů Celsia) a vypijte. Tak denně po dobu jednoho a půl až dvou. Léčbu opakujte dvakrát do roka na jaře a na podzim.

I tento léčebný prostředek s mnoholetou tradicí dokáže obnovit správnou funkci jater.

Patnáct gramů rozpustíte v stech mililitrech vroucí vody kolem až sedmdesáti stupňů Celsia.

Na celý léčebný cyklus trvající dvacet jedna dnů budete potřebovat šedesát gramů mumia. uživat třicet kapek mumiového roztoku a postupně dávky zvyšujte na šedesát kapek, které pijte sedm dní. Od osmého berte jednu čajovou lžičku dvakrát půl hodiny před jídlem a zapívejte ovocnou šťávou, mlékem nebo minerální vodou.

Mumio působí na játra tak, aktivuje proces vstřebávání v trávícím traktu, pohlcování kyslíku a vylučování

enzymů v tkáních jater, žaludku a tlustého střeva. Snižuje se podíl cukru v krvi a zvyšuje množství kyselin.

gramy mumia rozpustit ve třech litrech vroucí vody a pijte jednu sklenici roztoku třikrát denně půl hodiny. Opakujte vždy před jídlem po dobu deseti dnů, pak si dejte pětidenní pauzu a v léčbě pokračujte až do vyléčení.

VIROVÁ HEPATITIDA

V případě virové infekce jater je léčba komplikovanější, protože viry se těžko vyvádějí z organismu ven a i po vyléčení se může stát, že v těle zůstane ložisko nemoci. Proto doporučuji po ukončení léčby pokračovat v preventivním ozdravném programu: konkrétně roční kúru s čemeřicí. Je to mírně jedovatá rostlina, jež spolehlivě ničí patogenní houby, plísňe, viry a mikroorganismy v krvi, lymfě a mezibuněčné tekutině. Ovšem pouze jednoroční léčba zaručí, že s infekcí v organismu definitivně skončí. Čemeřice navíc napomáhá obnovit látkovou výměnu a obnovuje funkci jater.

Užívejte ji večer, dvě až tři hodiny před spaním, protože v noci je její vliv na játra nejvyšší. Stačí půl malé lžičky smíchané s čajovou lžičkou medu.

ZÁNĚT KLoubŮ (POLYARTRITIDA)

onemocnění postihující více kloubů najednou.

Projevuje se bolestmi v kloubech, lokálními otoky, překrvením, sníženou pohyblivostí a deformací kloubů.

Rady a doporučení na léčení

- Proved'te celkovou detoxikaci organismu a zbavte se solí; postupujte v souladu s přirozenými biorytmy.
- Dodržujte přísnou dietu s omezeným obsahem sacharidů, solí a tekutin.
- Chod'te do páry, koupejte se v teplé vodě a poté si potírejte klouby olivovým olejem nebo rozehrátým máslem.

Recepty

Přikládejte si na postižená místa střídavě obklady z odpařené a staré uriny, neboť podporují rozpouštění solí.

- Několikrát denně se napijte uriny, stačí střední dávky o padesátí až sto mililitrech.

- *Dále* doporučuji recepty uvedené u léčby artritidy.

Bramborová léčba

- Také uvádím recept z dílny Almy Nexe, účinný při léčbě deformující polyartritidy. Uvařte brambory ve slupce, rozmačkejte je na kasičku přímo i s vodou, v níž se vařily (neslívajteji), a směs pojídejte v průběhu dne.

- Cikánská lidová medicína zná také recept s užitím brambor: ráno na lačný žaludek snězte jednu syrovou bramboru a později dvě nesolené brambory vařené ve slupce.

- Noste v kapse po celý den jednu syrovou bramboru. Jste-li vážně nemocný, vsákně vaši nemoc do sebe a uvnitř zčerná. Bramboru je nutné zakopat do země tak, aby na ni nikdo náhodou nenarazil

Hliněné zábaly. Kromě toho pomohou nemocným kloubům horké hliněné zábaly, přičemž léčebnou hlinu je možné předtím povařit v urině, protože tak lépe odvádí jedy z těla. Na zábal přiložte tkaninu nebo voskovaný papír, který omojtejte a upevněte.

ZÁNĚT KRČNÍCH MANDLÍ (TONZILITIDA)

Zánět krčních mandlí se ohlašuje bolestmi a pícháním v krku a také suchem v ústech, neboť sliznice je vysušená.

Nežádka jej doprovází celková slabost a bolesti hlavy a nemocný má při polykání pocit, že mu něco uvázlo v hrdle.

Rudy a doporučení na léčení

- * Očistěte svůj organismus od patologických hlenů, zejména v oblasti hlavy.

- Proplachujte si krk dezinfekčními roztoky.
- Nekonzumujte příliš ostrá jídla.

- * **Pijte** v dostatečné míře teplé nápoje.

- Provedte jednodenní hladovění (dvacet čtyři hodin) od snídaně do snídaně.

- Řiďte se recepty, jež uvádím u nemoci angína.

Recepty

Octový průplach. Ve dvou stech mililitrech řepné šťávy rozpusťte polévkovou lžící octa (nikoliv kyseliny octové) a roztokem si proplachujte pětkrát až šestkrát denně krk.

Tinktura z aloe. Listy aloe nasypte do poloviny půllitrové láhve a zasypte práškovým cukrem. Hrdlo láhve obvažte gázou a nechte tři dny uležet. Přilijte vodku, aby se láhev naplnila, a nechte odstát další tři dny. Před upotřebením procedte a vymačkejte, uživejte jednu čajovou lžičku tinktury třikrát denně před jídlem.

Léčebný koktejl. Do dvou set padesátí mililitrů kefíru přidejte dvě polévkové lžíce řepné šťávy, čajovou lžičku šípkového sirupu a vymačkejte do něj půlku citronu.

Urinové kloktání. Propláchněte si několikrát denně krk čerstvou urinou nebo citronovou šťávou. Převalujte urinou v ústech, jak dlouho můžete, deset až dvacet minut.

K očistě těla se nejvíc hodí směs, která se ze šedesátí až devadesátí procent skládá z čerstvé a z deseti až čtyřiceti procent staré, čtyřdenní až sedmidenní uriny, a také odpařená nebo rozmražená urina.

litinový průplach nosu. Loknete si lichý počet doušek uriny na lačný žaludek a propláchnete si s ní nos. Tato metoda už vyléčila mnoho pacientů ze zánětu krčních mandlí.

ZÁNĚT KŮŽE (DERMATITIDA)

Termín dermatitida znamená obecné označení různých druhů zánětlivých onemocnění kůže, která vznikají při působení vnějšího dráždění.

Dermatitida způsobená klíšťaty

Recepty

- Přiložte si na postižené místo obklad z odpařené uriny (na čtvrtinu původního objemu).

- Účinnější jsou obklady ze staré moči, neboť klíště donutí opustit tělo hostitele.
- Provádějte urinové klystýry.
- Tváře si pomazete čerstvou urinou a pijte ranní urinou.
- Praktikujte ozdravné hladovění na urině a vodě.
- Klíšťovou dermatitidu vyléčí komplexní léčení zahrnující obklady, klystýry i hladovění.

ZÁNĚT KŮŽE, SVĚDIVÝ (NEURODERMITIDA)

Jedno z nejtěžších zánětlivých onemocnění kůže spojené s tvorbou ohraničených ložisek z pupínků, doprovázené úporným svěděním. Kůže se zevnějšku mění, je ohrublá, tvrdá a „členitá“.

Svědění může být velmi silné, přesto není třeba pokožku škrábat, protože může začít mokvat. Neurodermitida je zpravidla lokalizovaná, nejčastěji na krku, loktech a podkolenních jamkách a také v oblasti hráze. Příčinou svědivého kožního zánětu může být endokrinní nebo nervová porucha, intoxikace, nemoc jater a porucha trávení nebo látkové výměny.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte životní pole.
- Pročistěte střeva.
- Pročistěte játra.
- Změňte stravovací návyky a skladbu potravy: vynechejte ostrá, slaná a kyselá jídla.
- Pijte hodně šťáv, zejména čerstvě vymačkanou mrkvovou a celerovou šťávu, někdy smíchanou s jablečnou nebo řepnou.
- Proveďte kúru urinového hladovění.

Recepty

- Každý den pijte padesát až sto mililitrů čerstvé uriny, střední porci.
- Zbavte se zácpy. Právě ta často způsobuje neurodermitidu a s jejím odstraněním se nezdědky vytratí i sama nemoc. Proběhne detoxikace organismu a kůže se začne obnovovat.

- Promývejte si zasažená místa na kůži urinou.

Příklad. Pacientka trpěla vleklým zánětem kůže přes dvacet let. Odhodlala se na dvacet čtyřdenní kúru urinového hladovění, při němž nastalo dvaadvacátý den viditelné zlepšení a po jejímž ukončení se kůže zcela očistila.

ZÁNĚT LEDVIN (GLOMERULONEFRITIDA)

Akutní difúzní zánět ledvin (glomerulonefritida) je celkové onemocnění organismu, postihující především glomerulus - klubičko krevních kapilár.

Při vzniku nemoci hrají zpravidla hlavní roli streptokokové infekce, například angína, spála, zápal plic a podobně, ale také nachlazení a podchlazení. Riziko výskytu zánětu ledvin se zvyšuje, pokud má nemocný v těle ložisko jiné nákazy, například kazící se zuby (*karies*), chronický zánět krčních mandlí nebo zánět nosních dutin.

Symptomy. Celková slabost a schvácenost, bolesti hlavy, otoky na tvářích, krev v moči, bolest v bederní oblasti či v kříži a zvýšení arteriálního tlaku.

Rady a doporučení na léčení

- Nejezte příliš slaná ani ostrá jídla.
- Konzumujte ve větším množství ovoce a zeleninu a pijte hodně šťáv.

ZÁNĚT LEDVIN (NEFRITIDA)

Akutní zánětlivé onemocnění ledvin, jež může mít chronickou i akutní podobu.

Akutní nefritida se někdy objeví jako samostatné onemocnění, zejména v průběhu léčby angíny nebo zánětu hltanu (*faryngitida*). Na těle se objevují otoky a nemocný se zadýchává, protože cévy jsou kvůli zadržovaným tekutinám přeplněné. Nemoc charakterizuje nedostatečné vypuzování moči, která obsahuje bílkoviny a krev.

Chronická nefritida je časté onemocnění, doprovázené vysokým arteriálním krevním tlakem.

Rady a doporučení na léčení

- Dbejte na normální stravování, řiďte se biorytmy a přírodními cykly, například po šestnácté hodině nejezte a pijte jen odvary.

- Pročistěte si tlusté střevo urinovými klystýry.
- Pročistěte své životní pole, zahojí se i případné defekty na ledvinách.
- Jakmile se nemoc zhorší, ihned přejděte na důslednou dietu s omezeným přísunem solí, tekutin a živočišných bílkovin.
- Dávejte si pozor, abyste se nenachladili.

Recepty

Urinová léčba

- Třikrát denně před jídlem vypijte padesát až sto mililitrů uriny, vždy jedním douškem.
- Na ledviny si přikládejte obklady z vlněné tkaniny, namočené v **urině**, a **nechte** působit alespoň dvě hodiny. Vyzkoušejte různé druhy uriny, dětskou, aktivovanou nebo odpařenou.
- V obzvlášť těžkých případech proveďte **urinové** hladovění a hodinovou až tříhodinovou masáž celého těla. Dojde ke zdravému okyselení organismu, při němž se vytratí veškerá ložiska infekcí v ledvinách.

Sladký pelyňkový odvar. Vezměte sto gramů pelyňku a **nechte** jej dvacet čtyři hodin namočený ve studené vodě. Pak přelijte do uzavíratelné nádoby a povařte na mírném ohni. Přidejte čtyři sta gramů cukru nebo medu, znovu zavřete a vařte dalších patnáct až dvacet minut. Polykejte po jedné čajové lžičce třicet minut před jídlem.

Březová tinktura. Do jednoho litru sedmdesátiprocentního lihu přidejte třicet až čtyřicet gramů březových pupenů a **nechte** týden odstát. Užívejte třikrát denně patnáct až dvacet kapek rozpuštěných ve lžičce vody.

Ovesný odvar. Přelijte jednu sklenici ovsu pěti až šesti sklenicemi horké vody a povařte na mírném ohni padesát až šedesát minut, ale dbejte, aby odvar nezačal vřít. Uchovávejte v lednici.

Proti zánětu ledvin pomáhá *odvar z cibulových slupek*.

ZÁNĚT LEDVIN, HNISAVÝ (PYELONEFRITIDA)

Bakteriální hnisavý zánět ledvin, tj. zánět ledvinné pánvičky a ledvinného parenchymu.

Pyelonefritida může být druhotným onemocněním (pokud jí předchází jiné nemoci) anebo primárním, může být jednostranná či oboustranná, v akutním či chronickém stadiu. Kromě toho se někdy vyvine z jiných nemocí, tj. jde o druhotné onemocnění.

Na začátku provází nemoc provází vzestup tělesné teploty, celková slabost a ochablost, nevolnost a zvracení a také intenzivní bolesti v bederní oblasti. Později se nezřídka dostaví časté a velmi bolestivé močení.

Rady a doporučení na léčení

- Upravte stravovací režim podle biorytmů, například nejezte po šestnácté hodině.

- Pročistěte své životní pole.
- Doporučuji mléčnou a rostlinnou dietu.
- Hodně pijte, aby se vám pročistily močovody.
- Proveďte urinové hladovění.
- Pijte odvar z cibulových slupek.

Recepty

Březová tinktura. Třicet až čtyřicet gramů březových pupenů přelijte jedním litrem sedmdesátiprocentního lihu a **nechte** týden odstát. Užívejte třikrát denně patnáct až dvacet kapek rozpuštěných ve lžičce vody.

Urinová terapie při pyelonefritidě. Pijte třikrát denně před jídlem čerstvou urinou, padesát až sto mililitrů jedním douškem.

Na oblast ledvin si přikládejte obklady z vlněné tkaniny, namočené v **urině**, například dětské, aktivované nebo odpařené, to si vyberte podle vlastního uvážení. V těžkých případech doporučuji hladovění s urinou a hodinovou až tříhodinovou masáž celého těla.

Některí čtenáři zaslali vlastní program urinoterapeutického léčení: nejprve provedli předběžnou očistu střev, poté bez omezení popijeli zlatavý mok a zaváděli si klystýry z dvou

set padesát mililitrů odpařené uriny; mnozí se takto vyléčili z hnisavého zánětu ledvin.

ZÁNĚT MÍŠNÍCH KOŘENŮ (RADIKULITIDA)

Mišní kořeny jsou nervová vlákna vystupující z páteře. Často se zamítí jde o onemocnění periferního nervového systému čítajícího nervy umístěné centrální nervovou soustavu.

Radikulitida vzniká následkem úrazu, poruchy látkové výměny, onemocnění nervových kořenů a intoxikace organismu.

Postihuje bederní, ramenní a krční oblast (v závislosti na lokalizaci) a všechny typy mohou mít jak akutní, tak chronickou formu.

Bederní radikulitida je nejčastější formou zánětu. Vyvíjí se z degenerativních procesů meziobratlových disků, pojiva a páteřních kloubů a má tendenci měnit se na chronickou s recidivami. Charakterizují ji intenzivní bolesti soustředěné převážně v bederní oblasti a u kříže, jež nezřídka vystřelují do holení či chodidel (jedné nebo obou nohou) a které zesilují při chůzi, kašli, kýčání a prudkých pohybech obecně.

Rady a doporučení na léčení

- Proveďte úplnou detoxikaci organismu, očistěte své tělo od zatěžujících solí.
- Je zakázáno zvedat, nosit a přemísťovat těžké předměty.
- Sportujte a cvičte, ale s mírou, například občas si jděte zaplavat (ale ne v období recidivy nemoci). Vyloučeny jsou všechny cviky na posílení břišních svalů.
- Při zhoršení nemoci není vhodné poskakovat a běhat, protože se vytváří velký tlak na meziobratlové dílky a nemocná místa se natřásají.
- Spěte na tvrdé posteli.
- Vyhýbejte se nachlazení a nepracujte v nevyhovujících podmínkách, například při nízké teplotě nebo velké vlhkosti vzduchu.

Recepty

- Na nemocná místa si přikládejte obklady z vlněné tkaniny, namočené v odpařené nebo velmi staré urině (můžete je střídat).
- Vezměte kousek gázy, několikrát jej přeložte přes sebe na několik vrstev a namočte v urině. Obklad přiložte na nemocná záda, obalte do voskovaného papíru nebo igelitu, zavažte ručníkem nebo vlněným šátkem a takto se uložte ke spánku. Ráno se osprchujte teplou vodou bez mýdla.
- Několikrát denně pijte padesát až sto mililitrů uriny.
- Třikrát denně před jídlem vypijte tři čtvrtě sklenice „živé“ vody a opakovaně ji užívejte dvacet čtyři hodin - to by mělo stačit, aby bolesti ustaly. Někdy přejdou už během dvaceti až čtyřiceti minut.
- Připravte si hliněný zábal s urinou, třeba starou, odpařenou nebo dětskou, noste jej na bedrech. Nejlepší období k užívání je druhá a čtvrtá měsíční fáze, kdy se organismus všeho zbavuje.

Křenový zábal. Omyjte křenový kořen, očistěte jej, umelte v mlýnku na maso a promíchejte, abyste získali smetanovou hmotu. Tu naneste na bavlněnou tkaninu jako těsto, aby vytvořila vrstvu o tloušťce jednoho centimetru, a přiložte na nemocné místo. Buďte připraveni, že bude mírně pálit jako hořčicový zábal, ale musíte to alespoň chvíli vydržet. Proceduru vykonávejte před spaním až do úplného uzdravení.

ZÁNĚT MOČOVÉHO MĚCHÝŘE (CYSTITIDA)

Do močového měchýře snadno pronikne infekce a způsobí zánětlivé onemocnění zvané cystitida. Dělí se na *katarální* a *ke-moragickou* a může mít akutní či chronický průběh. Má na ni velký vliv nachlazení a k onemocnění jsou více náchylné ženy.

Cystitida se projevuje bolestmi v podbříšku a kříži, bolestivým močením a krví v moči, zejména na konci močení. Analýza uriny zpravidla odhalí přítomnost bílkovin, leukocytů, erytrocytů a patogenních bakterií.

Rady a doporučení na léčení

- Proveďte krátkodobé hladovění o délce třiceti šesti až čtyřiceti dvou hodin.

- Jednou za tři až čtyři měsíce byste měli vydržet střednědobé, sedmidenní až čtrnáctidenní hladovění, po jehož ukončení je třeba nasadit správné stravování.

- Dodržujte dietu: jezte potraviny bez obsahu soli, tedy vyvarujte se koncentrovaných bílkovin, například masa, tvarohu, sýrů, ryb, fazolí a podobných potravin. Nejezte potraviny obsahující škrob, k nimž se řadí brambory a moučné výrobky, a umělý cukr, tedy různé sladkosti, bonbony či sladké nápoje, například kola a podobně.

- Zařaďte do jídelníčku čerstvou zeleninu, čerstvě vymačkané ovocné a zeleninové šťávy a celozrnné kaše.

- Pijte šťávu z klikvy, kterou můžete dle chuti míchat s jablečnou šťávou.

- Mějte své emoce pod kontrolou.

- Dbejte na pravidelnou stolici, pročistěte si organismus, užívejte zdravení pelyněk.

Recepty

- Vypijte každý den čtyři až šest sklenic čerstvě vymačkané mrkvové šťavy - patogenní mikroby se z močového měchýře vymyjí.

- Chodte na malou v pravidelných intervalech, neboť dlouhé zdržování moči je škodlivé. Stejně nevhodný je i opačný extrém - neustálé močení, proto byste měli dodržovat mezi chozením na malou tříhodinové až čtyřhodinové intervaly.

- Vždy vyprázdněte močový měchýř až na doraz - toho dosáhnete nejspíše v poloze na bobku. Pokud se vám zdá, že je močení završeno, lehce na močový měchýř zatlačte, nadzvedněte a zkuste ze sebe dostat ještě trochu moči.

- V některých případech zostřuje průběh zánětu močového měchýře pohlavní styk. Máte-li k tomu jevu sklony, zkuste se vždy před pohlavním aktem a po něm vymočit.

- Při koupeli se vyvarujte husté pěny a nepoužívejte silně aromatizovaná mýdla, protože obojí vysušuje pokožku, snižuje kyselost v pochvě a ztěžuje močení, takže jsou pohlavní orgány a močový kanál před infekcí bezbranné.

- Když se chronický zánět močového měchýře zhoršuje, nemocného často trápí silné pálení a má nepříjemné pocity. Doporučuji dvakrát denně pít tři sta mililitrů čerstvě vymačkané mrkvové nebo směsi jablečné a řepné šťávy. V létě jezte v neomezeném množství melouny.

ZÁNĚT MOZKOVÝCH BLAN (MOZKOVÝCH A MÍŠNÍCH OBALŮ, MENINGITIDA)

Recepty

Mléčný koktejl s mákem. Do termosky nasypte jednu polévkovou lžící máku a jednu polévkovou lžící kostivalu lékařského a přelijte dvěma sklenicemi horkého mléka. Nechte minimálně dvě hodiny uležet a popíjejte v průběhu dne. Léčení trvá dva až tři týdny.

Léčebná směs s medem a aloe

Med - 100 gramů

Aloe - 50 gramů

Oman pravý, kořínky - 50 gramů

Bukvice lékařská, stvol a listy - 50 gramů

Šalvěj, stvol a listy - 50 gramů

Směs nasypte do nádoby, nalijte na ni dva litry bílého vína a postavte do větší nádoby naplněné vodou. Hodinu ji povařte na plotně a druhou hodinu nechte odstát, aby vychladla.

Nakonec ji procedte a užívejte jednu polévkovou lžící třikrát až čtyřikrát denně půl hodiny před jídlem.

Zánět mozkových obalů - léčebné bylinkové čaje

1. Ibišek, kořínky - 100 gramů

Lopuch, kořínky - 100 gramů

Tužebníkjilmový - 100 gramů

Kopřiva, kořínky - 75 gramů

Kosatec, kořeny - 75 gramů

Tři polévkové lžíce bylinkové směsi položte do smaltovaného kastrolu a nalijte na ni tři sklenice studené vody. Povařte na mírném ohni, necht' půl hodiny bublá pod pokličkou, odstavte a po celý den popíjejte.

2. Šalvěj - 100 gramů

Jitrocel - 75 gramů

Mateřídouška - 75 gramů

Meduňka - 75 gramů

Lípa, květy - 75 gramů

Dvě polévkové lžíce směsi nasypete navečer do termosky a přelijte dvěma sklenicemi horké vody. Ráno je sceďte a užívejte sto mililitrů čtyřikrát denně.

Zánět míšních obalů. Navečer nasypete do termosky polévkovou lžici čerstvých kvítků vinné révy a zalijte sklenicí horké vody. Ráno sceďte a užívejte padesát mililitrů třicet minut před jídlem.

ZÁNĚT MOZKU (ENCEFALITIDA)

Tento název se vztahuje na vícero zánětlivých onemocnění mozku způsobených zejména viry, bakteriemi a dalšími choroboplodnými mikroorganismy.

Encefalitida může být jako prvotní nebo druhotné onemocnění. V prvním případě jsou na vině neutropní kmeny virů, jimž se podaří proniknout do mozku. K nejznámějším druhům tohoto typu se řadí klíšťová encefalitida, dále encefalitida přenášená komáry či způsobená virem pásového oparu (herpetickými viry) a arboviry.

Ve druhém případě se encefalitida vyvine jako následek celkové nákazy mozku nebo lokální infekce, například při revmatismu, chřipce, spalničkách, zarděnkách, planých neštovicích a podobné. Zánět postihuje šedou a bílou kůru mozkovou, lebeční nervy a další.

Recepty

Klíšťová encefalitida. Sterilizujte urinou nemocného a pak mu zaveďte podkožní injekci; s léčbou pokračujte až do úplného uzdravení.

pokud se pacient bojí injekcí, přikládejte mu na ledvi-
v silný urinový obklad, který je třeba často měnit, neboť rychle usychá.

ZÁNĚT NOSNÍCH DUTIN (VEDLEJŠÍCH NOSNÍCH DUTIN, SINUSITIDA)

Zanítí se sliznice a někdy i kostní stěny vedlejších nosních (paranasálních) dutin. Často představuje komplikaci chřipky či akutní rýmy, ale objevuje se i při těžkých nemocech, jako jsou spalničky či černý kašel.

Příznaky

Tlak a napětí v zasažených dutinách, hlenový a hnisavý výtok z nosu, bolesti hlavy, neuralgické bolesti v čelní oblasti, na spáncích a na lícních kostech, bolesti čelistí a zubů.

Rady a doporučení na léčení

- Proved'te komplexní detoxikaci organismu, důsledně projděte všemi etapami.
- Doporučuji léčebné prohřívání.
- Urinoterapie.
- Vyvarujte se produktů, které podporují tvorbu hlenů v těle, například mléko, mléčné výrobky a produkty obsahující oleje a máslo.
- Hladovění velmi napomáhá očistnému procesu.

Recepty

Očista dutin. Nachlazení má vždy za následek zvýšenou tvorbu hlenů, jež procházejí skrze paranasální a čelní dutiny. Je nezbytné o dutiny pečovat a čas od času je důkladně pročistit, neboť se v nich hleny mohou ukládat. Sice jsou z velké části z organismu vyloučeny, ale jejich zbytky mohou ulpět na stěnách a postupně se proměnit ve xerogel čili tvrdý obal nebo, chcete-li, kůrku. Musíte postupně projít všemi etapami očisty: zatvrdlé hleny změkčete a rozředíte, aby byly takřka tekuté, a poté dutiny pečlivě vyčistíte od veškerých hlenových zbytků.

Redění hlenů. Hleny se nejlépe změkčí při prohřívání; můžete k tomu využít libovolnou metodu. Nejvhodnější je para a lokální vodní lázně; procedura trvá pět minut a poté je nutné hlavu ochladit ve studené vodě. Žádoucí je opakovat prohřívání třikrát až pětkrát a střídát je s chladivým oplachováním.

Můžete do vody přidat další ingredience nebo bylinky. Zde uvádím některá vhodná doporučení.

1. Mentolové výpary. Mají schopnost změkčovat a ředit slisované a ztuhlé hleny, aby mohly z dutin vytéci. Připravte si inhalační roztok: uveďte do varu malý hrnec s vodou a přidejte do něj zrnka mentolu. Pak jej odstavte a nakloňte se nad něj, přes hlavu si přehoďte osušku nebo ručník, aby léčebná pára zbytečně neunikala, a zhluboka dýchejte nosem. Využívejte proceduru, dokud se teplá mentolová voda odpařuje. Po několika takovýchto léčebných inhalacích hleny z dutin vytečou a přestanou vás trápit vleklé záněty.

2. Výpary z brambor. Obdobné schopnosti jako mentolové výpary má i pára z brambor vařených ve slupce. Brambory uvařte, slijte vodu, zakryjte si hlavu osuškou a zhluboka nosem dýchejte jejich výpary.

3. Lihová propolisová tinktura. Uveďte do varu hrnec s vodou, *vlijte* do něj půl čajové lžičky lihové propolisové tinktury, zakryjte si hlavu osuškou a dýchejte hojivé výpary.

4. Ebonitový disk. Vezměte disk o průměru sto deset milimetrů a tloušťce deset milimetrů a obruste ho z jedné strany. Ebonitový disk při tření vytváří na kůži elektrický náboj, který se přenáší na hlenovou masu, takže se jeho kusy navzájem odpuzují, a tím dochází k jejich ředění.

Pohladte se ebonovým diskem opilovanou stranou po obličejí (na čele, po tvářích, na podbradku a podobně) ve směru hodinových ručiček. Proveďte jeden obrat za vteřinu, celkem pracujte deset až patnáct minut dvakrát denně, ráno a večer.

5. Černá ředkev. Má silné pronikavé a ředící schopnosti kromě toho dezinfikuje a drtí. Při zánětlivých onemocněních dutin se velmi hodí, protože vypuzuje hleny ven.

Vezměte hlízu černé ředkve střední velikosti a umelte ji v mlýnku na maso nebo mixéru. Ředkvoovou kašičku si naneste na nosní a čelní dutiny a ovažte ručníkem.

Po nějaké době ucítíte, že ředkev začala působit - pálí a štípe. To pracují těkavé látky, obsažené v hlíze: ohřívají, ředí a dezinfikují. Celá procedura zabere jen deset až patnáct minut a vy byste to rozhodně měli vydržet, protože v opačném případě nedosáhnete potřebného efektu. U dětí s hebkou pokožkou je možné proceduru zkrátit.

Zpravidla stačí dvě až pět procedur, jedna denně a zcela si vyčistíte vedlejší nosní dutiny od hlenů a hlenových usazenin.

Doporučuji vám, abyste si ve dnech, kdy užíváte černou ředkev, ráno a večer, promývali nos vlastní urinou a zakapali jej pěti kapkami. To je nejlepší způsob, jak se definitivně zbavit hlenu. Namísto uriny můžete použít teplou slanou vodu.

Vyloučení hlenů

Jakmile se hleny alespoň částečně rozpustí a změkknou, je nutné je vyloučit přes čichovou kost, která odděluje nosní dutiny a dutinu lebeční, tedy mozek

K tomu je potřeba, abyste si promývali nosohltan tekutinou, jež by byla schopná vstřebat hnis a hleny, a tudíž volně procházela přes čichovou kost a rozpouštěla xerogel. K těmto účelům se nejvíc hodí vlastní teplá urina - má všechny nezbytné vlastnosti a je snadno dostupná. Alternativně použijte mořskou vodu nebo osolenou čistou vodu.

Nosohltan si propláchnete tak, že si ucpete jednu nosní dírku a druhou natáhnete do nosní dutiny tekutinu, již následně vyplivnete ústy. Totéž zopakujete i s druhou nosní dírkou a provádějte tak dlouho, dokud si zcela nepročistíte dutiny a nevrátí se vám normální zrak, sluch i hmat.

Očista zvukem. Čelní a nosní dutiny pročistíte zvukem, přesněji pronášením rozličných slov nebo jiných zvuků,

kteřé vyvolávají odpovídající vibrace v hlavě. Vibrace také vyhánějí hleny z těla ven, rozpouštějí zatvrdlé hrudky hnisu a slizu a stimulují vyživování tkání.

Nadechněte se a proneste pětkrát až šestkrát zvuk **ennnn** a později zopakujte totéž se zvukem **emmm**. Nejsilnější rezonanci vyvolává zvuk **y**, rovněž jej opakujte pětkrát až šestkrát.

Až ukončíte vibrační cvičení, promyjte si nosohltan urinou, osolenou vodou anebo roztokem z teplé vody a *Ljugolu* (roztok jódu, jodidu kalia a glycerinu), stačí dvě až tři kapky na dvě *stě* mililitrů vody.

ZÁNĚT OČNÍCH VÍČEK (BLEFARITIDA)

Oční víčka jsou zapálená, zčervenají a svědí, nemoc zpravidla trvá dlouho a je úporná.

Blefaritida nejčastěji postihuje děti a osoby, oslabené nevhodným stravováním. *Doprovází* také onemocnění alergického původu či tuberkulózu, poruchy látkové výměny a některé oční vady, kupříkladu dalekozrakost a astigmatismus.

Na vzniku nemoci se podepisují také nepříznivé vnější podmínky - prašné, větrné a zakouřené prostředí.

Symptomy. Mohou se lišit případ od případu. Při lehčí formě blefaritidy víčka svědí, zčervenají, jsou unavená a objeví se na nich specifické šupinky. V případě hnisavé formy blefaritidy se pokryjí stroupky anebo na nich vyskočí vřídky, zejména podél řas.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte organismus od hlenů patologického původu, zejména hlavu. Jedním z možných způsobů je promývání nosohltanu urinou.
- Dodržujte posilující dietu a stravujte se zdravě, zařaďte do jídelníčku zeleninové šťávy, především mrkvovou, a další produkty s vysokým obsahem vitamínu A.
- Praktikujte léčebné hladovění.

Recepty

- Denně si propláchněte oči čerstvou teplou urinou.
- Kapátkem si naneste opatrně do každého oka tři až pět kapek léčebného moku. Při lehčím průběhu nemoci stačí jednou denně, v těžších případech častěji, až do úplného vyléčení.

ZÁPÁL PLIC (PNEUMONIE)

Zánětem jsou zasaženy plicní tkáň, plicní lalok (lobární pneumonie) nebo plicní intersticiium (intersticiální pneumonie).

Pneumonii převážně vyvolávají viry (streptokoky, stafylokoky), ale jeho příčinou mohou být i bakterie, plísně nebo vdechnuté dráždivé chemické látky.

Akutní zápal plic vypukne náhle a projevuje se vysokou horečkou, bolestí v hrudním koši při dýchání, dusností a celkovou schváceností; zasažená je zpravidla jen část plíce.

Lalůčkový zápal plic se vyvíjí pozvolna, nemá prudký počátek a nezřídka doprovází zánět průdušek, chřipku nebo jiné nemoci (jako komplikace). Nemocný se cítí slabý, má zimnici a třesavku, bolesti v hrudním koši a kašel.

Rady a doporučení na léčení

- Očista organismu od patologických hlenů.
- Urinové hladovění.
- Odstraňte zácpu.
- Jezte potraviny bohaté na vitaminy, zejména v tekutém stavu; vylučte jídla s vysokým obsahem škrobu.
- Dbejte na dostatečný přísun tekutin.
- Masáž těla, dostatek pohybu.
- Teplé obklady na oblast hrudního koše.
- Pijte bylinkové výtažky a odvary, které podporují vylučování hlenů z organismu (i odchrchlávání).

Recepty

Urinoterapie při zápalu plic

- Vypij te jedním douškem padesát až sto mililitrů čerstvé uriny (střední porce).

- Při horečce si přiložte urinový zábal na tep.
- Na hrudní koš *přiložte* vlněnou tkaninu namočenou v odpařené urině.

Bylinková léčba

Odvar z omanu pravého. Rozmělněte dvacet gramů kořinků rostliny, nasypete do roztáté vody (dvě stě mililitrů) a dejte na deset minut povařit na mírném ohni. Odstavte, přelijte do termosky a nechte odstát čtyři hodiny. Před upotřebením sced'te, užívejte polévkovou lžící třikrát až čtyřikrát denně.

Jitrocel Nasypete do termosky polévkovou lžící sušených jitrocelových listů a zalijte sklenicí vroucí vody. Nechte dvě hodiny vyluhovat a sced'te, polykejte polévkovou lžící vývaru čtyřikrát denně před jídlem.

Pro nemocné, které trápí kašel: tři polévkové lžíce čerstvých jitrocelových listů v kastrolku smíchejte s medem v objemu tří polévkových lžic, postavte na teplou plotnu a nechte odstát asi na tři až šest hodin. Bere se jedna čajová lžička směsi před spaním, a protože je sladká, hodí se i pro děti.

Jedlové šišky. Polévkovou lžící šišek přelijte v termosce sklenicí vroucí roztáté vody, nechte hodinu vyluhovat a sced'te. Kdykoli cítíte nutkání ke kašli, polkněte jeden až dva doušky nápoje.

Bezové květy. Nasypete hrst sušených bezových květů do termosky (asi tak polévkovou lžící) a nalijte na ně půllitr horké roztáté vody. Nechte hodinu luhovat a slijte. Pije se sto až dvě stě mililitrů teplého nápoje, podle chuti oslazeného medem.

Bylinková směs s anýzem. Rostlina anýz má zvláštní prchavé vlastnosti, a proto působí příznivě na zhuštěný hlen v organismu a hlenové chuchvalce, rozpouští je a napomáhá jejich vyloučení. Je třeba ji však užívat ve směsi s jinými bylinkami, například této.

Anýz, plody -Jeden díl

Podběl, listy - jeden díl

Blín černý, květy -jeden díl

Proskurník, květ - dva díly

Mák, květy - dva díly

Ibišek, kořen - dva díly

Lékořice, kořen - pět dílů

Polévkovou lžící směsi dvě hodiny vyluhujte ve sklenici studené magnetizované roztáté vody, pak nechte projít vařem a přelijte do termosky. Pijte padesát mililitrů teplého odvaru přímo z termosky třikrát až čtyřikrát denně.

Balšám. Obsahuje éterické oleje, jež mají změkčující a zkapalňující hleny a rovněž napomáhají jejich snadnějšímu vyloučení z těla. Může se užívat samostatně anebo jako součást bylinkové směsi.

Balšám, bylinky - jeden díl

Ibišek, kořeny - dva díly

Podběl, listy - dva díly

Polévkovou lžící směsi v termosce zalijte dvěma sklenicemi vroucí roztáté vody a nechte chvíli odstát. Užívá se stometilitrová porce po jídle.

Kalina. Má hořkou chuť a stahující účinek, proto se hodí jako prostředek na odhlenění a odchrchlávání. Odvar se dělá z květů a plodů a podle chuti se do něj přidává med, který účinek nápoje posílí. Vezměte plody v množství jedné sklenice a nalijte na ně litr horké roztáté a podle možností i magnetizované vody. Deset minut povařte, přelijte do termosky a přidejte tři polévkové lžíce medu. Pijte sto mililitrů třikrát až čtyřikrát denně.

Ředkev. Je rovněž hořká, a proto je stejně jako předchozí rostlina nepřítelem hlenů. Vymačkejte z ní šťávu a přidejte do ní podle chuti jednu až dvě lžičky medu. Přelijte do pevně uzavíratelné nádoby a uložte do lednice. Pozor, připravte si každý den čerstvý roztok, neskladujte jej! Užívají se dvě polévkové lžíce před jídlem.

Vydlebejte v ředkvi otvor a zaplňte jej medem. Pak jej uzavřete odříznutým kouskem ředkve a nechte čtyři hodiny vyluhovat. Vytvoří se šťáva, kterou je třeba slít. Užívejte jednu polévkovou lžící před jídlem. Ředkvová šťáva organismus odhlcňuje a léčí kašel.

Syrovou ředkev nakrájejte na tenké plátky (asi šest až osm kusů) a každý polijte medem. Vyloučí se ředkvová šťáva, jíž je třeba konzumovat každou hodinu.

Upozornění. Léčebný účinek jmenovaných rostlin spočívá v tom, že obsahují éterické oleje. Ty však rychle vyprchají, a proto je nutné výtažky a šťávy skladovat v pevně uzavíratelných nádobách, necedit a zbytečně nepřelívat. Musíte je spotřebovat do jednoho dne, na druhý den je nutné připravit nový léčebný prostředek; platí to po celou dobu léčby.

Ovesné mléko. Nasypete do sklenice ovesná zrna, nejlépe nečištěná, přelijte půllitrem mléka a postavte na plotnu. Vařte za stálého míchání tak dlouho, až polovina původního objemu vyvře. Odpařený oves propasírujte, abyste získali kašovitě ovesné mléko (mělo by mít barvu kávy s mlékem a konzistencí připomínat tekutou kaši). Užívejte třikrát denně, pokaždé si připravte nové odpařené ovesné mléko. Budete muset třikrát denně vařit, ale stojí to za to, neboť přípravek je léčivý.

Do týdne se plíce začnou očisťovat od hlenů, poznáte to podle dlouhých a silných záchvatů kašle (někdy trvají i dvacet až třicet minut). Při pokročilém stadiu pneumonie se vylučují presované chuchvalce nazelenalých hlenů.

ZÁNĚT POHRUDNICE (PLEURITIDA)

Doprovází zápal plic, včetně tuberkulózního, a je součástí některých celkových onemocnění, mimo jiné revmatismu.

Projevuje se bolestmi v hrudním koši při dýchání, kašlem, dýchavičností a zvýšenou teplotou.

Rozlišuje se suchý zánět, kdy není přítomna v pohrudniční dutině tekutina, a vlhký zánět s tvorbou výpotku.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte organismus od patologických hlenů.
- Proveďte očistu tlustého střeva.
- Praktikujte urinové hladovění.
- Nekonzumujte potraviny obsahující škrob, protože podporují tvorbu hlenů v organismu.

- Na hrudní koš si přikládejte obklady.
- Pro lepší rozpouštění hlenů užívejte bylinkové výtažky, uvedené u léčby nemoci zápal plic (předchozí).

Recepty

Urinoterapie

- Užívejte vnitřně dvakrát až třikrát denně urinu v objemu sto mililitrů. Nejvhodnější je dětská, protože obsahuje hodně prvků podporující imunitu.
- Na hrudní koš si přikládejte vlněnou tkaninu namočenou v odpařené močovině. To podporuje pocení a detoxikaci organismu kůží, navíc se hleny a výpotky rozpouští a mohou volně odcházet.
- Také některé bylinkové výtažky podporují rozpouštění a vylučování hlenů.

První příklad. Pacientka a měla těžkou formu pleuritidy a její hrudní koš byl doslova přečpaný hleny. Začala pít chlapeckou urinu svého syna a brzy se dočkala obratu k lepšímu: zaprvé se prostředí v jejím organismu natolik zakyselilo, že v něm už infekce nemohla existovat, a za druhé se jí zvýšila imunita.

Druhý příklad. Jde o děvčátko staré půldruhého roku, jež bylo v nemocnici léčeno všemi dostupnými prostředky, ale bohužel bezvysledně. Nakonec si je babička vzala domů a vyléčila svými vlastními prostředky: třikrát denně jí dávala pít teplou urinu a ve zbytku namáčela obklady, které jí přikládala na žebírka.

Pleuritida v dětském věku vzniká jako následek nesprávného stravování. V tomto případě urina vyhnala z těla ven přebytečnou vodu a hleny, zatímco obklady dívčino tělo prohrály.

ZÁNĚT POCHVY (KOLPITIDA)

Pochva může být infikována různými mikroorganismy, které v ní vyvolají zánět. Ten vzniká také při poruše látkové výměny, nedostatku hormonů, při poranění pochvy nebo působení chemikálií.

Pro zánět pochvy je charakteristický hlenový nebo hnisavý bílý výtok, pocit těžkosti ve spodní části břicha a nepříjemné pocity v pochvě.

Recepty

- Praktikujte urinové hladovění.
- Každý den užívejte vnitřně sto až sto padesát mililitrů čerstvé uriny.
- Proplachujte si pochvu čerstvou nebo odpařenou urinou, snáze se obnoví přirozené kyselé prostředí uvnitř orgánu.

Pelyňková léčba

Střídejte dny urinového hladovění a dny, kdy popijíte výtažek z pelyňku. Čajovou lžičku sušených bylinek přelijte čtvrt litru vroucí vody a ~~nechte~~ deset minut odstát. Pijte třikrát denně jeden šálek pelyňkového odvaru do doby jednoho až sedmi dnů. Dvakrát denně si udělejte pelyňkový výplach pochvy - vždy ráno a večer. Polykejte chlebové kuličky s pelyňkem, jež připravíte tak, že několik kvítků rostliny, které nejsou větší než špendlíková hlavička, obalíte do chleba. Kuličky polykejte před jídlem anebo po jídle.

Varování: Osoby s podrážděným principem větru by měly užívat pelyňkový nápoj velmi opatrně.

ZÁNĚT POŠEVNÍ SLIZNICE (VAGINITIDA)

Jde o zánět poševní sliznice.

Pochva může trpět různými druhy infekcí vyvolávanými celou řadou mikroorganismů, například gonokoky, streptokoky a stafylokoky, ale také houbami a plísněmi. Jestliže se naruší celková látková výměna v organismu a nedostává se mu určitých hormonů, může vypuknout zánět pochvy. Vyvolat jej může i chemické poškození nebo úraz.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte životní pole.
- Pročistěte tlusté střevo.

- Proved'te detoxikaci jater.
- Zbavte se zácpy.
- Změňte stravování, zejména omezte užívání sladkostí, bílkovin a potravin s vysokým obsahem škrobu.
- Pročistěte organismus od patologických mikroorganismů pelyňkem, užívejte elixír Trojčátka.

- Proved'te urinové hladovění.

Recepty

Urinoterapie

- Vypijte jednou denně najednou zátah padesát až sto mililitrů vlastní moči.

- Proplachujte si pochvu urinou.
- Při infekčních onemocněních vagíny doporučuji střídavé omývání studenou a teplou urinou: nejprve během čtyř až sedmi dnů starou, teplou anebo rozmraženou a potom i odpařenou urinou. Případně můžete zkusit jinou variantu: nejprve starou a potom dětskou urinou, možností je mnoho. Promývání starou urinou je nutné, aby se vytvořilo alkalické prostředí, očistila se sliznice a zahubily se škodlivé mikroby, houby a plísně. Druhé promývání zase přirozeným způsobem reguluje kyselost v pochvě a na její sliznici.

- Na noc si do pochvy zavádějte tampony nasycené urinou, nejprve čerstvou nebo dětskou a poté odpařenou.
- Připravujte si horké ~~sedavé~~ koupele přidáním sto až pěti sty mililitry uriny, odpařené na čtvrtinu objemu.
- V těžkých případech užívejte každé ráno na lačný žaludek vnitřně padesát mililitrů uriny.

Pelyňková léčba

- Urinové hladovění kombinujte s pitím pelyňkového výtažku, léčba trvá sedm dní i déle.
- Čajovou lžičku sušeného pelyňku spařte ve čtvrt litru horké vody a ~~nechte~~ deset minut vyluhovat. Pijte třikrát denně jeden šálek.
- Proplachujte si postižená místa odvarem z pelyňku.

- Zabalte několik kvítků pelyňku do chlebové střídy, respektive z nich uhněťte chlebové kuličky. Kvítka jsou velmi malá, jako špendlíková hlavička. Chlebové „pilulky“ polykejte před jídlem nebo po jídle.

Varování: Lidé s rozbouřeným principem větru by měli užívat výtažek jen opatrně.

ZÁNĚT PROSTATY (PROSTATITIDA)

Zápal předstojné žlázy (prostaty) může mít akutní i chronickou formu. Původcem je gonokok, stafylokok nebo streptokok, případně může jít o tuberkulózní infekci.

Symptomy akutní prostatitidy: pálení v močové trubici, časté nutkání na močení, doprovázené bolestí, hlen v moči a někdy i zvýšená teplota. Nemocný cítí silné bolesti v podbřišku a zadržuje moč. A pokud se objeví absces, průběh nemoci je ještě těžší.

Z akutního zánětu prostaty se může vyvinout *chronický*, ovšem ten vzniká i jako samostatné onemocnění. Charakteristická je celková slabost, tupé bolesti v podbřišku a oblastech bederní a kříže, funkční poruchy pohlavní soustavy a časté močení.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte své životní pole.
- Pročistěte tlusté střevo.
- Upravte krevní oběh a vnitřní prostředí v organismu.
- Doporučuji střednědobé, alespoň čtrnáctidenní, hladovění s urinou.

Recepty

- Pět až deset dní užívejte čtyřikrát denně před jídlem polovinu sklenice „živé“ vody.

- Každý den pijte svou ranní moč, stačí střední dávka dvacet až sto mililitrů.

- Řiďte se recepty uvedenými u nemoci adenom předstojné žlázy.

Osiková tinktura. Nejprve vysušte sto gramů osikové kůry jakýmkoli způsobem, jen ne na přímém slunci. Nasekejte ji na malé kousky o velikosti tři až čtyři centimetry, nasyp-

te do skleněné púllitrové láhve a zalijte dvěma sty mililitry vodky. Kousky kůry napěchujte dřevěnou paličkou a pečlivě uzavřete. Nechte odstát na dva týdny na tmavém místě.

Osikovou tinkturu, která by správně měla být tmavohnědá, přelijte do jiné tekutiny (asi sto mililitrů) a užívejte dvacet kapek rozpuštěných v patnácti až dvaceti mililitrech vody třikrát denně před jídlem, provádějte léčbu dva až dva a půl měsíce.

ZÁNĚT PRŮDUŠEK (BRONCHITIDA)

Jde o zánětlivé onemocnění průdušek, při němž je zasažena zejména sliznice.

Bronchitida se často dostaví ruku v ruce se zánětem horních cest dýchacích. Vyskytuje se v chronické i akutní podobě.

K nejčastějším symptomům zánětu průdušek patří celková slabost a schvácenost, zimnice, zvýšená teplota (ale ne vždy) a kašel. Akutní bronchitidě nezřídka předchází katar horních cest dýchacích a kašel, který je nejprve suchý a potom s odkašláváním hlenů.

Stejné symptomy pozorujeme i při zhoršení chronické bronchitidy. Dále se může objevit dýchavičnost, zrychlený tep a namodralé rty - výsledek narušené funkčnosti dýchacích orgánů a krevního oběhu. Akutní bronchitida trvá od několika týdnů po několik měsíců, ale může trvat i celé roky; střídá se u ní období útlumu (*remise*) a zhoršení (*recidiva*).

Rady a doporučení na léčení

- Celková očista organismu od zahlenění.
- Urinoterapie.
- Ozdravné hladovění.
- Tepelné procedury.
- Změna jídelníčku: Zcela vylučte potraviny obsahující škrob, například chléb, brambory, dále mléko, tuky a koncentrované bílkovinné potraviny (vejce a tuky).

Recepty

Komplexní metoda léčby zánětu průdušek

1. Užívejte urinou vnitřně, dvakrát až třikrát denně sto mililitrů.

2. Na hradní koš si přikládejte urinový obklad z vlněné tkaniny. Vydržte alespoň hodinu až dvě, dokud se nezapotíte: tělo se kůže detoxikuje a zbaví se hlenů a dalších patologických projevů.

3. Proveďte urinové hladovění, jehož délka závisí na vašich možnostech a rozsahu nemoci.

4. Každý den v pět hodin ráno snězte čtvrt čajové lžičky prášku z čemeřice kavkazské a zapijte ji sklenicí vody. Léčení trvá od jednoho do šesti týdnů, v těžších případech i déle.

Vyléčení pětiletého chlapce

Uvedu konkrétní příklad vyléčení bronchitidy pětiletého chlapce. Nejprve byla od třetí do páté hodiny ranní shromažďována chlapcova vyloučená moč. Po celý týden popíjel malý pacient každé ráno padesát mililitrů uriny jedním douškem a k tomu dostával obklady na hrudník a horní část zad. Navíc třikrát denně popíjel výtažek z kořene lékořice.

Přestože se po týdnu uzdravil, často se mu vracelo nachlazení. Tak mu preventivně promývali nosohltan urinou; a když se mu přitížilo, dostal opět ranní urinové koktejly. Později se bronchitida zcela vyléčila a chlapce přestaly sužovat i častá nachlazení.

Urinové inhalování. Pokud se infekce dostala do plic, měli byste je očistit od zahlenění: pět až patnáct minut dýchejte výpary ze staré uriny.

Kořeny omanu pravého. Jde o velmi efektivní prostředek: dvacet gramů rozmělněných kořínků deset minut vaříte v rozáté vodě na mírném ohni. Poté nalijte do termosky, nechte čtyři hodiny vyluhovat a hotové scedte. Užívejte jednu polévkovou lžici třikrát až čtyřikrát denně před jídlem.

Štáva z ředkviček. Smíchejte ji s medem a popíjejte jednu až dvě polévkové lžice před jídlem. Štávu užívejte vždy čerstvou, nikdy ji neskladujte na příští den.

Jitrocel - pomocník při bronchitidě

Jednu polévkovou lžici sušených jitrocelových listů přelijte jednou sklenicí vřelé vody a dejte na dvě hodiny

uležet. Užívejte polévkovou lžici odvaru čtyřikrát denně před jídlem.

Pokud vás trápí záchvaty kašle, připravte si přípravek s medem: tři polévkové lžice čerstvých listů jitrocele smíchejte se třemi lžicemi medu, pevně uzavřete v malém hrnci a postavte na tři až šest hodin na teplou plotnu. Při správném postupu získáte sirup, jež užívejte v menším množství, jednu čajovou lžičku před jídlem. Sirup má příjemnou chuť, a proto je vhodný i pro děti.

Léčebná bylinková směs I.

Anýz, plody – jeden díl

Podběl, listy -jeden díl

Blín černý, květy– jeden díl

Proskurník lékařský, květy- dva díly

Vlčí mák, květy- dva díly

Tymián, stvol - dva díly

Ibišek lékařský, kořen - dva díly

Lékořice, kořeny - pět dílů

Jednu polévkovou lžici bylinkové směsi nasypte do sklenice s magnetizovanou roztátou vodou a nechte dvě hodiny odstát. Potom krátce povařte a horkou vodu přelijte do termosky. Léčebný odvar se pije teplý, stačí padesát mililitrů třikrát až čtyřikrát denně.

Léčebná bylinková směs II.

Balšám, bylinky -jeden díl

Ibišek lékařský, kořen - dva díly

Podběl, listy - jeden díl

Polévkovou lžici směsi přelijte dvěma sklenicemi horké roztáté vody a nechte uležet v termosce. Pijte stomililitrovou porci po jídle.

ZÁNĚT SLIZNICE DĚLOŽNI (ENDOMETRITIDA)

Zánět sliznice v dutině děložní, vyvolaná streptokokovou, stafylokokovou nebo gonokokovou infekcí, řidčeji patogenním kmenem tyčinkovité bakterie escherichia coli.

Většinou má akutní průběh s vysokými horečkami a bolestmi v podbřišku, v nejtěžších případech vyvolává neplodnost.

Rady a doporučení na léčení

- Vyhýbejte se stresu.
- Buďte fyzicky aktivní.
- Neužívejte hormonální antikoncepční přípravky.
- Proveďte celkovou detoxikaci organismu.
- Doporučuji střednědobé ozdravné hladovění o délce sedmi až čtrnácti dnů.
- Omezte spotřebu tuků, zejména olejů a másla.
- Pravidelně cvičte, dbejte na dostatek pohybové aktivity.
- Doporučuji meditativní gynekologickou masáž a autogenní trénink zaměřený na ozdravení ženské pohlavní oblasti.

Recepty

- Na noc si do pochvy zaveďte tampon nasycený odpařenou urinou.
- Až ukončíte očistu jater a střev, přistupte k sedmidenní komplexní kúře zahrnující urinové hladovění a pití pelyňkového odvaru.

Pelyňkový odvar. Čajovou lžičku suchého pelyňku přelijte čtvrtlitrem vřelé vody a nechte deset minut odstát. Pijte třikrát denně jeden šálek odvaru. Můžete si z něj připravit i výplach vagíny, nejlépe dvakrát denně ráno a večer. Osoby s rozbuřeným principem větru by měly být navýsost opatrné.

ZÁNĚT SLIZNICE DUTINY ÚSTNÍ (STOMATITIDA)

Částečné nebo úplné zánětlivé poškození sliznice dutiny ústní, Zněž se mohou vyvinout dystrofické změny.

Vzniká při poranění ústní dutiny, avitaminóze, cukrovce, nemocech srdce a cév, onemocnění krvevotvorby a nervové soustavy, případně trávicích orgánů, a dále při akutní i chronické infekci, intoxikaci a napadením houbami a plísněmi.

Jedním z faktorů ovlivňujících vznik nemoci je zubní kámen, karies, nevhodná zubní protéza nebo plomba, působení dalších cizorodých předmětů nebo popálení horkou potravou.

Rady a doporučení na léčení

- Důkladná hygiena ústní dutiny.

Recepty

Hrst proskurníku lékařského (listy a vrcholky čerstvých bylinek) nasype do půllitrové termosky a zalijte vřelou roztátou vodou. Nechte šest až osm hodin vyluhovat, sceďte a proplachujte si jím několikrát denně ústa.

Bolesti zpravidla poleví v tentýž den navečer, ale k úplnému uzdravení dojde až za dva až tři dny. Nemáte-li čerstvé bylinky, použijte jednu polévkovou lžici sušených na sklenici vody.

Léčba medem. Na stomatitidu pomáhá med, jenž se díky sladké chuti hodí zejména pro děti.

Prstem omočeným v medu si důkladně potřete celou ústní dutinu. Med zamezuje množení kvasinek, plísní, hub a bakterií, které jsou častou příčinou stomatitidy.

Urinový průplach. Aftózní stomatitida se nevyhýbá ani malým dětem. Proplachujte jim ústa urinou, případně jim dejte cucat mokré plínky nasáklé noční urinou.

ZÁNĚT SPOJIVEK (KONJUNKTIVITIDA)

Zánětlivé onemocnění spojivek, tenkých blan pokrývající vnitřní plochu víček. Zánět spojivek je nejčastější oční onemocnění, jež se dělí, obdobně jako jiné nemoci, na akutní a chronické.

Při akutním zánětu oči hnisají, spojivky a oční bulvy jsou zarudlé a překrvené (*hyperémie*) a někdy i krvácejí a otékají.

Při chronickém zánětu spojivek nejsou příznaky tak viditelné a nemoc se projevuje spíše subjektivně - nemocný cítí, že má něčím zanesené oči a je světloplachý.

Rady a doporučení na léčení

- Očistěte svůj organismus od patologických hlenů, zejména v oblasti hlavy, promývejte si nosohltan.
- Praktikujte urinové hladovění.
- Vyhýbejte se příliš jasnému světlu a přímým slunečním paprskům.

Recepty

- Zakapejte si oči třemi až pěti kapkami uriny.
- Můžete si oči promývat čerstvou urinou
- V těžkých případech si na oči přikládejte urinový obklad, velmi se hodí dětská a aktivovaná urina.
- *Starověké* recepty doporučovaly jako léčebný prostředek urinové soli. Odpařujte urinu na slunci tak dlouho, až zůstane jen usazenina, a tou si promyjte oči.
- Rány a poškození očí je lepší ošetřit chlapeckou urinou, v níž můžete rozpustit trochu medu (v horkém stavu). Ochlaďte a promývejte si roztokem oči, a to tak často, jak dovedete. Med i moc jsou skvělými antiseptiky a kromě toho obsahují látky, jež podporují hojení a posilují jednu z mnoha funkcí principu žluči - tu, která je odpovědná za zrak.

ZÁNĚT SPOJIVEK A ROHOVKY INFEKČNÍ (TRACHOM)

Jde o chronické onemocnění virového původu: spojivky zčervěna a jsou tlustší a vytvářejí se na nich šedé dutinky (folikuly), které se rozpadají a mění v jizvy.

Není-li včas zahájena léčba, zanítí se i rohovka a nemoc přeroste v bílý zákal a v těžkých případech vede k oslepnutí.

Rady a doporučení na Učení

- Očistěte si organismus od patologických hlenů, zejména v oblasti hlavy.
- Proveďte urinové hladovění.
- Vypusťte z jídelníčku potraviny s vysokým obsahem škrobu a sacharidu
- Doplňte zásoby vitamínu a pijte čerstvě vymačkané zeleninové šťávy, v první řadě mrkvovou.

Recepty

Promazávání očních víček. Budete potřebovat citron, vatou z dřevěnou hůlku nebo sirku. Odřízněte vršek citronu a na talířek nakapejte asi dvacet kapek šťávy. Konec sirky (bez síry) omotejte vatou, omočte v citronové šťávě, přiložte na víčka

promazejte je - nejprve jen zvenčí (stačí jednou denně) a třetího dne i zevnitř. Opatrně odtáhněte víčka a namažte si vnitřní část* pak víčky zamrkejte, aby se vnitřní část lépe promazala. K úplnému vyléčení zpravidla stačí týden léčby.

Rybízový odvar. Třikrát denně si polijte hlavu silným odvarem z listů a mladých výhonků černého rybízu, jenž je nutné pít několikrát denně, teplý až horký jako čaj (čím častěji, tím lépe). Praxe ukázala, že takto se z nemoci vyléčili i pacienti kteří již byli na pokraji oslepnutí.

Urinové omývání. Také urina je vynikajícím prostředkem k léčbě zánětu spojivek a rohovky. Je třeba se promývat oči čerstvou urinou po každém vymočení.

ZÁNĚT TLUSTÉHO STŘEVA (KOLITIDA)

Příčinou vzniku nemoci může být infekce, nesprávné stravování či intoxikace. Zánět se dělí na akutní a chronický.

Při akutní kolitidě je pacient celkově slabý, trpí ztrátou chuti k jídlu a má bolestivé křeče či průjem. Je-li nemoc způsobena infekcí, přidruží se také zvýšená teplota. Výkaly jsou kašovité nebo tekuté a obsahují hleny, v těžkých případech i krev. Akutní zánět tlustého střeva se může časem proměnit v chronické stadium.

Při chronické kolitidě se také snižuje chuť k jídlu, člověk zvrací a je zesláblý, pociťuje tupou bolest v břiše někdy i křeče, zejména před a po defekaci. Vyměšování je narušené, průjem se střídá se zácpou a nemocný má pocit, že se mu břicho roztahuje, kručí mu v něm a hojně vycházejí plyny. Nutkání na stolicí se při průjmu dostaví třikrát až čtyřikrát za den, stolice je kašovitá nebo tekutá a někdy obsahuje hleny nebo krev.

Recepty

Několik čtenářů se se mnou podělilo o zkušenosti s léčebním této nemoci. Jeden z nich dlouho trpěl spazmatickými kolikami, a tak se obrátil pro radu k joginům. Ti mu doporučili, aby cvičil ásanu zvanou *Had*, která je jednoduchá a efektivní.

Cvičí se ráno na lačný žaludek. Posadíte se na židli a vypijte dvě sklenice horké vody, ale opatrně, abyste si nepopálili ústa. Hned nato si lehněte na koberec obličejem dolů, paty a špičky dejte k sobě, ruce ohněte v loktech a dlaněmi se opřete o podlahu; podbradkem byste se měli dotýkat koberce.

Urinová léčba. Několikrát opakujte střednědobé urinové hladovění o délce sedmi až osmi dnů, při němž si zavádíte miniklystýry s urinou, odpařenou na čtvrtinu původního objemu. Vředová kolitida se tak vyléčí.

K uzdravení žaludečního a střevního traktu užívejte svěží urinou dvakrát až třikrát denně: vždy sto mililitrů ráno na lačný žaludek a potom před každým jídlem.

Výluh z vrbové káry. Jednu čajovou lžičku sušené rozmělněné vrbové kůry přelijte sklenicí studené převařené vody a nechte dvě hodiny vyluhovat. Užívejte dvě polévkové lžice výluhu dvakrát až čtyřikrát denně před jídlem

Léčba pelyňkem. Vezměte šedesát devět a půl gramu pelyňku a nechte jej uležet noc a den ve vodě. Pak přidejte tři sta padesát tři gramy cukru a vařte tak dlouho, dokud směs nezhoustne. Pijte polévkovou lžici dvakrát až třikrát denně.

Při zánětu tlustého střeva a dalších střevních nemocech doporučuji výtazek z listů pelyňku a šalvěje (v poměru 1:1). Dvě polévkové lžice směsi přelijte sklenicí vřelé vody a nechte dvě hodiny vyluhovat. Pijte čtyřikrát až pětkrát denně a zapíjejte tekutým rýžovým odvarem namísto čaje.

Bylinková směs proti zánětu tlustého střeva

Lékořice, kořeny - 10 gramů

Vlaštovičník, bylinky - 20 gramů

Třezalka, bylinky - 20 gramů

Máta peprná, listy - 20 gramů

Heřmánek obecný, květy - 20 gramů

Dvě polévkové lžice směsi přelijte půllitrem vroucí vody, nechte třicet minut odstát a pak proveďte varem jednu až dvě minuty. Vyluhujte dvě hodiny, sceďte a užívejte sto mililitrů dvakrát denně před jídlem.

Bylinková směs proti zánětu tlustého střeva, druhá varianta

Třezalka, bylinky - 20 gramů

Řešetlák, kůra - 20 gramů

Smil písečný - 20 gramů

Bylinky smíchejte a přelijte jedním litrem vřelé vody, nechte hodinu až dvě vyluhovat a vypijte během dne v pěti dávkách. Léčebná kúra by měla trvat dvacet až pětadvacet dní.



Obrázek číslo 3. Āsana Had, která je doporučována při spastické zácpě.

ZÁNĚT V OKOLÍ KONEČNÍKU (PARAPROKTITIDA)

Jde o zánět pojivových tkání v okolí konečníku, nezřídka doprovázený zánětlivými procesy, mimo jiné i abscesy, které se mohou samovolně otevřít; poté se tvoří vředy.

Recepty

Měsíčkové miniklystýry. Přípravují se ze silného extraktu kvítků bylinky, k tomu se popíjí sibiřský kamenný olej.

Starověký recept. Už Avicenna doporučoval nemocným urinovou léčbu, neboť věděl, že se po ní hojí uhry a vředy. Nejvhodnější je dětská moč, již je třeba důkladně rozmíchat

v cínovém hmoždíři, dokud se z větší části neodpaří a nepromění v hustou kašičku, vhodnou k užití. Jinou variantou tohoto přirozeného léku je „močový olej“.

Urinová léčba ulnřá a vyrážky u konečnicku. Tento recept mi poslal jeden čtenář, nadšený z toho, že po pětadvaceti letech konečně vyhrál boj s vleklými zácpami, vředy a vyrážkou v okolí řitního otvoru. Šlo o muže ve věku čtyřicet osm let s tělesnou výškou sto sedmdesát osm centimetrů, hmotností sedmdesát pět kilogramů a konstitucí větru. Než dosáhl úspěchu, prožil si své.

Nejprve přestal užívat umělá projímadla a zbavil se strachu z defekace mimo domov, což je mimochodem velmi rozšířená příčina zácpy. Velice se obával operace, a tak se rozhodl pro urinovou léčbu zahrnující miniklystýry z odpařené uriny, urinové tampony a ranní pití sto mililitrů uriny na lačný žaludek. Přestože trpěl silnými bolestmi hlavy, obtížnou defekací a celkovou slabostí, léčbu ustál. Celé tři týdny pro něho vyprazdňování představovalo peklo, ale nakonec se mu podařilo upravit stolicí a dosáhnout pravidelného vyměšování. Po měsíci léčby bolesti ustaly a z konečnicku mu přestal vytékat hnis a krev (tampon totiž narazil na vřed). Vynalézavý pacient si vymyslel důmyslný zlepšovák: dutou umělohmotnou trubicí s diametrem dvanácti milimetrů o délce sedmdesát milimetrů, kterou z jedné strany zaletoval a z druhé nechal otevřenou. Podélně vyřízl pruh dlouhý asi čtyřicet milimetrů, trubicí vycpal vatou smočenou v urině a zaváděl do konečnicku, aby se vyříznutým otvorem dostala k vředu. Navíc používal samostatně vytvořený dřevěný vytěrák, jímž popostrkoval vatu v trubicí. Po nějaké době byl schopen dlouhodobě snést přítomnost urinové trubice v konečnicku a nechával si ji i na noc, aby moč efektivně působila na ohnisko nemoci.

Po dvou měsících se zbavil veškerých bolestí, jen vřed mu ještě maličko krvácel. Tak se rozhodl, že si bude vatu namáčet namísto uriny do šťávy z aloe, a vršek tamponu pomazal mastí z medu a propolisu, napomáhající hojení. A skutečně do týdne vymizely všechny symptomy onemocnění.

Pacient při této komplexní kúře dodržoval i léčebnou dietu: jedl převážně ovoce a zeleninu a kaše a snažil se dodržovat zásady dělené stravy, zatímco maso dočasně vynechal.

ZÁNĚT VAJECNÍKŮ

Infekce v děloze nebo vejcovodech se snadno rozšíří i do vaječnicků, k onemocnění může dojít i metastatickou nebo jinou cestou.

Při akutním zánětu vaječnicků mívá žena silné bolesti, vysokou teplotu a postižená místa zbytní; v pozdějším stadiu se objeví bílý výtok a nepříjemné pocity v říislech

Rady a doporučení na léčení

- Doporučuji vzdušné a sluneční lázně.
- Jezte vegetariánskou a smíšenou mléčnou a rostlinnou stravu.
- Zásadně vylučte alkoholické nápoje a ostrá kořeněná jídla.
- Snažte se vyvarovat nachlazení, tím předejdete zánětu vaječnicků.
- Pročistěte si tlusté střevo a játra.

Recepty

- Každé ráno si udělejte výplach teplou čerstvou urinou.
- Na noc si zaveďte do pochvy tampon namočený v čerstvé urine anebo odpařené najednu čtvrtinu původního objemu.
- Doporučuji teplé sedavé koupele v rozředěné odpařené urine (půllitru až litr najednu lázeň).
- Na oblast vaječnicků si přikládejte obklady z vlněné látky namočené v odpařené urine.

ZÁNĚT ŽALUDEČNÍ SLIZNICE (GASTRITIDA)

Zánětlivé onemocnění sliznice žaludku.

Na vzniku onemocnění se podílí celá řada faktorů, jež dělíme do dvou skupin: *exogenní*, kam patří dlouhodobé nesprávné stravování, přejídání, příliš jednotvárný jídelníček, holdování alkoholu, nikotinu, intoxikace a infekce; a *endogenní*, například funkční poruchy nervové soustavy,

nervové a reflektorní působení nemocných orgánů, zejména střev či žaludku i další faktory.

Zánět žaludeční sliznice může mít akutní i chronickou podobu se zvýšenou či sníženou kyselostí, dělí se na difúzní a zánět s ohniskem, hypertrofický, atrofický s erozí, s polypy a další.

Akutní gastritida vzniká důsledkem přejídání, konzumace hrubé, těžce stravitelné potravy a také tučných, ostrých, příliš studených nebo příliš teplých jídel. Má na ni vliv nadměrné pití alkoholu, otrava alkalickými látkami nebo kyselinami a dráždění medikamenty a léčebnými přípravky.

Chronická gastritida se vyznačuje dlouhodobým zánětlivým procesem na sliznici žaludku, jenž se postupně mění na atrofický.

Rady a doporučení na léčení

- Strohá dieta.
- Důsledné hladovění.
- Urinoterapie.

Gastritida se sníženou kyselostí

Pelynková tinktura. Vysušené bylinky nadrobno nasekejte a přelijte sedmdesátiprocentním lihovým roztokem v poměru 1:5. Nechte tři týdny vyluhovat v temném místě, sceďte a užívejte dvacet mililitrů jednou denně.

Léčebný bylinkový odvar na žaludek. Smíchejte pomerančovou kůru, listy vachty trojlisté, listy a stvoly pelyňku hořkého, listy bodláku a listy a stvoly zeměžluči v množství dvacet gramů od každého. Přelijte litrem vroucí vody, nechte čtyři hodiny vyluhovat a sceďte. Pije se jedna sklenice bylinkového odvaru třikrát denně před jídlem.

Medová voda. Polévkovou lžící medu rozpustíte ve sklenici teplé vody (třicet sedm stupňů Celsia) a pomalu popíjejte třikrát denně deset až patnáct minut před jídlem.

Gastritida se zvýšenou kyselostí

Medová voda. Polévkovou lžící medu rozpustíte ve sklenici teplé vody (třicet sedm stupňů Celsia) a pijte třikrát denně hodinu a půl před jídlem.

Gastritida chronická

Vrbová kúra. Jednu čajovou lžičku sušené a rozmělněné jírovce přelijte sklenici vystydlé převařené vody, nechte dvě hodiny odstát a sceďte. Užívejte dvě polévkové lžíce dvakrát až třikrát denně před jídlem.

ZÁNĚT ŽIL, POVRCHOVÝ (TROMBOFLEBITIDA)

Zánětlivý proces na stěnách žil, při nichž se vytvářejí tromby

Mezi příčiny nemoci se řadí infekce, poranění žil, zpomalení krevního oběhu nebo zvýšená srážlivost krve, nezřídka se objeví jako komplikace po těžkém porodu, po operaci, infekčním onemocnění nebo nádorovém onemocnění. V nejhorší variantě nemoci se tromb nebo jeho část odtrhne a dostane se do plicní tepny.

Tromboflebitida napadá jak žíly povrchové, často postižené varixem, tak i hluboké. Nejčastěji trpí žíly dolních končetin a malé pánve, řidčeji dutých kostí.

Nemoc nejprve vypukne jako akutní a projevuje se zčervenáním a bolestivostí v průběhu nemocné žíly, leckdy se nemocnému zvýší teplota a při postižení hlubokých žil nastanou ostré bolesti v končetinách.

Recepty

Koňský kaštan. Na zánět žil blahodárně působí rostlina zvaná jírovec neboli koňský kaštan, a dokonce je známo, že vyléčí i velmi těžká stadia nemoci. Na léčbu se používají žlutozelené slupky, abyste je mohli snadno oloupat, položte suché plody do studené vody a nechte je v ní dvanáct hodin uležet.

Do smaltovaného hrnce nalijte dvě stě mililitrů studené roztáté vody, do ní nasypete dva gramy slupek koňského kaštanu (přibližně ze dvou větších plodů) a nechte deset minut povařit na mírném ohni. Poté je dejte na šest hodin odstát a užívejte polévkovou lžící třikrát denně půl hodiny před jídlem. Léčba by měla trvat dvanáct dní a v těžších případech ji můžete po deseti dnech přestávky zopakovat.

Z preventivních důvodů provádějte léčbu jednou za tři měsíce; zejména doporučuji starším lidem.

Rudete-li se léčit odvarem z koňského kaštanu, bolesti ustoupí už během prvních dvanácti hodin a po dvou až třech dnech splasknou i otoky na zanícených žilách. Nakonec zmizí všechny projevy nemoci.

Tinktura z muchomůrky. Ano, také tato houba s nepříliš pěknou pověstí se používá při léčbě tromboflevitidy. Tři až čtyři muchomůrky nakrájejte na maličké kousky, zalijte půllitrem vody nebo lihu, přelijte do láhve z tmavého skla a nechte odstát na tmavém místě tři dny. Užívejte ji opatrně, jednu čajovou lžičku třikrát denně před jídlem. Znalci potvrzují, že po dvou až třech týdnech pravidelného užívání tinktury z muchomůrky se zánět žil vyléčí.

Pacienti, kteří mají k tomuto onemocnění sklon, by měli tinkturu polykat preventivně každý měsíc dva až tři dny.

Urinová léčba. Urinová je velmi prospěšná a léčí i „hrozny“ žil na nohou. Při kládejte si na postižená místa na nohou obklady s uritou, nejlépe čtyři až sedm dní starou, avšak můžete vyzkoušet i jiné typy moči. Obklady se dávají na noc, přičemž doba léčby není omezena - prostě pokračujte až do úplného uzdravení a ráno se omyjte teplou vodou. Během léčby se kůže může podráždit urinou a proto se potírejte olejem z rakytníku. Pak si udělejte přestávku a po ní můžete v kůře pokračovat. Namísto staré uriny použijte třeba čerstvou nebo odpařenou, neboť jsou kyselé a neutralizují podráždění kůže, které bývá alkalického původu.

ZÁNĚT ŽLUČNÍKU (CHOLECYSTITIDA)

Vzniká častěji v souvislosti s jinými nemocemi, zejména žlučovými kameny (kalkulózní cholecystitida), virovou hepatitidou a dalšími infekčními chorobami.

Kromě toho se objevuje při chronickém ložisku infekce, například při zánětu krčních mandlí nebo parazitárních nemocích například opisthóze.

Zánět žlučníku může vyvolat změna skladby žluči a její stagnace, nezhřívka v kombinaci se zánětem žlučových cest (cholangitidou).

Nemoc má zpočátku akutní průběh: pacient má bolesti v pravém podžebří, jež zesilují při pohybu, při kašli či vleže na pravém boku a vystřelují k pravému rameni, pravé lopatce a někdy i k srdci. Zvyšuje se teplota a dostaví se nevolnost a zvracení.

Rady a doporučení na léčení

- Pacient by měl být v klidu, bez nadměrné fyzické a psychické zátěže. Neměl by jíst žádné dráždivé potraviny ani léky, kromě těch, které jsou pro jeho zdraví nezbytné.

- Proveďte detoxikaci tlustého střeva, jater a tekutin organismu.

- Ráno na lačný žaludek srkejte rostlinný olej a zavádějte si očistné klystýry s citronovou šťávou nebo jablečným octem.

- Večer provádějte ideomotorické čištění jater - alespoň dvacet minut si představujte, jak vibrují, chvějí se a stahují.

- Po jídle provádějte dýchací cvičení: nadechněte se pravou nosní dírkou, protože organismus začne aktivně produkovat teplo, tedy tělesný oheň, což napomáhá lepšímu trávení a uzdravuje nemocná játra.

- Pravidelně praktikujte buď jednou za týden očistné hladovění, anebo ve dnech *ekadaši* o délce dvaceti čtyř až třiceti šesti hodin.

- Doporučuji urinoterapii.

- Chcete-li si jídlo přisolit, použijte místo soli raději mořskou kapustu.

- Jako hlavní i jako doplňkový léčebný prostředek pijte hodně odvarů a výtažků z bylinkových směsí i čistých bylinek.

- Pobývejte v klidném prostředí, poslouchajte tichou uklidňující hudbu, odpočívejte a uvolněte se; neuškodí ani kratší ranní či večerní procházky.

- Příjem tekutin není nikterak omezen, nicméně dávejte přednost čerstvým šťávám z ovoce, zeleniny a lesních plodů, šťávám z kompotů a odvaru ze sušeného ovoce. Vhodný je šípkový odvar, bylinkové výtažky a výluhy připravené z roztáté vody.

- Nejezte mnoho, zato častěji - třikrát až čtyřikrát denně. Příklad jídelníčku: ráno vypijte čerstvě vymačkanou šťávu *dopoledne zeleninový salát* a kaši, odpoledne ovoce a tvaroh a večer bylinkové odvary a semínka.

Seznam zakázaných potravin při zánětu žlučníku:

- Těžko stravitelné tuky, například hovězí, beraní, husí, vepřové sádlo a podobně

- Losos

- Koncentrované potraviny, například rybí, masové a houbové polévky v sáčku, bujony a všechna jídla vařená s bujony

- Jídla s vysokým obsahem cholesterolu, například mozek, rybí tuk, játra, srdce a ledviny

- Smažená jídla

- Kakao

- Uzeniny

- Konzervy

- Koření a ostré pochutiny

- Cibule, česnek, hořčice, sušená paprika, silný ocet

- Příliš slaná jídla

- Alkoholické nápoje

- Dorty a zákusky s tučným krémem

- Zmrzlina, nanuky a další mražené produkty a nápoje

- Vejce

Jak přísnou dietu musí pacient držet, to záleží na jeho zdravotním stavu, zejména na míře postižení jater, a v neposlední řadě také na individuální konstituci.

Recepty

Bylinková směs Č. i.

Puškvorec, kořen - 2 gramy

Smil písečný, květy - 2 gramy

Zeměžluč okolíkatá, bylinky - 2 gramy

Bylinky zalijte dvěma sklenicemi vody a nechte na noc vyluhovat. Ráno nechte pět minut projít varem, scedte a užívejte půl sklenice třikrát až čtyřikrát denně hodinu po jídle.

Bylinková směs č. 2

Třezalka, bylinky - 40 gramů

Pampeliška, kořeny - 40 gramů

Smil písečný - 15 gramů

Moucha husí, bylinky - 10 gramů

Vachta trojlistá, bylinky - 10 gramů

Heřmáněk lékařský, květy - 10 gramů

Zeměžluč okolíkatá, bylinky - 10 gramů

Jednu čajovou lžičku směsi zalijte sklenicí vřelé vody a nechte hodinu vyluhovat. Užívejte ráno a večer 200 mililitrů před jídlem.

- Dvakrát až čtyřikrát denně vypijte střední porci uriny, tedy padesát až sto mililitrů.

- Na noc si na játra přiložte urinový obklad - vlněnou tkaninu namočenou v urinu. Můžete vyzkoušet různé typy moči a vybrat si tu, jež vám vyhovuje nejvíc.

- Hodně pijte silný šípkový odvar, nebo alespoň teplou vodu.

Olejevá očista. Smíchejte čtvrtinu sklenice kvalitního oleje a stejné množství grapefruitové šťávy a vypijte ji před spaním, ale ne dřív než dvě hodiny po posledním jídle. Pak si lehněte do postele na pravý bok, aby se žlučník pročistil. Doporučuji dvakrát pročistit střeva klystýrem nejprve večer před samotnou procedurou a potom ráno. V případě potřeby celý postup opakujte po čtyřech až pěti dnech.

Zeleninová šťáva Půl sklenice zelného nálevu smíchejte se stejným množstvím čerstvě vymačkané šťávy z rajčat a pijte třikrát denně po jídle. Zároveň pijte bylinkové odvary.

Pivo s mlékem. Do jednoho litru piva přilijte půllitru mléka a užívejte jednu až půldruhé sklenice léčebného nápoje před jídlem.

Výluh z rozrazilu. Nasypte čajovou lžičku rozrazilu rezekvítku do sklenice s horkou vodou a nechte půl hodiny vyluhovat, pak procedte a užívejte Čtvrtinu sklenice třikrát denně.

Černá ředkev. Dalším lidovým lékem na zánět žlučníku je černá ředkev. Odřezejte po stranách listy na jeden a půl centimetru, uprostřed vydlabejte otvor a nasypete do ní cukr. Pak ji uzavřete odříznutým kouskem ředkve a položte na misku, aby bylo „vičko“ nahoře. Během dvaceti čtyř hodin se uprostřed ředkve vytvoří sladká šťáva: polykejte jednu čajovou lžičku třikrát denně, čtvrt hodiny před jídlem.

ZÁPACH Z UST (HALITÓZA)

Vzniká z mnoha důvodů, nejčastěji však doprovází nemoci v ústní dutině. mezi nimiž můžeme jmenovat paradentózu či gingivitidu, anebo onemocnění žaludku či střev. Po odstranění příčiny zmizí zápach z úst.

Recepty

Bylinkový výtažek. Připravte si bylinkovou směs z pelyňku hořkého, listů máty peprné a šalvěje, všechny komponenty ve stejném množství. Jednu polévkovou lžici přelijte dvěma sty mililitry vroucí vody, nechte hodinu vyluhovat a pak sceďte. Několikrát denně si s výtažkem důkladně propláchněte ústa, zejména po každém jídle.

Urinové kloktání. Vezměte do úst doušek čerstvé uriny a povalujte ji v ústech několik minut dvakrát až třikrát denně. Také si urinou potírejte dásně, tím se odstraní případné infekce.

Urinová terapie. Vnitřní užívání uriny má blahodárný účinek na žaludek - mimochodem narušení fungování Žaludku je často příčinou páchnoucího dechu. Pijte urinu dvakrát až třikrát denně, vždy ráno na lačný žaludek a odpoledne, případně i večer před jídlem. Začnete s množstvím sto mililitrů čerstvé a přecházejte na urinovou směs: například osmdesát mililitrů čerstvé uriny a dvacet milili

trů odpařené, po dvou dnech sedmdesát mililitrů čerstvé uriny a třicet mililitrů odpařené a tímto způsobem pokračujte a obměňujte poměr obou druhů uriny, dokud nedosáhnete kýženého výsledku.

ZÁVRATE

Nemocný ztrácí stabilitu a má pocit, že se kolem něj všechno točí.

Leckdy se dostaví nevolnost, zvracení, ztráta vědomí, šumění v uších, zhoršení sluchu anebo dočasný výpadek. Závratě mohou být symptomem poruchy vestibulárního aparátu, mozkového kmenu (*truncus cerebri*), mozečku nebo mozkové kůry a také doprovázejí neurózu nebo hypertonii.

Recepty

Pokud se závratě opakují častěji, užívejte mořskou kapustu v prášku, je opravdu účinná. Jezte jednu čajovou lžičku prášku denně před obědem.

- Doporučuji jogínský cvik *širšasána* (stoj na hlavě). Normalizuje krevní oběh v hlavě, a tak zbavuje závratí, jež jsou důsledkem nervových poruch. (Viz obrázek na další straně.)

ZBYTNĚLÉ NOSNÍ MANDLE (ADENOIDITIDA, ADENOIDNÍ VEGETACE)

Pacientovi se těžce dýchá nosem, neboť se nosní mandle rozrůstají.

Všechny uvedené rady a doporučení se hodí jak pro léčbu adenoiditidy, tak pro léčbu nosních polypů.

Rady a doporučení na léčení

- Změňte jídelníček a omezte konzumaci potravin, které podporují tvorbu hlenů: mléčné výrobky, tuky, produkty obsahující škrob a bílkoviny.

- Jezte víc zeleniny a zeleninových jídel, vařená zelenina by měla převažovat. Naopak syrové zeleniny konzumujte raději méně, protože ta (zejména v zimě) organismus ochlazuje, což je škodlivé.

- Doporučuji jednodílné kaše s rozehrátým máslem. Pokud jíte maso či jiné bílkovinné produkty, pak si dejte zeleňovou přílohou.

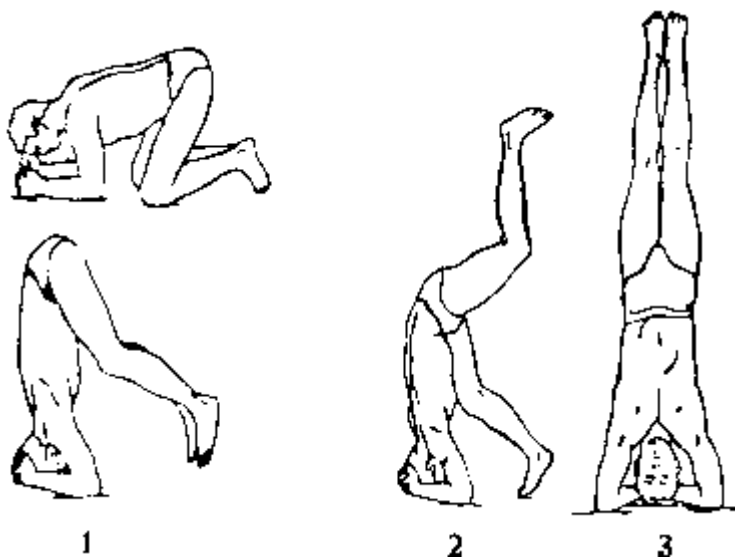
- Pijte hodně bylinkových čajů s medem nebo kompot ze sušeného ovoce.

- Je nutné také dodržovat správnou posloupnost v příjmu potravy: tekutiny pijte před jídlem a naopak po jídle příliš nepijte. Mimochodem hojné pití po jídle je jednou z příčin špatného trávení: hasí se „oheň trávení“ a tvoří se hodně hlenů, protože potrava není dostatečně zpracována.

- Rozhodně nejezte nic na noc; máte-li hlad, napijte se kysaného mléčného nápoje.

Recepty

Antiparazitární léčba Očistěte organismus od mikroskopických parazitů: pomůže elixír Trojcátka, petrolej a rost-



Obrázek číslo 4.

1 - jak krok ze krokem zaujmout správnou polohu, 2 - jak správně přejít od počáteční fáze ke konečné a 3 - konečná poloha (ásana).

linné jedy, nebo projděte kurz očistného a antiparazitárního léčení. Jen poté můžete účelně a cíleně zapůsobit na kolonie mikroskopických parazitů, kvůli nimž se vytvořily adenoidy nebo polypy.

Léčivá bylina lilka potměchut

- Fytoterapeut A. P. Semeněnko doporučuje vlastní metodu, jak se zbavit adenoidů a polypů: pít odvar sladko-hořkého lilku potměchuti, který je mírně jedovatý a působí na parazity ničivě. Do nosu je třeba nakapat šťávu z bramboříkových cibulek a poté propláchnout výtažkem z bukvice lékařské.

- Jednu polévkovou lžici květů lilku potměchuti černé zalijte dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte dvě hodiny vyluhovat. Užívejte jednu polévkovou lžici třikrát až čtyřikrát denně.

- Dvě polévkové lžice plodů lilku potměchuti zalijte jednou sklenicí vody a povařte na mírném ohni asi sedm až osm minut. Potom nechte hodinu odstát a sceďte. Užívá se čtvrt sklenice třikrát až čtyřikrát denně, vždy před jídlem.

- Jednu polévkovou lžici suchých rozdrcených listů lilku potměchuti zalijte jednou sklenicí vroucí vody a odstavte na dvě hodiny k vyluhování. Pak sceďte a užívejte jednu až dvě polévkové lžice třikrát denně před jídlem.

- Nakapejte si do nosu jednu až dvě kapky čerstvé šťávy z hlíz bramboříku, poté si lehne do postele. Po deseti až patnácti minutách začnete kýchat, kašlat a zapotíte se, z nosních dírek bude vytékat větší množství hlenů; tento stav může trvat i několik hodin. Když pacient po takové léčbě usne, po probuzení bude zcela zdrav.

- *Komplexní léčení pro dospělé.* Připravte si výtažek z lilku potměchuti a vypijte padesát až sto mililitrů večer před spaním a ráno na lačný žaludek. Přibližně po půl hodině si nakapejte do nosu jednu až dvě kapky bramboříkové šťávy a lehněte si do postele; ovšem předběžně se zásobte ka-

pesničky či ubrousky. Až se dostaví silný kašel, propláchněte si nos výtažkem z bukvice lékařské: pomalu popijte porci třicet až padesát mililitrů, dokud kašel nezmizí. To se stane, jakmile tělo nosohltanem vyloučí veškeré hleny, adenoidy a polypy.

- *Komplexní léčení pro děti.* Dávkujte podle věku, dvakrát až pětkrát méně než u dospělého člověka.

- Namísto lilku potměchuti můžete použít syrovou šťávu ze starých brambor (třicet až padesát mililitrů) nebo tabákovou tinkturu (patnáct až dvacet až kapek rozpustíte ve sto mililitrech vody). Brambořík zkuste nahradit syrovou urinou, jež má zápach čpavku (jednu až tři kapky). Roli bukvice lékařské splní jakýkoli jiný prostředek na odkašlávání. Hodinu před započatím léčby si udělejte teplou koupel na nohy, tak se posílí cirkulace v oblasti nosohltanu.

Metoda Butějko. Ruský lékař předkládá svůj způsob, jak se zbavit polypů a adenoidů metodou zadržovaného dýchání. V organismu se shromažďuje kysličník uhličitý, který urovnává různé reakce v organismu a napomáhá odtržení parazitů (Butějko dýchání nebo Dýchací cvičení podle Butějka).

Z

ŽLOUTNUTÍ KŮŽE, ŽLOUTENKA

Tkáně organismu se zabarví dožluta v důsledku nadbytku žlučového pigmentu v krvi - bilirubinu a produktů látkové výměny.

Žloutnutí se vyskytuje při zánětu jater (*hepatitidě*) a při žlučových kamenech.

Rady a doporučení na léčení

- Očistné procedury.
- Ozdravné metody.
- Správná strava a odpovídající dieta.
- Cvičte speciální jogínské cviky na léčbu hepatitidy a žloutnutí kůže.

Recepty

Bylinková směs proti žloutnutí kůže

Rozrazil lékařský, rostliny - 30 gramů

Jestřábník chlupáček (*hieracium pilosella*) - 40 gramů

Měsíček, kvítky - 40 gramů

Sporýš lékařský, listy - 20 gramů

Vřesk, rostliny - 30 gramů

Bříza, májové listy - 30 gramů

Vlaštovičník, rostliny - 20 gramů

Přeslička polní - 40 gramů

Směs pořádně rozmělněte, čtyři vrchovaté čajové lžičky zalijte jedním litrem nepřevařené vody a nechte půl hodiny odstát. Poté postavte na plotnu, nechte dojít do varu a nechte minutu či dvě vřít. Odstavte a nechte další dvě hodiny vyluhovat. Užívejte jednu sklenici důkladně sceděného nápoje třikrát až čtyřikrát denně. Tento bylinkový odvar je vhodný i při chronické hepatidě.

Chřpa modrá. Budete potřebovat třicet gramů kvítků - čajovou lžičku zalijte jednou sklenicí vřelé vody, hodinu vyluhujte a scedte. Pijte půl sklenice dvakrát až třikrát denně půl hodiny před jídlem.

Ostropestřec mariánský. Tato bylinka působí velmi blahodárně na játra. Obsahuje měkké fytoncidy, které vylepšují funkčnost jater. Léčí hepatitidu, cirhózu jater, žloutenku zánět tlustého střeva, zánět žlučníku a žlučovodu. Vyhání z organismu toxiny a radioaktivní prvky. Proto ji doporučuji všem, kdo mají zdravotní potíže s játry.

Recept je velmi jednoduchý: užívejte dvakrát denně jednu čajovou lžičku celých nebo rozemletých semínek bylinky, vždy ráno a večer před jídlem. Na kompletní léčebnou kúru budete potřebovat sto gramů ostropestřce. Po jejím ukončení si dejte jednotýdenní až třítydenní pauzu a léčbu zopakujte. Zpravidla stačí dvě kúry a játra se uzdraví a začnou normálně fungovat.

Jóga na léčbu hepatitidy a žloutenky

Cvičení většinou doplňuje komplexní léčbu, zahrnující očistné a posilující procedury a správné stravování; můžete je však provádět samostatně.

Sahádža jóga. Nemocný se žlutou kůží by se měl hned po probuzení věnovat očistné technice sahádža jogy — *basti krija*. V čem spočívá? Vypijte speciální roztok, necht' volně prochází vaším organismem, zejména trávicím traktem, a přitom provádějte speciální cviky. Nakonec jej z organismu vyloučíte.

Roztok připravíte tak, že vymačkáte citronovou šťávu do poloviny sklenice (můžete namísto citronů použít i jiný kyselý plod, například kíkvu, kalinu nebo malinu), přidáte do ní lžičku soli a přelijete půl druhým litrem čisté roztáté nebo pramenité teplé vody. Namísto obyčejné soli vezměte mořskou nerafinovanou. *Sūl* obecně brání vstřebávání vody, a tak ulehčuje průchod roztoku trávicím traktem.

Citronový roztok se solí nejprve vypudí ze žaludku a tenkého střeva rozkládající se starou žluč a hleny a potom projde do tlustého střeva, kde dráždí jejich obsah a nutí jej, aby spolu s tělesným odpadem a jedovatými látkami vyšel ven. Jogí ni jsou přesvědčení, že tento prostředek je mnohem účinnější a přitom šetrnější než jakékoliv jiné projímadlo nebo klystýr.

Citronová šťáva působí jako lék i jako dietní potravina, protože je mírně projímavá. Navíc dodává směsi příjemnou chuť a přináší organismu vápník, jenž je pro zdraví důležitý.

Aby tekutina hladce prošla trávicím traktem, je nutné ihned vykonat následující cvik: lehněte si na záda v póze *viparita karani* (popis následuje níže) během čtyř až pěti minut a potom přistupte ke cviku *majurásana* (opakujte třikrát až čtyřikrát) a *padahastásana* čtyřikrát až pětkrát. Komu se nepodaří zacvičit *majurásanu*, necht' opakuje pětkrát až šestkrát cvik *śalabhāsana* - po pěti minutách se dostaví silné nutkání na stolicí.

Kromě výše uvedených ásan můžete přidat také cviky *bhūdžangásana*, *ardha Čakrásana* a *dhanurásana*, nicméně vše závisí na individuální konstituci, věku a celkovém zdraví, zejména stavu střev. Ovšem platí, čím je cvičení ásan pestřejší, tím je i celý komplex cvičení efektivnější.

Viparita karani. Lehněte si na záda na podlahu, ale pod hlavu si nic nedávejte. Natáhněte nohy, dejte ruce v bok a dlaně přitáhněte k podlaze. Pomalu zvedejte nohy, aby tvořily úhel třicet stupňů, a v této poloze setrvejte. Odpíchněte se rukama od země a zvedněte nohy do svislé polohy; v této pozici vydržte několik vteřin. Pomalu se zvedejte, nohy přitahujte k sobě a tělo odtahujte od země.

Dejte ruce na bedra a lokty na podlahu. Opírejte se o ruce a přitom se snažte tělo v této pozici napřímít. Hlava je položena na zemi, záda jsou rovná, nohy vytažené a zcela rovné jako na obrázku. (Viz strana 290.)

Ukončete cvik opatrně a nespíchejte. Nohy přitahujte k hlavě, ruce uvolněte, dejte je dlaněmi na podlahu a opírejte se o ně. Velice polehoučku položte trup na podlahu - obratel za obrádem. Chvilí zůstaňte ležet na zádech a uvolněte se.

Po dobu cvičení vlastně zaujímáte slabou polohu *mula bandha*, kdy stáhnete svaly pánevního dna. Energetické pole se tak posouvá nahoru a energie pohybu a energie ohně ve strukturách životního pole je stimulována. Tím se ničí víry, neutralizují toxické látky a žlučový odpad v organismu.

Šalabhāsana Lehněte si na podlahu obličejem dolů, vytáhněte páteř, podbradek položte na podlahu a ruce podél trupu. Ruce stlačte do postavení *vadira mudrci* - symbolu blesku a stlačte pěsti tak, abyste palce stlačili dovnitř. Ruce a lokty poněkud ohněte, nadechněte se a pomalu vydechněte a přitom se odpičněte rukama od podlahy.

Pravou nohu napřimte a zvedněte ji, nakolik můžete, nadechněte se a zase ji pozvolna dejte dolů. Totéž cvičte i s levou nohou a oba cviky zopakujte na střídáčku s každou nohou dvakrát. Nakonec zvedněte obě nohy a proveďte cvičení třikrát; princip dýchání je stejný.

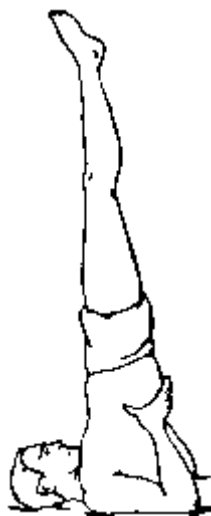
Časem se vytrénujete a můžete zvyšovat počet opakovaných cviků.

Kdo nedokáže zvednout obě nohy najednou, ať trénuje nejdřív s jednodušší variantou, tedy zvedáním nohou na střídačku, posílení se časem dostaví.

Varování: Při šalabhásaně vzniká tlak na srdce a plíce, proto je tento cvik zakázán osobám se srdečními problémy a se slabými plícemi.

Co **dělat**, když se cvičení nepovedlo?

Pokud střeva nezačala správně fungovat ani po cvičení, znamená to, **že je** dvanáctník ucpaný špatně strávenými zbytky potravy. Proto byste se měli jeden nebo dva dny zdržet jídla a pak **provést cvik sahádža jogy - busti krija**.



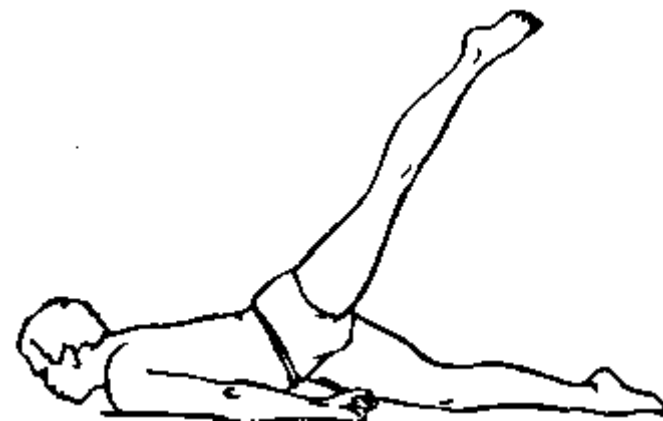
Obrázek číslo 5. Konečná poloha viparita karani, ve které byste měli vydržet od dvou do pěti minut.

Po defekaci a umytí následuje cvik sahádža jogy *danda dhaut* - očista obsahu žaludku s pomocí trubice (žaludeční sondy). Tato procedura má pro nemocné žloutenkou takřka kouzelný účinek.

Budete potřebovat dezinfikovanou žaludeční sondu. Ohřejte si čistou vodu a vypijte ji v takovém množství, aby váš žaludek zcela naplnil. Trochu se předkloňte a pokuste se polknout sondu - měla by se dostat až nadoraz do žaludku, aby z ní mohl vytéct jeho obsah.

Je možné, že se vám to napoprvé nepodaří, i zde je nutný jistý trénink. Většina lidí bude mít napoprvé problémy, a jakmile se sonda dostane hlouběji do krku, budou mít nutkání na zvracení. Nesmutněte a nenechte se tím odradit - po týdnu až dvou se to určitě poddá a sonda hladce dosáhne žaludku, aniž byste u toho měli nepříjemné pocity.

Jakmile je sonda v žaludku, počkejte, dokud obsah žaludku nevyteče ven. Nespěchejte s vytahováním sondy a raději setrvejte ještě pět až sedm minut, aby žaludek vyloučil zbytky vody a hlenů; teprve poté ji vytáhněte a pečlivě promyjte teplou vodou a mýdlem. Má se za to, že se tak pročistí i slinivka břišní.



Obrázek číslo 6. Konečná poloha při šalabhásaně. lehčí varianta.

Léčebný efekt

Jogíni říkají, že tato procedura je schopná odstranit poruchy v činnosti jater, a také jim předchází. Kromě toho léčí překyselení žaludku, zácpu, střevní koliku, bolesti pocíťované v nervech (*neuralgii*), leukodermii, lepru, kožní nemoci různého druhu, katarální poruchy, tuberkulózu a v neposlední řadě odstraňuje nestrávené zbytky potravy ze žaludečního traktu.

Po proceduře minimálně půl hodiny nejezte a potom si dejte něco lehce stravitelného, jako například trochu rýže uvařené ve vodě, polité roztaveným máslem, anebo jinou měkkou a neutrální potravu. Nedoporučuji nic ostrého, tvrdého, soleného, hořkého ani kyselého.

Podle zkušených jogínů první promývání *vamana dhauti* čistí jen žaludek, zatímco druhé *danda dhauti* má širší očistný účinek i na slinivku břišní a na dvanáctník, což má za následek i očistu jater, žlučníku a žlučovodů.

Všechny procedury z jogy se musí provádět pouze ráno na lačný žaludek.

Vodní procedury. Měly by následovat po předchozích očistných procedurách. Jogíni doporučují specifické vodní procedury: nejprve si ve studené vodě namočte zápěstí a potom v ní umyjte hlavu, oči a obličej. Vzápětí se pohodlně usadte do vany tak, abyste měli spodní část těla do pupíku ponořenou, a vydržte alespoň několik minut. Nakonec si polijte celé tělo a koupel ukončete. V létě používejte úplně studenou vodu, v zimě lehce ohřátou.

Sprcha. Také při sprchování nebo polévání vodou je nutné zachovat jogínský postup. Nejprve si namočte hlavu, pak si tři minuty sprchujte pupík a pohlavní orgány a nakonec zaměřte proud vody na zadeček a kyčelní klouby. V závěru procedury si polijte zbývající části těla; můžete je i masírovat a promývat podle toho, jak vám to vyhovuje.

Po teplé sprše se pořádně utřete ručníkem, ale po studené se neutírejte nikdy! Jogíni doporučují mokré tělo masírovat namočenýma rukama od pupíku, pak se otřepat a obléci. Jsou přesvědčení, že se takto uchová síla vody v těle.

Chmelové mléko. Smíchejte dohromady sklenici horké vody, sklenici horkého převařeného mléka a dvě polévkové lžíce šťávy z mladých chmelových výhonků a po celý den směs pomalu popíjejte.

V zimě můžete namísto chmelu použít dvě polévkové lžíce rozmělněných chmelových šišek: namočte je na noc ve směsi mléka s vodou v poměru 1:1 a výtažek během dne vypijte. Doba trvání léčby je deset až dvanáct dní.

Příklad. Jedna pacientka vyléčila svou pětiletou dceru, jež trpěla vysokou teplotou, žloutnutím kůže a ztíženým močením ze žloutenky tak, že jí dávala pít její vlastní urinu a k tomu přikládala obklady na játra. Ovázala jí tep gázou namočenou v urině a tři dny jí nedávala žádné jídlo, jen urinu a vodu. Čtvrtého dne žluť zmizela, teplota se snížila a bolesti v boku ustaly, takže lékařka mohla konstatovat uzdravení.

ŽLUČOVÉ KAMENY (CHOLELITIÁZA)

Kameny se nejčastěji tvoří v samotném žlučníku, řidčeji ve žlučovodech.

Žlučové kameny se dělí podle složení na cholesteriové, pigmentové, vápenaté, bílkovinné a smíšené. Množství kamenů se u jednotlivých pacientů liší, navíc bývají různé velikosti a odlišné formy.

Tvorbu žlučových kamenů ovlivňují zánětlivé procesy a změny ve žlučníku (*cholecystitida*) či žlučovodech (*cholangitida*). Působí na ně i průchod žlučových kamenů žlučovými cestami, který vyvolává žlučovou (jaterní) koliku a žloutenku.

Charakteristickým bolestivým projevem této nemoci, jíž se také říká jaterní kolika, jsou prudké záchvaty v pravém podžebří, vystřelující do pravé lopatky. Nezřídka se spolu s ní dostaví i nevolnost, zvracení a zvýšená teplota a játra na dotek bolí. Záchvat trvá od několika hodin po několik dní a pacient po nich někdy objeví ve stolici žlučové kameny.

Rady a doporučení na léčení

- Pročistěte tlusté střevo.

- Proveďte detoxikaci jater.
- Doporučuji terapii šťávami.
- Doporučuji dělenou stravu s vyloučením veškerých pokrmů s vysokým obsahem cholesterolu a ostrá jídla.
- Více se pohybujte a cvičte, zejména břišní svaly.
- Vyvarujte se alkoholických nápojů.
- Častěji chodte do páry a doma si připravujte horké koupele.

Recepty

Bramborová léčba. Budete potřebovat jeden kilogram větších brambor. Vyřízněte z nich klíčky, zalijte šesti litry vody a uvařte ve slupce na mírném ohni. Celkem je připravujte asi čtyři hodiny, to je dostatečná doba, aby se důkladně provařily a změkly. Pak je lehce posolte, rozkvedlejte na řidší kaši, nebo spíš pyrě, a nechte na noc odstát. Ráno vodu opatrně slijte do litrových lahví, jež je třeba připravit dopředu, a zavřete umělohmotnými víčky. Celkem byste měli dostat asi tři litry bramborové vody. Samotnou kaši můžete vyhodit nebo použít k jiným účelům a vodu uchovávejte v lednici.

Před upotřebením je nutné bramborový odvar ohřát. Užívejte dvě polévkové lžíce třikrát denně, třicet až čtyřicet minut před jídlem, a to v průběhu čtyřiceti dnů. Pokud odvar zkusne, nepijte jej, nýbrž si připravte nový.

Bramborová voda blahodárně působí proti žlučovým kamenům: rozmělnuje je a vyvádí písek ze žlučníku, léčí játra a pomáhá při vodnatelnosti.

Očistné klystýry. Po několika očistných klystýrech se vám zcela pročistí žaludek a střeva. K dovršení kompletní očisty doporučuji terapii šťávami. Kromě toho vypijte denně deset až dvanáct sklenic horké vody, do nichž jste (do každé) přidali šťávu z jednoho citronu a půl druhého litru směsi mrkvové, řepné a okurkové šťávy, po čtyři sta osmdesáti mililitrech na jednu porci (tři sta mililitrů mrkvové šťávy a devadesát mililitrů řepné a okurkové).

Po dvou až třech dnech se objeví spazmata trvající deset až patnáct minut a na konci týdne očekávejte velkou očistnou krizi. Možná budete mít silné bolesti - vznikají, když kameny procházejí žlučovými a močovými cestami. Později bolesti ustanou a zbylé kameny se rozpustí, takže je organismus vylučuje s močí jako drobný písek. Žlučové kameny vycházejí se stolicí řitním otvorem.

Léčebné hladovění. Vydržte jeden den o hladu, nic nejzte a pijte pouze vodu. Potom si udělejte očistný klystýr, za hodinu vypijte sklenici olivového oleje a hned poté sklenici nějaké kyselé šťávy, například klikvové, citronové nebo grapefruitové. Pokud vám bude špatně a přepadne vás nevolnost, lehněte si a cucejte citron. Vodu však pít nedoporučuji; při silné žízní si lokněte pár doušek slané vody, ale raději to vydržte.

Čtvrt hodiny po užití olivového oleje a kyselé šťávy vypijte sklenici a půl projímavého prostředku a po dalších patnácti minutách už můžete pít vodu.

Pravděpodobně se dostaví nutkání na stolicí: pozorně se podívejte, zda z vás vyšly i žlučové kameny - měly by mít smaragdovou nebo špinavě hnědou barvu.

Pokračujte v hladovění a pití oleje s kyselou šťávou, dokud se z vašich jater nevyloučí všechny kameny. Někdy je kamenů hodně, takže nemocný musí procedury opakovat pět až sedm dní.

Když budou kameny vycházet z vašeho těla, budete cítit bolesti - musíte to vydržet!

Než se začnete léčit, doporučuji nechat se vyšetřit rentgenem - podle snímku se pozná množství, rozměry i místo, kde se kameny nacházejí. Další snímek si nechte udělat po léčbě, abyste mohli stav porovnat a případně se přesvědčit o vyléčení.

Šťávková kúra - řepný „sirup“. Je prokázáno, že při dlouhodobém pravidelném užívání šťávy z řepy se žlučové kameny spolehlivě a bezbolestně rozpustí.

Vezměte několik kusů zeleniny s celkovou hmotností osm set gramů až jeden kilogram, očistěte je a důkladně promyjte, vložte do pětilitrového hrnce a zalijte třemi litry roztáté

vody. Uzavřete pokličkou a povařte na mírném plameni pět až šest hodin, až získáte hustý odvar připomínající sirup. Odlijte jej do nádoby, řepu rozmělněte na maličké kousky a přes gázu vyždímejte do jiné nádoby. Nyní oba odvary smíchejte - měli byste získat litr nebo trochu více řepné tekutiny, kterou rozhodně uchovávejte v lednici.

Vypijte několikrát denně tři čtvrtě sklenice ohřátého řepného „sirupu“ buď půl hodiny před jídlem, mezi jídly, anebo hodinu až dvě po jídle.

Konopná semínka s mlékem. Umelte v mlýnku na maso konopná semínka o objemu jedné sklenice a smíchejte je se třemi sklenicemi nepřevařeného nepasterizovaného mléka. Směs vařte tak dlouho, dokud nezískáte asi jednu sklenici tekutiny. Horký nápoj scedte a pijte v průběhu pěti dnů jednu sklenici denně na lačný žaludek. Po deseti dnech pauzy léčbu obnovte.

Během ozdravné kúry nejezte ostrá jídla. Buďte připraveni na to, že při se při průchodu žlučových kamenů dostaví silná bolest, ale musíte stisknout zuby a vydržet to. Jak doporučují léčitelé, celý léčebný cyklus je třeba po roce zopakovat a teprve poté konečně dospějete k úplnému uzdravení.

- Při bolestech v pravém podžebří si na játra přiložte teplý obklad a vypijte půl sklenice olivového oleje.

- Pijte čerstvou šťávu z patočné lékařské (*nasturtium officinale*), jednu čajovou lžičku třikrát denně.

- Půl hodiny před jídlem vypijte olivový olej, nejprve jednu čajovou lžičku a postupně dávky zvyšujte až na jednu sklenici. Léčba trvá dva až tři týdny.

- Také žlučové kameny se dají léčit urinoterapií: třikrát denně před jídlem pijte urin, padesát až sto mililitrů najednou. Zároveň nasadte klystýry z odpařené uriny.

- Rozpusťte polévkovou lžici medu ve sklenici teplé vody (asi třicet sedm stupňů Celsia) a pijte třikrát denně, pomalu po doušcích během deseti až patnácti minut. Provedte dvě léčebné kúry trvající měsíc a půl až dva měsíce, nejlépe na jaře a na podzim.

V této knize jsou shromážděny různé neobvyklé způsoby léčení. Hlavní pozornost je věnována léčebným vlastnostem sloučenin uhlíku - konkrétně léčbě petrolejem, **Todikampem** a dalšími preparáty tohoto typu, které se během mnoha let praxe při léčbě různých nemocí výborně osvědčily. Zvláštní kapitola je věnována léčbě onkologických nemocí pomocí petroleje. Kromě toho zde naleznete užitečné informace o léčení bylinami, o urinoterapii, o metodách léčby pomocí různých nerostů, kovů i vody a rovněž originální způsoby očisty organismu.

- ▶ **Urinoterapie**
- **Kovy a minerály**
- **Léčivé byliny, stromy a keře**
- **Léčivé vlastnosti petroleje a produktů z něj**
- ▶ **Holubinec, kopyto, moucha, pijavice, mumie**
a další netypické léčebné prostředky
- **Živá a Mrtvá voda**
- **Jedinečné způsoby očisty organismu**

G. P. Malachov

Neobvyklé způsoby uzdravení a léčby

Přeloženo z ruského originálu:

Необычные способы оздоровления и лечения

Copyright © G. P. Malachov, 2005

Překlad: © Radka Knebllová

První vydání 2009

Neobvyklé způsoby uzdravení a léčby

Obsah

| | |
|---|------------|
| Úvod..... | 10 |
| Léčivé vlastnosti sloučenin obsahujících uhlík..... | 11 |
| Ropa..... | 11 |
| Ropa a lékařství..... | 19 |
| Léčba petrolejem..... | 21 |
| Stručná charakteristika petroleje..... | 21 |
| Charakteristika petroleje ke svícení..... | 23 |
| Mechanismus léčivých účinků petroleje..... | 25 |
| Léčba osteochondrózy v domácích podmínkách..... | 37 |
| Petrolej proti onkologickým onemocněním..... | 39 |
| Tinktura hadovky v petroleji..... | 55 |
| Vnější užití petroleje..... | 58 |
| Ohlasy čtenářů na léčbu petrolejem..... | 82 |
| Petrolej proti zahradním škůdcům..... | 87 |
| Todikamp - zázračný preparát..... | 89 |
| Tinktura ze zelených vlašských ořechů v petroleji..... | 89 |
| Způsob přípravy Todikampu..... | 97 |
| Zkušenosti s užíváním Todikampu..... | 100 |
| Fytotodik a Todiklark..... | 107 |
| Další sloučeniny uhlíku používané v lidové medicíně..... | 115 |
| Léčba popelem a uhlím..... | 120 |
| Léčení bylinami..... | 124 |
| Způsoby využití léčivých rostlin..... | 124 |
| Byliny v praxi..... | 139 |
| Aloe..... | 139 |
| Bez černý..... | 141 |
| Bolehlav plamatý..... | 144 |
| (velmi jedovatá rostlina)..... | 144 |
| Dobromysl..... | 145 |
| Dvouzubec trojdílný..... | 146 |
| Hořec..... | 147 |
| Jahodník obecný..... | 148 |
| Jitrocel (větší a prostřední)..... | 149 |
| Kalina obecná..... | 151 |
| Kmín kořený..... | 151 |
| Komonice lékařská..... | 152 |
| Kopřiva..... | 153 |
| Kopytník evropský..... | 155 |
| Kozlík lékařský..... | 156 |
| Leknín..... | 158 |
| Lékořice..... | 159 |

| | |
|-------------------------------------|------------|
| Levandule..... | 161 |
| Lnice obecná..... | 162 |
| Lopuch plstnatý..... | 163 |
| Meduňka lékařská..... | 164 |
| Okřehek..... | 166 |
| Oman pravý..... | 166 |
| Pampeliška (smetanka) lékařská..... | 168 |
| Pelyněk pravý..... | 169 |
| Podběl..... | 172 |
| Proskurník lékařský..... | 174 |
| Puškovec..... | 176 |
| Smil písečný..... | 177 |
| Srdečník..... | 179 |
| Třezalka..... | 181 |
| Vlaštovičník větší..... | 184 |
| Vlčí mák..... | 188 |
| Zeměžluč lékařská..... | 189 |
| Stromy a keře..... | 192 |
| Broskvoň..... | 192 |
| Bříza..... | 192 |
| Cypřiš..... | 194 |
| Drmek..... | 194 |
| Dub..... | 195 |
| Granátovník..... | 195 |
| Hrušeň..... | 196 |
| Jabloň..... | 196 |
| Jalovec obecný..... | 196 |
| Jasan..... | 198 |
| Jilm..... | 198 |
| Kaštan..... | 199 |
| Kdoule..... | 199 |
| Lípa..... | 199 |
| Mandarinka..... | 200 |
| Ořešák vlašský..... | 201 |
| Platan..... | 203 |
| Růže..... | 203 |
| Růže šípková..... | 204 |
| Tomeř..... | 205 |
| Topol bílý..... | 206 |
| Trmka obecná..... | 206 |
| Vrba..... | 208 |
| O vlastnostech stromů..... | 209 |
| Kovy a minerály..... | 213 |
| Zlato..... | 213 |

| | |
|-------------------------------------|------------|
| Stříbro..... | 213 |
| Měď..... | 214 |
| Cín..... | 214 |
| Olovo..... | 214 |
| Železo..... | 214 |
| Magnetit..... | 214 |
| Diamant..... | 215 |
| Jantar..... | 215 |
| Tyrkys..... | 216 |
| Jaspis..... | 216 |
| Nefrit..... | 216 |
| Smaragd..... | 216 |
| Perla..... | 217 |
| Křišťál..... | 217 |
| Alabastr..... | 217 |
| Korál..... | 217 |
| Pyrit (markazit)..... | 218 |
| Hematit, krevet..... | 218 |
| Malachit..... | 218 |
| Jachont®)..... | 218 |
| Lazurit..... | 219 |
| Ametyst..... | 219 |
| Karneol..... | 219 |
| Mramor..... | 220 |
| Popel..... | 220 |
| Mastek..... | 220 |
| Jíl..... | 220 |
| Skalice..... | 221 |
| Síra..... | 221 |
| Sádrovec..... | 221 |
| Sůl..... | 221 |
| Brusný kámen..... | 222 |
| Soda..... | 222 |
| Tkaniny..... | 226 |
| Hedvábí..... | 226 |
| Len..... | 226 |
| Vlna, vlněná látka..... | 227 |
| Bavlna..... | 227 |
| Syntetické materiály..... | 228 |
| Další léčivé prostředky..... | 229 |
| Čpavek..... | 229 |
| Holubinec..... | 229 |
| Kadidlo..... | 229 |
| Kopyto..... | 230 |

| | |
|---|------------|
| Moucha..... | 230 |
| Mumio..... | 230 |
| Myšinec..... | 236 |
| Pijavice..... | 236 |
| Pivo..... | 236 |
| Sláma..... | 236 |
| Slina..... | 237 |
| Vaječná skořápka..... | 237 |
| Víno..... | 237 |
| Vlasy..... | 238 |
| Vosk..... | 238 |
| Žába..... | 238 |
| Žížala..... | 239 |
| Léčba pomocí vody..... | 240 |
| Protiová voda..... | 240 |
| „Živá“ a „mrtvá“ voda..... | 240 |
| Levitovaná voda..... | 242 |
| Křemenná voda..... | 242 |
| Urinoterapie..... | 244 |
| Složky uriny a jejich vlastnosti..... | 244 |
| Druhy uriny a jejich schopnosti..... | 247 |
| Postupy urinoterapie..... | 258 |
| Jedinečné způsoby očisty organismu..... | 272 |
| Očista tlustého střeva..... | 272 |
| Očista jater pomocí bylin..... | 275 |
| Dvojitá očista jater..... | 278 |
| Očista jater pomocí pohybů..... | 278 |
| Letní očista jater..... | 280 |
| Očista krve..... | 282 |
| Očista ledvin pomocí jedlového oleje..... | 282 |
| Jedinečná očista ledvin..... | 283 |
| Očista ledvin semeny lnu..... | 283 |
| Jednoduchá očista ledvin pomocí odvaru z bylin..... | 284 |
| Očista ledvin pomocí melounu..... | 285 |
| Očista od solí pomocí bobkového listu..... | 285 |
| Očista organismu pomocí sání rostlinného oleje..... | 286 |
| Očista od parazitů..... | 287 |
| Očista pomocí pelyňku..... | 289 |
| Očištění organismu pomocí hladovění..... | 290 |
| České prameny..... | 297 |
| Poznámky..... | 298 |

Autor tuto knihu doporučuje pro rozšíření vědomostí čtenářů o léčivých metodách lidového léčitelství.

Uvod

V této knize jsou shromážděny různé neobvyklé způsoby uzdravování. Hlavní pozornost je věnována léčebným vlastnostem sloučenin uhlíku - konkrétně léčbě petrolejem, Todikampem (viz samostatná kapitola dále) a dalšími preparáty tohoto typu. Tyto sloučeniny se za mnoho let praxe výborně osvědčily při léčbě různých nemocí - například při onemocnění opěrného a pohybového aparátu (kosti, svalstvo a šlachy), následcích zranění a popálení, nemocech cév (flebitida, tromboflebitida a Buergerova nemoc), onemocnění periferního nervového systému, gynekologických a kožních nemocech, nachlazení či radikulitidě. Zvláštní kapitola je věnována léčbě onkologických nemocí pomocí petroleje.

Kromě toho zde naleznete užitečné informace o léčení bylinami, o urinoterapii a metodách léčby pomocí různých nerostů, kovů a vody. Domnívám se, že mnohé z vás zaujmou originální způsoby očisty organismu, které uvádím na stránkách této knihy.

Chci ještě připomenout, že pokud se začnete léčit sami, musíte přihlížet ke svému věku, individuální konstituci a biologickým rytmům svého organismu.

Praxe ukazuje, že úspěch samoléčby závisí na úplném a důsledném očistění organismu a správné stravě a myšlení. Mí draží čtenáři, přeji vám zdraví!

Léčivé vlastnosti sloučenin obsahujících uhlík

Sloučeniny, které obsahují uhlík, využívali lidé k léčení již od dávných dob. Před stovkami let přírodní zdroje ropy a asfaltu vyvolávaly obrovský zájem lékařů, protože se s úspěchem používaly k léčení různých nemocí.

Avicenna o ropě a asfaltu ve své knize *Kánon lékařství* napsal:

Ropa

Druh: Známe bílou ropu (častěji užíváme pojem *petrolej*, případně *kerosin*) a černou ropu, což je čistý babylonský, případně jiný asfalt.

Vlastnosti: Horká a suchá čtvrtého stupně.¹

Vlastnosti: Je tekutá, zejména ta bílá; rozpouští a otvírá ucpaná místa.

Klouby: Ropa, zvláště její bílý druh, pomáhá od bolesti v kyčlích a v kloubech. Svou teplotou odstraňuje patogenní chlad z kloubů.

Hlava: Tmavomodrá ropa je užitečná při bolestech v uchu.

Oči: Ropa je užitečná na bílý zákal očí.

Dýchací cesty: Ropa je užitečná na astma a na chronický kašel; pije se v nevelkém množství s teplou vodou.

Vylučovací orgány: Mírní bolesti ve střevech a větry. Ropa, zvláště ta černá, ničí červy. Všechny druhy ropy uvolňují (moč a menstruace) a zmírňují větry v močovém měchýři a chlad dělohy.

Protijed: Pomáhá při uštknutí.

Židovský asfalt², asfalt

Druhy: Říká se, že jeden druh asfaltu prýští z některých hor a druhý se vynořuje na povrchu některých bažin. Černý asfalt je špatný a je podobný dehtu. Jsou to lehké černé kousičky; jestliže je zapálíme, pak se u nich objeví povrch jako u kůry; nicméně se snadno roztírají.

Výběr: Vhodnější asfalt je purpurový, tuhý a těžký. Černý a nečistý je špatný.

Povaha: Hořlavina třetího stupně, a to i za sucha.

Vlastnosti: Jeho účinnost se blíží účinnosti dehtu. Posiluje orgány, a jestliže se pije, rozpouští krev v břichu.

Kosmetika: V podobě masti pomáhá od bílých skvrn na nehtech.

Otoky a vyrážky: Podporuje dozrávání u příušnic.

Poranění a vředy: Mažou se jím lišeje a oteklá poranění; zastavuje zduření.

Klouby: Z asfaltu se dělají léčivé obvazy při dně; pije se a maže při zánětu sedacího nervu.

Orgány dýchání: Asfalt je užitečný při kašli a na vředy v plicích. Pomáhá vykašlávat a také odstraňuje hnis z hrudi. Je užitečný při zduření mandlí a při angíně.

Vylučovací orgány: Je užitečný při ztuhnutí dělohy, a jestliže se zavede do pochvy sedací koupelí, přináší

užitek při výhřezu dělohy a bolestech v ní. Jestliže se z něho udělá klystýr s ječmennou vodou, pomáhá od úplavice.

Dodatek: Lidé jej používají v lampách místo olivového oleje.

Středověký arménský lékař Amirdovlat Amasiaci ve své knize *Nepotřebné pro laiky* napsal:

„Ropa - nafta. Setkáváme se s ní v zemi Peršanů. Bývá černá a bílá. Lepší druh je bílý a čistý. Její povaha je horká a suchá čtvrtého stupně. Pomáhá při nedoslýchavosti, šumu v uších, ochrnutí, bolesti zubů a nemocech nervů, jež jsou způsobeny chladem. Jestliže ji vpravíte do oka, očistí jej, přidá bělmu oka jas a ochrání oči před šedým zákalem. Pomáhá při astmatu a chronickém kašli. Otevírá ucpaná místa a snižuje množství hlenu. Jestliže se pije nebo zavede do pochvy, vyvolá potrat. Léčí dělohu. Odstraňuje oba druhy hlístů.³

Jestliže se maže, pomůže při zvířecích bodnutích. Jestliže se pije nebo maže, pomůže při bolestech v kostech, kyčlích a kolenou. Viděli jsme ochrnuté, kteří ji vypili a uzdravili se. Užívaná dávka - dva dramy.⁴

Její škodlivé účinky odstraňují semena jitrocele indického a jejich sliz. Náhradní surovinou je dřevitý dehet.

Patene říká, že ropa se dělí na dva druhy: černý a bílý. Lepší je bílá ropa. Ničí protáhlé hlísty a zabíjí je. Sabak říká, že škodí plicím. Její škodlivé účinky odstraňuje ocet a tragant.⁵ Náhradními surovinami jsou černá ropa a dřevitý dehet.

Známe dva druhy asfaltu, přičemž vhodnější je tuhý asfalt. Povaha asfaltu z Mrtvého moře je horká a suchá druhého stupně. Má rozpouštěcí schopnost. Díky asfaltové masti mizí skrofulóza. Jestliže budete vykuřovat, odhalíte epilepsii. Změkčuje prsa, zastavuje chrlení krve a odstraňuje krev z břicha. Jestliže se pije nebo se udělá klystýr s ječmennou vodou, pomůže při úplavici. Jestliže se namaže na kůži, vyléčí lišej. Také odstraňuje bílé skvrny z nehtů a vitiligo. Pomáhá při onemocnění sedacího nervu a dně. Posiluje tělo, změkčuje nejrůznější ucpávky a vysušuje vředy. Užívaná dávka je půl dramy. Škodí ale mozku - jeho škodlivé účinky odstraňuje růže. Náhradní surovinou je dřevitý dehet.

Patene říká, že máme mnoho druhů. Jeden druh se nazývá „zemní pot“. V Širázu jej nazývají *mumio palut*. Jiný druh vzniká ve vodě a nazývají ho „vodním mumiem“. Druh, který se vytváří na horách, je nazýván „horský pot“. Ten se vaří a lisuje. Je podobný černé pryskyřici. Jeho zápach připomíná dřevitý dehet. Lepší je purpurový druh. Příliš černý druh není dobrý. Podle Boží vůle pomáhá člověku, jenž utřil rány, a tomu, kdo má zlomeniny. Je to vyzkoušeno. Obyvatelé Byzantské říše jej nazývali *asfaltos*. Jestliže se vpraví do oka, odstraní bílý zákal a také vlhkost. Jestliže se z něho udělá mast na mokvající vředy, zahojí je. Zastavuje rovněž chrlení krve a pomáhá při nemocech prsů. Náhradní surovinou je dehet. Jeho škodlivé účinky odstraňuje kafr. Užívaná dávka je dva dramy.“

Ve *Velké lékařské encyklopedii* jsem našel zmínku o městečku, v němž se léčí ropou: „Naftalan, balneologické lázně stepní oblasti Ázerbájdžánské sovětské

socialistické republiky⁶, leží v oblasti Goranboj - 18 kilometrů na jih od Geranu, 68 kilometrů od města Gjandža a 360 kilometrů od Baku. Naftalan leží v nevelké kotlině, která je protnuta v severní polovině říčkou Naftalan-Čaj. Na jejím břehu se nacházejí vrtý, jež dodávají jedinečnou léčivou naftalanskou ropu.⁷

Ozdravovna leží ve velkém stinném parku s bazény, květinovými záhony a stromořadím.

Naftalanská ropa se rozsáhle používala k léčbě již ve 12. století. Ve 13. století známý cestovatel Marko Polo napsal, že na hranici s Gruzii je veliká studna s olejem na léčení nemocí. Do Naftalanu se hrnou nemocní nejen ze zakavkazské oblasti, ale i z celého Blízkého a Středního východu. Později se naftalanská ropa vyvážela do Německa, kde z ní připravovali léčivé a technické preparáty, a rozšířila se tak daleko za hranice Ázerbajdžánu. Naftalanskou ropu jako léčebně preventivní prostředek hojně používali Japonci v období rusko-japonské války a Němci během první světové války.

Léčebnými prostředky lázní jsou léčivá ropa - *naftalan* - a suché subtropické podnebí.

Naftalanská ropa je jako aktivní léčebný prostředek předmětem podrobného výzkumu a používá se při mnoha onemocněních. Naftalanská ropa rozšiřuje cévy, zlepšuje výživu vaziv, posiluje funkci žláz s vnitřní sekrecí, vyrovnává pH, zlepšuje látkovou výměnu a posiluje obranyschopnost lidského organismu. Naftalanská ropa vykazuje protizánětlivé a bolest utišující účinky.

Tato léčivá ropa se těží pomocí vrtů, odkud je přečerpávána do nádrže, v které se odděluje od vody, a na-

konec je vedena do budovy lázní, kde jsou dvě oddělení - jedno se slunečním a druhé s parním ohřevem.

Indikace: nemoci pohybového a opěrného systému (kosti, svaly a šlachy), následky zranění a popálení, onemocnění cév (flebitida, tromboflebitida a Buergerova nemoc), nemoci periferního nervového systému, některá onemocnění centrální nervové soustavy, gynekologické a kožní nemoci a onemocnění ucha, krku a nosu.

Kontraindikace: anémie různého původu, zhoubné nádory, sklony ke krvácení, nemoci ledvin se zjevnou nefunkčností ledvin a další nemoci nad rámec lázeňské léčby.

V období Velké vlastenecké války 1941–1945 našel kromě přírodního naftalanu široké uplatnění pro zevnější i vnitřní užití i bílý naftalan zbavený pryskyřic. Je to naftalanská ropa zbavená pryskyřic, lehkých frakcí a naftenických kyselin, aniž by byl narušen její léčivý základ. Naftalan zbavený pryskyřice je efektivnější, ekonomičtější a pohodlnější k užívání než přírodní.

Léčebné preparáty z naftalanské ropy: rafinovaná naftalanská ropa, mast Naftalan, naftovazelína, naftalansalicyllová pasta, borito-zinko-naftalanová pasta, dehtová pasta se zinkem, sirno-zinko-naftalanová pasta, pasta z ichtyolu, zinku a naftalanu, naftalanská mast, naftalanské čípky, naftalanský pudr, léčivý tmel, •kafir s naftalanem, salol s naftalanem, mentol s naftalanem. Dva poslední preparáty se připravují z naftalanu zbaveného pryskyřice.

Naftalan se také využívá v různých koupelích - v koupeli, která je ohřívána sluncem nebo parou, v perličkové koupeli, koupeli spojené s helioterapií,

soluxem nebo obloukovými lampami, v koupeli se suchým vzduchem pro inhalaci a v dalších."

Tato ropa zvláštního druhu se používala k léčení mnoha nemocí. Lékaři zkoumali její léčebné vlastnosti a určili indikace a kontraindikace.

Co je to naftalanská ropa? Z čeho skládá? *Velká lékařská encyklopedie* říká: „Naftalanská ropa (ropa z Naftalanu, ropa naftalan, *Naphtha naphthalan*, *Naphthalanum liquidum raffinatum*) - léčivá ropa, jež představuje složitou směs naftenových a aromatických uhlovodíků a pryskyřic a obsahuje málo lehkých frakcí. Naftalanská ropa je hustá sirupovitá kapalina černé barvy s nazelenalou fluorescencí a někdy s mírnou opalescencí. Má slabý charakteristický aromatický zápach a projevuje se slabě kyselou reakcí. Obsahuje do 0,19 % síry a patří k těžkým druhům ropy. Specifická hmotnost 0,94-0,96^g, bod varu 140-147 °C. S vodou se nemísí, pouze s glycerinem a oleji. Zcela se rozpouští v benzínu, trichlormetanu, benzolu, částečně v etylalkoholu (95 %); rozpuštěná část má kvůli přítomnosti naftenových kyselin kyselou reakci.

Naftalanská ropa a její preparáty mají v současné době široké uplatnění v dermatologii, neboť naftalan změkčuje kůži, včetně zrohovatělých částí, dezinfikuje, snižuje svědivost, slabě tiší bolest a působí protizánětlivě.

Základní indikace k léčebnému použití naftalanské ropy a jejích preparátů: akutní a chronické dermatitidy a ekzémy, mikrobiální ekzém, neurodermitida, popáleniny kůže, některé druhy pyodermie a šupinovitého ekzému, svědění kůže a prurigo. V koncentraci 15 až 20 % mohou být preparáty použity také k léčení prole-

ženin a některých poranění. Naftalanská ropa nedráždí kůži, nezpůsobuje otravu; na rozdíl od dehtových preparátů nezpůsobuje fotosenzitivitu. Nebrzdí perspiraci, nezahřívá kůži.

Naftalanská ropa se pro vnější léčbu může používat v různých léčivých podobách, např. jako zásyp, pasta, mast a podobně.

Jeden z nejrozšířenějších preparátů naftalanská ropa je naftalanská mast (*Ung. naphthalani*), která je směsí osmi dílů naftalanská ropa se dvěma díly cerezinu nebo parafínu. Vyrábí se průmyslově. Homogenní látka černé barvy zevnějškem připomíná ichtyol. Ve vodě není rozpustná, při roztírání se mísí s vodou až do 35 % (neztrácí masti podobné složení) a také s glycerinem a oleji; v lihu je málo rozpustná. Tato trvanlivá látka může být uschována několik měsíců, a dokonce let. Používá se jako základ pro výrobu masti v 10–25% koncentraci a může být použita také v čisté podobě.

Druhým preparátem získaným z naftalanská ropa, je emulze naftalanu (*Emulsio Naphthalani liquidi*); 10% emulze rafinované naftalanská ropa ve vodě je sirupovitá kapalina černé barvy s nazelenalou fluorescencí, charakteristickým zápachem a slabě kyselou reakcí. S vodou se nemísí. Lihový extrakt naftalanská ropa se používá k léčbě mazotoku. Podle indikací může být naftalan použit v kombinaci s jinými léčivými látkami - například s mastí ze síry, dehtu a naftalanu, pastou z ichtyolu a naftalanu, naftalansalicylovou mastí a dalšími, kde se koncentrace naftalanu a také síry, dehtu a ichtyolu může měnit."

Ropa a lékařství

Ropa je směs organických sloučenin a obsahuje především velké množství uhlovodíků - 82 až 87 %. Podle uhlovodíků, které se v ní nacházejí, je: 1) parafinická, 2) naftenická, 3) aromatická.

Do ropy patří organické kyslíkové sloučeniny jako kyseliny a fenoly (fenol neboli hydroxybenzen je nejsilnější antiseptická látka!). Kromě toho ropa obsahuje také organické sloučeniny síry a dusíku. Sloučeniny síry, jak je známo, zpomalují růst bakterií a používají se v lékařství proti různým mikroorganismům. Sloučeniny dusíku v podobě močoviny zvyšují aktivitu enzymů při dělení a ničí infekce. Někteří lékaři při léčení rakoviny nasazují preparáty na bázi močoviny.

Když mluvíme o léčivých vlastnostech ropy, je nutné kromě chemického složení brát v úvahu i následující faktory: stáří ropy, obsah látek, s nimiž ropa přišla do styku (horniny, voda, plyny), fyzické podmínky v ložisku ropy (teplota, tlak, vliv magnetického pole a dalších faktorů) a působení mikroorganismů na ropu.

Z čeho a jak ropa vznikla, neví spolehlivě nikdo. Jednoznačně můžeme tvrdit, že je to produkt činnosti planety, který je uložen v různé hloubce zemského povrchu - od několika set metrů až po několik kilometrů. Je možné říci, že je to koncentrovaná síla a produkt Země.

Z ropy se vyrábějí stovky různých látek: palivo, lékařské preparáty, produkty nutné pro kosmetický průmysl, suroviny k syntéze vláken, k výrobě gumy, umělých hmot, olejů, kyselin a podobně. K léčení začala být ropa používána již velmi dávno. Římsí lékaři z ní připravovali léčivé masti; v léčebné praxi ji

využívali známí lékaři starověku i středověku. Ropa byla k léčení používána až do padesátých let minulého století, kdy tuto přírodní (v čisté formě) látku zcela vytlačil farmaceutický průmysl. Je to uvedeno ve *Velké lékařské encyklopedii*:

„Očištěná ropa (*Petrae rectificatum*) je čirá bezbarvá kapalina s charakteristickým zápachem, získává se z čisté italské ropy a od surové ropy se odlišuje nepřítomností pryskyřičných látek. Používala se vnitřně jako *anthelmintikum* a také při vodnatelnosti, křečích a dalších onemocněních. Přípravek *Skalpen* se připravoval z parafinového oleje a používal se jako prostředek pro zesílení vlasů. Gabianový olej je ropa, která se těží v Gabianu ve Francii. Preparát se vyráběl v kapslích ve směsi s ovocným sirupem a používal se při zánětu průdušek, zánětu hrtanu, bronchiálním astmatu a dalších nemocech dýchacích cest.“

V lidové medicíně se preparáty na bázi ropy používají dosud. Nyní se otevírají nové možnosti využití, protože se objevují další léčivé vlastnosti ropy a preparátů z ní vyrobených.

V této knize se budeme zabývat převážně produkty destilace ropy, které mají zjevné dezinfekční účinky: petrolej, naftalen, benzin a další.

Léčba petrolejem

Stručná charakteristika petroleje

Petrolej je směs uhlovodíků C_9-C_{16} a získává se při destilaci ropy (v rozmezí teploty 110–320 °C). Destiláty ropy, jež obsahují síru, se čistí vodou.

Petrolej obsahuje příměsi sloučenin síry, dusíku nebo kyslíku. Jeho barva je od bezbarvé až po světlehnědou s modrým nádechem. Podle chemického složení a způsobu zpracování ropy, z které se petrolej získává, obsahuje:

- Nasycené alifatické uhlovodíky - 20-60 %;
- Naftenické uhlovodíky - 20-50 %;
- Bicyklické aromatické uhlovodíky - 5-25 %;
- Nenasycené uhlovodíky - do 2 %.

Čím vyšší je bod varu směsi, tím více je v ní bicyklických uhlovodíků.

Rozlišují se následující druhy petroleje: letecký, ke svícení (podrobuje se dodatečné rafinaci pomocí síranů pro snížení obsahu pryskyřic a naftenových kyselin), k technickým účelům a jako rozpouštědlo (dodatečně se podrobuje dearomatizaci). V lidovém léčitelství se využívá letecký petrolej a petrolej ke svícení.

Petrolej se vyrábí z ropy a z toho můžeme odvodit jeho léčebné účinky. Výše jsem se již zmínil o použití ropy v lékařství k léčbě různých nemocí. Chci zvláště zdůraznit, že vše, co bylo výše řečeno o léčivých vlastnostech ropy, se v plné míře vztahuje i na její pro-

dukt -petrolej, jenž také obsahuje příměsi sloučenin kyslíku, síry a dusíku.

Jaký petrolej použit k léčebným účelům

K léčebným účelům se používá petrolej ke svícení a letecký petrolej.

V lidovém léčení se odedávna používá petrolej ke svícení (lijí se do lamp k osvětlení místností). Letecký petrolej se objevil mnohem později. Předpokládá se, že je lépe očištěn, a proto je pro léčebné účely vhodnější. Existují dva druhy leteckého petroleje - letní a zimní. Do zimního se přidávají látky, které brání jeho zamrznutí. To je nutné vědět a pro léčení využívat pouze letní letecký petrolej.

Petrolejem se léčí od dávných dob, kdy se ještě nevědělo o jeho příměsích, a proto doporučuji použít obvyklý petrolej ke svícení.

Petrolej ke svícení

Petrolej ke svícení je určen k využití v topných zařízeních a v lampách v obytných prostorách. V petroleji ke svícení je omezen obsah těžkých frakcí, jež zhoršují průběh hoření. Na exploatační vlastnosti petroleje má významný vliv obsah aromatických uhlovladků: se snížením jejich obsahu vzrůstá intenzita jasu plamene a výhřevnost petroleje. Proto se různé druhy petroleje klasifikují podle výšky nečadivého plamene - ukazatele, který závisí na obsahu aromatických uhlovladků. Vyrábějí se tři typy petroleje ke svícení: petrolej 30, petrolej 25, petrolej 20. Čísla označují výšku nečadivého plamene - která je 30, 25 a 20 milimetrů.

Na léčení je vhodný kteréhokoli petrolej z výše jmenovaných typů.

Charakteristika petroleje ke svícení

| Znak jakosti | petrolej 30 | petrolej 25 | petrolej 20 |
|--|-------------|-------------|-------------|
| Hustota při 20 °C, kg/m³, max. | 790 | 795 | 830 |
| Frakční složení: | | | |
| destilace do 200 (270) °C, %, min. | 25 | 50 | (80) |
| 98 % destilace, °C, max. | - | - | 10 |
| konec varu, °C, max. | 280 | 290 | - |
| Barva, podle jednodlitosti, max. | 1 | 2 | 15 |
| Výška nečadivého plamene, mm, min. | 30 | 25 | 20 |
| Teplota zakalení, °C, max. | -15 | -15 | -12 |
| Kyselost, mg KOH/100 cm³, max. | 1,0 | 1,0 | 1,3 |
| Popelnatost, %, max. | 0,002 | 0,002 | 0,005 |
| Hmotnostní podíl síry, %, max. | 0,02 | 0,015 | 0,1 |

Poznámka: Pro všechny druhy platí, že neobsahují kyseliny rozpustné ve vodě, zásady a mechanické příměsi; při zkoušce na měděné destičce měď nereaguje.

Podle mě je petrolej ke svícení, který se prodává v běžných prodejnách, vhodný k léčbě a nevyžaduje čištění. Takovýto petrolej jsem několikrát ve své praxi použil. Někteří lidé se však domnívají, že je třeba jej očistit. Nabízím několik možností očisty petroleje.

Způsoby očisty petroleje:

1. Nalijte petrolej do láhve o objemu 0,5 litru, vsypte tři polévkové lžice soli, dobře protřepejte a potom přeced'te přes vatou nebo gázu do druhé láhve - tu zcela zaplňte a postavte na podložku do hrnce se studenou vodou. Přiveďte k varu a vařte hodinu a půl. Láhev a hrnec pokličkou nepřikrývejte. Sůl zůstane na dně. Buďte opatrní, protože petrolej při zahřívání může vzplanout.

2. Petrolej, dokonce i letecký, je možné čistit v domácích podmínkách následujícím způsobem: Do třílitrové láhve nalijte jeden litr petroleje a jeden litr vroucí vody. Láhev uzavřete polyetylenovým víčkem. Po navléknutí rukavic (abyste se nespálili) několikrát protřepejte a nechejte několik minut odstát. Potom hadicí odčerpejte vodu. V dělicí vrstvě mezi kapalinami se nahromadí nečistota. Nakloňte láhev a tuto kapalinu spolu s částí petroleje slijte do samostatné nádoby k následující očistě. Stejným způsobem očistěte ještě dva litry petroleje.

Názor chemiků na výše uvedené čištění:

„Pozorování ukazují, že čistý letecký petrolej bílé barvy má dostatečnou čistotu k přípravě různých vnějších obkladů a mastí. Žlutý petrolej ke svícení je třeba očisťovat. Nejlepším způsobem je destilace, kterou se ale kvůli hrozbě požáru a výbuchu nedoporučuje provádět bez speciálního vybavení. Výše popsaná metoda

domácí očisty musí být upravena následujícím způsobem: Jeden litr petroleje se po dobu dvou až tří minut protřepává s jedním litrem horké vody (60-70 °C), pravidelně se odklápí víčko a odstraňuje nadměrný tlak. Po vytvoření vrstev kapaliny se vrchní (petrolejová) vrstva slije, ale chomáče na hranici dělení vrstev se neodebírají. Celkově je však efektivita takového očisty dosti sporná."

3. Petrolej přefiltrujte přes říční písek (předem jej promyjte a vysušte), přes gázu a vatou. Po této filtraci zmizí specifický zápach petroleje. Petrolej je možné filtrovat i přes aktivní uhlí - výsledek bude stejný.

4. Hrdlo čisté skleněné láhve převažte gázou, na ni položte kus černého chleba a na něho nasypete silnou vrstvu na prášek rozdrčeného dřevěného uhlí. Petrolej pečlivě zahřejte a horký jej filtrujte skrz chléb s uhlím - nejlépe čtyřikrát.

Mechanismus léčivých účinků petroleje

Na základě konkrétních příkladů z praxe lidového léčitelství se pokusím objasnit mechanismus léčivých účinků petroleje. Myslím si, že to budou poznatky užitečné pro praxi. Nejprve připomenu lékařské indikace a kontraindikace naftalanské ropy, které je možné ne přímo vztáhnout i na petrolej.

Indikace: nemoci pohybového a opěrného systému (kostí, svalů a šlach), následky zranění a popálení, onemocnění cév (flebitida, tromboflebitida a Buergerova nemoc), nemoci periferního nervového systému, některá onemocnění centrální nervové soustavy, gy-

nekologické a kožní nemoci a onemocnění ucha, krku a nosu.

Kontraindikace: anémie různého původu, zhoubné nádory, sklony ke krvácení, nemoci ledvin se zjevnou nedostatečností ledvin a další nemoci, jež nejsou určeny k lázeňské léčbě.

Smrtelná jednorázová dávka petroleje je pro člověka tři až čtyři sklenice na lačný žaludek.

Pavel Kurennov ve své vynikající knize *Ruská lidová léčba* uvádí několik receptů, kde je používán petrolej a další sloučeniny uhlíku:

Starobylý lidový způsob léčení revmatizmu (mírný přípravek)

Revmatismus je jakékoli onemocnění, které je provázáno bolestí svalů a kloubů. Nejčastěji revmatismus vzniká z nachlazení a prochlazení. Pro jeho léčbu je třeba použít opačně působící prostředek - zahřát a zmírnit bolest v dané oblasti. Lidová medicína k tomuto účelu používá dvě silně zahřívající látky - sůl a hořčice - a jako jejich rozpouštědlo a změkčovadlo petrolej.

Recept přípravy: 180 g soli, 90 g sušené hořčice. Přimíchat tolik petroleje, aby vznikla směs v konzistenci kysané smetany. Vhodný je petrolej letecký i ke svícení.

Způsob použití: vtírat na noc, dokud se směs nevstřebá.

Tento přípravek je lepší než glycerin a krémy a změkčuje kůži na rukou.

Petrolej v tomto receptu má kromě role změkčovadla a rozpouštědla také další léčivé účinky. Zahřívá,

podporuje přenos soli a hořčice na nemocné místo. V postižené oblasti otevírá cévy, zlepšuje výživu buněk, normalizuje rovnováhu mezi kyselinami a zásadami, zlepšuje látkovou výměnu a má protizánětlivé a bolest utišující účinky. Výsledkem je, že revmatismus zmizí.

Sibiřský babský prostředek na revmatismus

Vezme se dostatečně velká měkká látka, aby jí šlo překrýt nemocné místo (ruku, nohu, případně jiné části těla). Namočí se v kvalitním petroleji a přiloží se na nemocnou část těla. Potom se vezme ručník, kterým se ováže místo, kde je přiložená látka namočená v petroleji. Tak se vytvoří tepelně izolační vrstva, jež je nutná pro kvalitní zahřátí nemocného místa. Ručník se upevní pomocí elastického obvazu. Většinou se za nějakou dobu začne oblast pod ručníkem silně zahřívát - právě to je nutné pro vyléčení revmatizmu. Jestli bude pocit pálení pro kůži skoro nesnesitelný, pak je třeba ručník trochu uvolnit, ale zcela jej nesundávat. Petrolejový zábal se nechává působit od třiceti minut do dvou hodin. Po sejmutí ručníku a látky namočené v petroleji se doporučuje namazat kůži rostlinným olejem nebo vazelínou. Dělá se to kvůli tomu, aby se z horka neodlupovala kůže. Mechanismus působení petroleje je stejný jako v prvním receptu.

Oblíbený lidový prostředek na revmatismus

Do láhve od šampaňského s kvalitním uzávěrem se nalije 180 g dřevného oleje (jestliže jej nemáte, můžete jej nahradit olivovým olejem). Přidá se tam od deseti do dvaceti lusků červené papriky a nalije se

180 g dobře vyčištěného petroleje. Vše se dobře protřepe dohromady, pak se nechá vyluhovat na teplém místě¹⁰ po dobu devíti dnů a denně se protřepává. Tato směs se maže na noc. Ráno je potom třeba obléknout si teplé vlněné spodní prádlo a vlněné punčochy.

V tomto receptu olivový olej působí jako změkčovač, petrolej jako rozpouštědlo a zahřívací prostředek a červená paprika jako silný zahřívací prostředek. Celkově prostředek změkčuje, zahřívá, zlepšuje krevní oběh a látkovou výměnu ve ztuhlé a prochládlé části těla. Právě tento účinek tvoří základ pro vyléčení revmatizmu.

Mechanismus fungování petroleje je stejný jako v prvním receptu.

Starodávný prostředek na revmatismus

V lékárně si kupte sladkovodní houby. Rozpusťte jednu čajovou lžičku másla, nakapejte deset kapek petroleje a smíchejte se sladkovodními houbami na kašičku. Směs vetřete na noc do nemocného místa a ovažte flanelem. Tento postup proveďte jednou, a jestliže potom budete znovu cítit bolesti, pak je třeba za týden tuto léčebnou proceduru zopakovat. Častěji vtírat směs sladkovodní houby s máslem není možné, protože by se objevila vyrážka kvůli podráždění kůže - při vtírání se kůže totiž silně zahřívá.

Lidový způsob léčení angíny čištěným petrolejem

Tímto způsobem je možné léčit angínu pouze na samotném začátku nemoci. Je třeba přefiltrovat petrolej přes silnou vrstvu hydroskopické vaty.¹¹ Namotejte

na konec špejle kousek hydroskopické vaty, namočte do očištěného petroleje a potřete zanícené mandle. Je třeba mazat co nejhlouběji v krku každou půlhodinu po dobu jednoho dne a pak angína rychle pomine.

Někteří doporučují kloktat petrolej (stačí jedna čajová lžička).

Jestliže je nemoc zanedbána a dostala se dovnitř (na mandlích vznikly abscesy), pak se léčba čištěným petrolejem považuje za opožděnou, neúčinnou a zcela nepoužitelnou.

Petrolej posiluje obranné síly organismu a má protizánětlivé a bolest utišující účinky. Nejdůležitější je, že silně vysušuje, což způsobuje dehydrataci a smrt patogenních mikrobů, které se nacházejí na sliznici mandlí a krku. Proto je tak důležité zachytit patogenní proces na samotném začátku, dokud mikrobi nepronikli hluboko. Na venkvě někdy mazali petrolejem krk nemocným záškrtem, aby rozevřeli pablány, protože jinak se člověk mohl udusit.

Léčba akutního zánětu průdušek pomocí petroleje

Rozpusťte trochu medu v polovině sklenice portského vína a dobře rozmíchejte. Očistěte a rozdrťte paličku česneku. Připravte 40-50 ml petroleje. Před spánkem pečlivě natřete chodidla nohou česnekovou kašičkou a hrud' petrolejem, potom si oblečte vlněné ponožky, teplé spodní prádlo, vypijte sklenici portského vína s medem a lehněte si do postele. Tento postup opakujte denně do úplného vyléčení.

Tento způsob léčby pomáhá posílit zahřívání a cirkulační procesy organismu a díky tomu je možné odstranit hlen z oblasti plic a vyloučit jej z těla.

Léčba mokvavého ekzému petrolejem

U holčičky se na ohybu krku objevila malá červená skvrna velikosti nehtu. Dále se rozrůstala a bylo třeba obrátit se na kožního lékaře. Ukázalo se, že je to mokvavý ekzém. Léčba, která spočívala v mazání napadeného místa jódem, nepomáhala. Ekzém se dále zvětšoval.

Nemocné radili ráno a večer mazat postiženou kůži čištěným petrolejem, jenž byl předtím přefiltrován přes říční písek (který matka dříve promyla a vysušila), gázu a vatu. Po takové filtraci mizí specifický zápach petroleje. Petrolej je možné filtrovat i přes aktivní uhlí. Výsledek bude stejný, ale náročnost procesu čištění menší.

K úspěšnému vyléčení, kdy nemoc beze stopy zmizela, stačily pouhé dva, tři dny.

Mokvavý ekzém vzniká v důsledku toho, že se na kůži vytvoří pro něj vhodné vlhké prostředí. Abychom se jej zbavili, je třeba zbavit jej příležitosti k výskytu - vysušit kůži. Použití petroleje v tomto případě bylo opodstatněné tím, že má silné vysoušecí vlastnosti. To spolu s baktericidním účinkem stačilo, aby mokvavý ekzém rychle zmizel.

Léčba revmatické karditidy a vady mitrální chlopně petrolejem

Žena měla patnáct let revmatickou karditidu. Trpěla častými angínami s vysokou teplotou, nevolností

a bolestmi v nohách a rukách. Dlouho dopředu věděla, že bude pršet, protože ji loupalo ve všech kloubech. Léčba antibiotiky, mazání a léčebné koupele nepomáhaly. Mikrobi se na nějakou dobu schovali hlouběji do organismu a potom vše začalo znovu.

Jednou se dozvěděla, že na venkově se nemoci krku, angíny a záškrt léčí petrolejem, a rozhodla se to vyzkoušet. Při prvních příznacích začínajícího onemocnění krku namotala na tužku vatový tampon, namočila jej do petroleje (je třeba se jen zlehka dotknout petroleje), široce rozevřela ústa a potřela si mandle. Díky této jednoduché proceduře bolesti v krku ihned zmizely.

Když tento způsob léčby používala dva roky, všimla si, že zmizely bolesti nohou a potom i příznaky revmatické karditidy! Potvrdily to i výsledky vyšetření.

Revmatická karditida a také srdeční vady mnohdy vznikají jako důsledek častých angín. Člověk je několikrát odstůně a potom dříve zdravé srdíčko začne zlobit. Vyšetření zjistí revmatickou karditidu a vadu srdce. Je zjištěno, že během angíny se patogenní mikrobi dostávají do krve a jsou nesený jejím proudem do srdce. Tam vytvářejí kolonie, které se rozrůstají, vyvolávají mechanické změny srdečních chlopní a oslabují srdeční sval. Velmi rychle si zvykají na antibiotika, a dokonce se množí ještě bujněji.

Petrolej, jenž má specifický antimikrobiální a protiplísňový účinek, je úspěšně ničí, aniž by ovlivňoval organismus a jeho obvyklou mikroflóru. Zvyšuje obranné síly organismu, rozšiřuje cévy a zlepšuje vyživování. Uvedené faktory působí na prapříčinu nemoci a způsobují řádné obnovení srdeční činnosti.

Léčba petrolejem je dlouhodobá a je třeba ji provádět pravidelně. Každodenně se užívá ráno nalačno 5-10 kapiček. Léčebná kúra je 1-1,5 měsíce a potom následuje přerušení na 2-4 týdny.

Rychlý způsob vyléčení radikulitidy pomocí petroleje

Vezme se jedna řepa střední velikosti, pečlivě se omyje a nastrouhá na drobném struhadle. Šťáva se vymačká - zde není potřebná. Výlisky se smísí s jednou plnou polévkovou lžící petroleje a dají na kartounovou látku. Ta se potom jako obklad přikládá na nemocné místo na celou noc. Obvykle k úplnému vyléčení stačí 1-5 procedur.

Lidé, kteří používají tuto metodu léčby, na dlouho zapomněli, co je to radikulitida.

Abychom pochopili vzájemné působení petroleje a řepy, podíváme se podrobněji na jejich vlastnosti.

Řepa je horká a suchá (první stupeň).

Má změkčovací, rozpouštěcí a očišťující účinek a zlepšuje látkou výměnu.

Červená řepa obsahuje více než 50 % sodíku a pouze 5 % vápníku. Tento poměr podporuje rozpuštění vápníku v organismu - zvláště i lidí, u nichž se soli vápníku uložily v organismu v důsledku požívání vařené stravy.

Chlor je silný organický očišťující prostředek pro játra, ledviny a žlučník a také stimuluje mízní žlázy. V důsledku toho je šťáva řepy užitečná pro játra a žlučník.

Řepa díky vysokému obsahu těkavých látek podporuje rychlé uvolnění stlačených míst v organismu.

Petrolej pomáhá rychlé přepravě účinných látek k nemocnému místu. Tímto způsobem kombinace petroleje a řepy zabezpečuje efektivnější působení na ložisko radikulitidy, a tedy i rychlejší uzdravení.

Recept s petrolejem na léčbu artritidy, myozitidy, dny a usazování solí

Vezme se 50 ml petroleje, 50 ml jakéhokoli slunečnicového oleje, 1/4 obyčejného mýdla a necelá jedna čajová lžička sody. Vše se pečlivě smíchá a vzniklá mast se nechá luhovat na teplém místě 3-5 dnů.

Způsob užití je jednoduchý: Před spánkem do sucha vetřít mast do nemocného místa, které je pak třeba pro lepší zahřátí zabalit vlněnou tkaninou. Abyste získali výrazný léčivý účinek, stačí vtírat okolo jedné čajové lžičky masti. Ráno se kůže omyje teplou vodou bez mýdla.

V důsledku silného zahřátí kůže se mohou objevit alergické reakce. K jejich odstranění je třeba zmenšit dávku a provádět proceduru jen jeden až tři dny.

Tento recept zahrnuje tři ingredience, které vzájemně zesilují účinek při zahřívání organismu. Olej není jen pojídlem, ale také hraje úlohu změkčovadla usazenin. Petrolej pomáhá lepší přepravě látek k nemocnému místu.

Amirdovlat Amasiaci o sodě napsal: „Je bílá a červená. Lepším druhem je bílá. Její podstata je horká a suchá na třetím stupni. Má očišťující schopnosti. Odstraňuje pihy a také vyrážku na obličeji. Podněcuje hustou vlhkost. Jestliže se z ní udělá horký obklad, pak rozežene (zduření) sleziny.“

Mýdlo má podle Amirdovlata Amasiaciho podstatu horkou a suchou na čtvrtém stupni. Má očišťující schopnosti. Rozhání otoky a v kombinaci s henou se využívá k léčbě kolen.

Výsledkem spojení složek, jež jsou v masti smíchány, je silný vliv na patogenní základ artritidy, myozitidy a usazování solí.

Tinktura z petroleje a červené papriky proti nachlazení

K 200 ml petroleje přidejte jednu polévkovou lžici červené mleté papriky, pečlivě promíchejte a dejte odstát. Když se petrolej zbarví dočervena, je nálev připraven k použití.

Způsob použití: Při nachlazení, bronchitidách a akutních respiračních onemocněních se nálev jemně vtírá do oblasti hrudi a zad. Aby nebyla popálena kůže (zvláště, pokud se procedura provádí u malých dětí), postupuje se takto: Jemně se namočí kousek vaty do petroleje (v případě nutnosti se přebytečný petrolej vymačká) a opíše se jím kružnice na zádech. Nanesený petrolej se suchýma rukama vetře a stejně se postupuje v oblasti hrudi a potom na lýtkách a spodní části chodidel.

Po proceduře si nemocný člověk lehne do postele (dítě je nutno napřed teple obléci), aby se zahřál a vypotil.

Při kašli mohou dospělí i děti vypít teplé mléko, do něhož se přidají 2-5 kapek petroleje. Aby petrolej nezapáchal, je nutné jej předtím přefiltrovat přes písek.

Úspěch léčby spočívá v silném zahřívání a hojném pocení, během kterého se pálí a odvádí z organismu patogenní základ nemoci (chlad a mikrobi).

Když se dobře vypotíte, převlečte se do suchého oblečení (dítěti vyměňte prádlo). Oblečení mokré od potu obsahuje „stopy“ nemoci a je nutné jej vyprat. V suchém oblečení si znovu lehněte do postele. Tuto proceduru je třeba provádět dvakrát za den - ráno a večer. Až kašel zmizí, tak si mléko s petrolejem neberte. Stačí několik dnů, abyste se zcela vyléčili z bronchitidy, bronchopneumonie a akutních respiračních onemocnění.

O základních vlastnostech petroleje již víte. Dodám ještě, že má schopnost rozehtřívát a odvádět z organismu hlen, jenž se vytváří při nachlazení.

Léčivé vlastnosti má i červená paprika. Podle tvrzení Amirdovlata Amasiaciho je její povaha horká a suchá třetího stupně. Ředí a změkčuje. Zahřívá plíce a pomáhá při kašli způsobeném prochlazením. Posiluje a zahřívá žaludek a podporuje trávení.

Petrolej jako rozpouštědlo a „dopravní prostředek“ (kromě zahřívání a dalších vlastností) pomáhá v dopravě léčivého základu červené papriky k plícím. Nachlazené plíce se zahřívají, hlen v nich shromážděný (zvláště při zánětu průdušek) se rozředuje a odchází. Stimulují se obranné síly organismu, což podporuje úspěšnou léčbu.

Doporučil bych dětem a lidem s citlivou kůží trochu „zmírnit“ tento recept tak, že přilijete 50-100 ml rostlinného oleje. Olej se přidává po vyluhování papriky v petroleji a směs je třeba pečlivě rozmíchávat, dokud nezískáte stejnorodou hmotu. Taková mast nebude tak silně pálit kůži, vysušovat ji a dráždit. Čím jemnější a citlivější je kůže, tím více je třeba přidat oleje.

Recept lidového léčitelství na rýmu

Na noc namažte spodní části chodidel petrolejem. Namočte v petroleji jemný hadřík, vymačkejte jej a přiložte na spodní část chodidel nohou. Navlečte si na chodidla mikrotenové sáčky a na ně teplé ponožky. Teple se zachumlejte a lehněte si do postele. Obvykle se k ránu stav zlepší nebo rýma zcela mizí.

Léčba svrabu a pedikulózy petrolejem

Do objevení současných odšívujících preparátů proti nakažení kožními parazity se léčilo petrolejem. Petrolej se mísil napůl s jakýmkoli rostlinným olejem a během dvou tří dnů mazali na noc touto směsí celé tělo a také postříkovali prádlo, punčochy a palčáky. Ráno omyli tělo a vyměnili prádlo. Obvykle pro vyléčení stačily dvě až tři procedury. Nedostatkem tohoto způsobu léčby je pravděpodobnost vzniku dermatitidy (zvláště u dětí).

Hned po skončení léčby bylo třeba všechno prádlo nemocného (oblečení, jež nosil, i ložní prádlo) pečlivě vyprat a vyvařit. Vrchní oblečení se muselo dezinfikovat od roztočů v dezinfekční komoře, žehlením horkou žehličkou (zvláště z vnitřní strany) nebo vyvětráním na vzduchu po dobu pěti až sedmi dnů. Stejně se postupovalo s matrací, příkrývkou a dalšími věcmi nemocného. Mimořádně důležitý význam má souběžná léčba všech nemocných - v rodině, škole, internátu...

Je třeba vědět, že roztoči, kteří způsobují svrab u zvířat (psů, koček, koní), se mohou také dostat ke člověku, ale nenacházejí zde vhodné prostředí pro svou existenci. Dost rychle hynou a vyvolávají pouze

krátkodobé svědění a vyrážku. Tyto symptomy mizí bez opakované infekce dokonce bez léčení.

Léčba osteochondrózy v domácích podmínkách

Předkládám vám recepty masť na bázi petroleje, které je možné připravit v domácích podmínkách.

1. Jednu sklenici květů bezu nechat vyluhovat v 0,5 l petroleje po dobu 7-10 dnů. Natírat nemocná místa. Kontraindikace: individuální nesnášenlivost.
2. Smíchat 250 ml slunečnicového oleje, 250 ml petroleje a 5-10 lusků předem rozemleté červené papriky (podle požadované tuhosti masťi). Nechat devět dnů vyluhovat na teplém místě a každý den dobře promíchat. Na noc vtírat do bolestivého místa. Ráno si obléci teplé prádlo. Kontraindikace: individuální nesnášenlivost.
3. Smíchat 50 ml petroleje, 1/4 sklenice slunečnicového oleje, 1/4 obyčejného mýdla, 1 čajovou lžičku jedlé sody. Míchat, dokud z přísad nevznikne masť. Nechat vyluhovat tři dny a potom vtírat do nemocných míst. Kontraindikace: individuální nesnášenlivost.
4. 1 a 1/2 sklenice šťávy ředkve smíchat s 1 sklenicí čistého medu a s 1/2 sklenice petroleje, přidat jednu polévkovou lžici soli, důkladně promíchat a pak vtírat do nemocných míst.

Aplikace těchto preparátů je neúčinnější léčebnou procedurou při osteochondróze. Působí se na biolo-

gicky aktivní body, oblasti a části těla a dosahuje se silného lokálního zahřátí, významného zvýšení oběhu krve, okysličování a zlepšení výměny látek v prochlazených a napadených tkáních. Výsledek se velmi příznivě projevuje v nervově-svalových reakcích páteře.

Obvykle je nutné provést pět až deset léčebných procedur, aby došlo k plnému vyléčení. Kolik procedur je třeba konkrétnímu nemocnému, se určuje podle principu: „Užíváme, dokud bolí. A ještě jednou - pro upevnění výsledku.“ Důležitou hodnotou nabízených způsobů léčby je jejich vysoká účinnost, jednoduchost použití a možnost využití v domácích podmínkách.

Aplikace petroleje s mýdlem

Měkká plátěná látka (bez syntetických příměsí) se namočí v petroleji a vyždímá. Aplikátor musí být mokrá, ale petrolej z něho nesmí téci. Látka se dá na voskované plátno a po jedné straně se několikrát přejede kouskem obyčejného mýdla, aby se vytvořila mýdlová vrstva. Látka se přiloží nenamydlenou stranou na bolestivou oblast. Mýdlová vrstva zabraňuje odpaření petroleje, a ten se proto zcela vstřebá kůží zad. Nahoře se látka překryje voskovaným plátnem nebo polyetylénem, potom se položí vrstva vaty a vše se převáže šátkem nebo pevnou látkou. Je třeba ležet na zádech od třiceti minut do tří hodin (podle citlivosti kůže) a pociťovat pouze lehké pálení a teplo. Pravidelně je nutné kontrolovat míru zarudnutí kůže a přihlížet k tomu, že velmi dlouhé působení vyvolává popáleninu kůže a krátké neposkytuje léčivý účinek. Je třeba 3-5 aplikací s přestávkami 1–4 dny podle citlivosti kůže a jejího stavu po předchozí proceduře.

Aplikace aloe, medu a petroleje

Smíchat 50 ml šťávy aloe (1 díl), 100 g medu (2 díly) a 150 ml petroleje (3 díly).

Na jednu ze stran měkké plátěné látky se nanese roztok z aloe, medu a petroleje. Látka se přiloží se na zasaženou část zad nebo kloubů a na ni se shora položí polyetylén. Vše se přikryje vlněným šátkem a upevní.

Procedura se provádí v lehu na zádech od 30 minut do tří hodin (podle citlivosti kůže). Je třeba pociťovat jen lehké pálení a teplo. Nedopusťte, aby kůže silně zčervenala, protože velmi dlouhé působení petroleje vyvolává popáleniny. Proveďte 3-5 procedur s přestávkami 1–4 dny a řiďte se přitom citlivostí kůže.

Petrolej proti onkologickým onemocněním

V lidové medicíně se petrolej úspěšně používá k léčbě onkologických nemocí různé etiologie, přestože současná medicína pokládá tyto nemoci za kontraindikaci k jeho používání.

Uvedu dva příklady: Žena (30 let) objevila před rokem v prsu uzlinu, která se zvětšovala a bolela, a proto se obrátila na lékaře. Léčba spočívala v amputaci prsu, ale za nějakou dobu se objevily metastázy na vaječnících a v děloze. Tehdy začala nemocná žena pít petrolej. Bolesti se utišily, tlak se normalizoval a rakovinové nádory zmizely!

Jiná žena onemocněla rakovinou žaludku. Ukázalo se, že nemoc je zanedbaná. Oficiální medicína byla bezmocná, a proto nemocná na radu známých začala pít petrolej. Užívala jej po dobu dvou týdnů - třikrát

denně po jedné čajové lžičce. Za patnáct dní se cítila dobře a později se zcela uzdravila.

Čím je možné objasnit tento účinek petroleje na onkologická onemocnění? Znovu se vraťme k léčebným vlastnostem „bílé“ ropy:

1. Petrolej silně vysušuje a odvodňuje buňky. Jakýkoli zhoubný nádor je společenství živých a rychle se dělících buněk. Jestliže je připraveno o tekutinu, umírají. Díky této vlastnosti působí petrolej na zhoubné buňky ničivě.
2. Petrolej je silně pronikavý. Každý nádor se obklopuje zvláštní ochrannou vrstvou a stejně se snaží postupovat i organismus, který se od nádoru snaží také oddělit obrannou bariérou. Pro léčivé látky není snadné tuto bariéru překonat. Petrolej však umí proniknout až k nádoru a bezprostředně působit na rakovinné buňky. Této vlastnosti petroleje si všimli již v dávné minulosti, kdy věděli, že ropa, zvláště bílá, rozhání, rozpouští a otevírá ucpaná místa.
3. Zhoubný nádor způsobuje v tkáních a orgánech zánět a bolest. Petrolej má schopnost zánět rozhánět a utišovat bolest. Právě to potřebuje člověk, jenž onemocněl zhoubným nádorem.
4. V poslední době se předpokládá, že jednou z hlavních příčin vzniku a vývoje zhoubných nádorů jsou parazité. Ch. Clark zjistila, že některé hlísty vyvolávají nádory; jestliže se aplikuje léčba proti parazitům, úspěšně se léčí i zhoubné nádory. Jiní vědci odkazují na plísně, třetí (T. Sviščeva) na trichomonády, ale ve všech

případech je výsledkem léčby parazitů úspěšné vyléčení některých nádorů.

Jednou ze základních vlastností petroleje je jeho baktericidní a protihlístový účinek. Jestliže nádor skutečně vznikl v důsledku napadení organismu parazity, pak je užívání petroleje opodstatněné a povede k vyléčení. Jestliže je podstata nádoru zcela jiná (například dlouhodobý emocionální stres), pak je petrolej stejně jako i další léčba, která se nezaměřuje na psychiku člověka, neúčinná. V tomto případě je nutný zcela jiný postup. Léčba onkologických nemocí je účinná tehdy, jestliže je v souladu s prapříčinou:

5. Petrolej zvyšuje obranné síly organismu, a to je jedna z nejdůležitějších podmínek pro úspěšný boj se zhoubnými nádory.
6. Užívání petroleje rozšiřuje cévy a zlepšuje vyživování tkání. Zvláště důležité je tuto vlastnost využít během léčby nádoru. Spolu s krví se do napadené tkáně dostávají i regulační látky, jež působí na napadené buňky a nutí je podřídit se fungování celého organismu.
7. Užívání petroleje stimuluje práci žláz s vnitřní sekrecí a zlepšuje látkovou výměnu. Hormony účinně působí na buňky a regulují jejich správné fungování. Zvýšená látková výměna způsobuje mobilizaci buněk proti destruktivnímu vlivu nádoru.

Existují samozřejmě i další (molekulární, energetické a další) mechanismy působení petroleje. Protože působí na organismus jako celek i na rakovinné buňky, pomáhá nemocnému organismu bojovat s těžkou nemocí.

Tímto způsobem petrolej pomáhá k vyléčení celé řady onkologických nemocí. Nejsou to jen slova, ale výsledky rozsáhlé praxe léčení rakoviny na celém světě. Zvláště působivý je příklad Pauly Gainer, která se nejprve sama vyléčila z rakoviny a potom pomohla uzdravit se i dalším nemocným.

Podrobně vám povím o Paule a o tom, jak využívá petrolej:

Paula Gainer z Rakouska se domnívá, že petrolej léčí nemoci, jež vznikají v krvi. S pomocí popisovaného způsobu léčby vyléčila více než dvacet tisíc nemocných a získala patenty v mnoha státech.

Sama Paula vážně onemocněla rakovinou střev s metastázami. Během nemoci a léčby zhubla o čtrnáct kilogramů. Během operace jí odstranili sedm-desát centimetrů střev, ale nemoc se zhoršovala a byl napaden i konečník. Na druhou operaci k odstranění konečníku bylo pozdě, protože se uzavřel anální otvor, došlo k ochrnutí a byla napadena pravá ledvina. Po osmi dnech pobytu v nemocnici byla propuštěna domů jako nevléčitelná. Doktoři jí předpovídali na nejvýš dva dny života.

Ochrnutá Paula ležela doma a najednou si vzpomněla, jak jeden voják vyprávěl o tom, že v Jugoslávii místní obyvatelé při různých nemocích pili petrolej a natírali se jím. Rozhodla se zkusit léčbu destilovaným petrolejem a začala jej pít po čajové lžičce nalačno.

Poprvé prý vypila polévkovou lžící petroleje a za hodinu se její stav zlepšil. Za tři dny ustaly bolesti a začaly fungovat některé ochrnuté části těla. Třináctý den žena vstala a přestala zvracet. Za šest týdnů

užívání petroleje dostala velký hlad. Vrátila se jí chuť k jídlu a začala jíst zeleninu, ovoce a maso a rychle přibírala na váze. Za nějakou dobu vážila stejně jako před nemocí.

Od té doby se již Paula nebojí strašlivé nemoci, na kterou nebyly žádné léky. Prostě na ni zapoměla. Za jedenáct měsíců po uzdravení se vdala a potom porodila dvě děti. Byla dokonce dárkyní krve.

Osud však postavil Paule do cesty nové zkoušky. Její syn onemocněl dětskou mozkovou obrnou. Nemoc zasáhla obě nohy (neohýbaly se v kolenou) a léky nepomáhaly. Užívání petroleje pomohlo chlapci postavit se na nohy a za sedm dní již běhal.

Její druhý syn se říznul do prstu a dostal otravu krve. Léčba petrolejem zlepšila za pět dnů stav chlapce a za měsíc byl úplně vyléčen.

Paula potom zachraňovala nemocné se zhoubnými nádory, kde již žádné léky nepomáhaly.

V současnosti je jí padesát let, je Čestnou dárkyní krve a doktoři potvrzují její výborné zdraví.

Příčiny: Paula Gainer nezaměřuje pozornost na příčiny vzniku onkologických nemocí, protože předpokládá, že nemoc vzniká jako výsledek změn v krvi.

Léčba: Paula radí pít pouze destilovaný petrolej, který podle ní povzbuzuje lymfatické cévy a ozdravuje krev. Tato metoda léčí nemocné, jimž nepomáhají operace ani ozařování, a nevyvolává vedlejší účinky, s výjimkou nevelkého průjmu.

Podle jejích pozorování pomáhá petrolej při následujících onemocněních: rakovina s metastázami, dětská mozková obrna, otrava krve, zánět prostaty, cukrovka, astma, tuberkulóza, hemoroidy, onemocnění

jater, ledvin, střevního traktu, žaludku a srdce, dlouho se nehojící rány a vředy, bolesti hlavy, radikulitida, angína, spála, struma a nachlazení. Pomocí petroleje se odstraňují parazité z jater a střevního traktu.

Nemocným se skrytými nemocemi Paula radí užívat petrolej po 15 kapkách na kousku cukru během šesti týdnů. Začít je třeba od 1-2 kapek přidaných do převařené vody, jež se užívají třikrát denně po jídle.

Petrolej se jako prevence onkologických nemocí pije po jedné čajové lžičce po dobu jednoho roku, aby se nemoc neobnovila. Sama Paula každý rok dvanáct dnů za sebou užívá petrolej po jedné čajové lžičce nalačno. V souvislosti s tím, že ne všichni mohou pít petrolej nalačno, je možné začít s 5-6 kapkami zředěnými v převařené vodě, které se berou 2-3 denně po jídle. Léčba se provádí po dobu jednoho měsíce. Je možné brát po 15 kapkách petroleje na kousku cukru. Výsledek se zkontroluje podle rozboru moči a krve. Někdy dojde k průjmu, ale to je normální jev, jenž svědčí o čištění střevního traktu.

Při cukrovce stačí užívat po dobu 4-5 týdnů 5 kapek petroleje. Při onemocnění krve a také při vředech se doporučuje užívat čajovou lžičku petroleje. Nejprve se užívá jeden týden, pak následuje dvouměsíční přerušení, potom se užívá dva týdny po jedné polévkové lžici na lačný žaludek a nakonec 1,5 měsíce po čajové lžičce. Po spolknutí petroleje je nutné vypít čajovou lžičku rostlinného oleje kvůli promazání krku.

Během léčby se mohou objevit nevolnosti, a dokonce zvracení, ale je třeba pokračovat v užívání petroleje. Střevní trakt se bude čistit a bude odstraňovat vše neúčinné.

Při rakovině dělohy se doporučuje každý den užívat 3 kapky petroleje do úplného uzdravení.

Při diatéze dětí stačí dítěti dávat každý den po dobu 4-5 týdnů 5 kapek petroleje (je možné na kousku cukru).

Při onemocnění krve se užívá 1 čajová lžička petroleje jednou denně nalačno. Ta se užívá nejprve jeden týden, pak následuje dvouměsíční přerušení a poté se užívá čtyři týdny za sebou. Po roční pauze se léčebná kúra opakuje. Později se jako prevence užívá jednou za rok po 12 dní 1 čajová lžička petroleje nalačno.

Petrolej se doporučuje zapít 1/2 čajové lžičky slunečnicového nebo rakytníkového oleje pro vymazání krku, žaludku a střevního traktu. Já jsem po dobu léčby zajídal petrolej sušeným ovocem - fíky nebo sušenými meruňkami. Pokládám to za lepší variantu.

Ve všech případech léčby petrolej nezpůsobil otravu ani jiné škodlivé důsledky.

Jeden muž mi vyprávěl o tom, jak se léčila petrolejem jeho žena. Na prsu se jí objevila zatvrdlina, z které vycházel hnis, kromě toho měla „nějaký nádor ve střevech" a dlouhou dobu trpěla zácpou. (Jen pro vaši informaci: výskyt zácpy nevyhnutelně vede k rakovině za 10-20 let. Organismus se zanese a vytvoří se podmínky pro vznik nejrůznější onkologických onemocnění, nejčastěji v oblasti prsu a tlustého střeva.) Nemocná se obrátila na lékaře. Byla navržena operace a chemoterapie, ale to žena odmítla a rozhodla se užívat k léčbě nejjednodušší lidový prostředek - petrolej (podle metody Pauly Gainer). Za týden se objevily zřetelné příznaky zlepšení stavu. Zmenšily se bolesti v prsu a břichu, za tři týdny se přestal vylučovat hnis

a nádor ve střevech zcela zmizel. Za nějakou dobu se úspěšně vyřešil také problém se zácpou.

Podrobně popíšu mechanismus působení petroleje při vnitřním užívání. To vám pomůže pochopit, proč pomáhá zbavit se zácpy. Zácpa má různé příčiny. Užívání petroleje pomáhá zejména při atonické zácpě.

Vnitřně se petrolej užívá od několika kapek až do jedné polévkové lžice. Protože je petrolej velmi tekutá kapalina, rychle se roztéká po sliznici úst, jícnu, žaludku a střev až do zadního průchozího otvoru. Dokáže proniknout do různých průchodů a po nich stoupat vzhůru (slinivka břišní, žlučník a játra). Petrolej vzhledem ke svým rozpouštěcím schopnostem působí na cholesterolové a tukové usazeniny, a tak pomáhá očišťovat průchody a stěny střevního traktu. Hlavní vlastností petroleje je baktericidní působení. Dezinfikuje povrch a pokrývá jej tenkou vrstvou. Tím se objasňuje jeho schopnost hubit kvasinky, mikroby a bakterie, které žijí v ústech, na mandlích, v jícnu, žaludku a střevech. Velcí paraziti, již jsou připevněni ke stěnám střev, nesnášejí petrolej a odpadávají nebo odcházejí dál dolů. Malí paraziti umírají.

Když se petrolej vstřebá do krve a lymfy, působí ničivě na mikroparazity, kteří tam přebývají. Prostorová struktura uhlovodíků petroleje pomáhá v krvi a lymfě vázat různé nečistoty. Jako rozpouštědlo organických sloučenin rozpouští tromby, ucpaná místa v krevním řečišti. Právě proto pomáhá vyléčit mnoho nemocí krve a také hemoroidy.

Při pravidelném a dlouhodobém užívání dochází k postupnému nasycení všech tkání organismu petrolejem. Proniká do žláz, tkání a orgánů, kde působí mír-

ně dezinfekčně a jako rozpouštědlo. Zlepšuje se práce jater, normalizuje se stolice, rozpouštějí se škodlivé a neúčinné organické usazeniny a ředí se všechno příliš husté. V důsledku toho začíná u mužů normálně fungovat prostata, rosolovité semeno znovu získává normální tekutost, u žen se zlepšuje odtékání krve během menstruace a podstatně se zvyšuje imunita.

Uvedené vlastnosti petroleje umožňují úspěšně léčit hrozivé nemoci, jako je rakovina s metastázami, tuberkulóza, obrna, herpes a mnoho dalších.

Uvedu ještě jeden příklad: Žena měla cystu a doktoři trvali na operaci, ale nemocná se pokoušela vyléčit bez chirurgického zákroku. Náhodou se dozvěděla o záračné síle petroleje a rozhodla se tento prostředek na sobě vyzkoušet. Oznámila své rozhodnutí lékařům. Varovali ji, že petrolej je lidový prostředek léčby, jež „vědecká medicína“ dostatečně neprozkoumala. Jak nyní víme, petrolej byl svého času dostatečně prozkoumán, ale s nástupem epochy antibiotik byl nespravedlivě zapomenut. Ženu tyto argumenty nezastavily. Dala přednost konkrétnímu výsledku před různými oficiálními názory. Začala petrolej užívat třikrát denně po jedné čajové lžičce dvacet minut před jídlem. Vypila celkem okolo dvou set padesáti mililitrů petroleje, než jí během další lékařské prohlídky řekli, že cystu již nemá – tehdy se málem rozplakala štěstím.

Pověděla lékařům, čím se léčila, a poprosila o radu, co má dělat. Lékař jí řekl: „Pijte petrolej dál. Tento prostředek skutečně ještě není prozkoumán, ale jestliže vám pomáhá, není nutné jej odmítat.“

Nemocná udělala v léčbě dvoutýdenní pauzu a potom s petrolejem provedla preventivní léčebnou kúru.

Na svou léčbu vzpomíná takto: „Jsem učitelka a vždy jsem věřila v obrovskou sílu medicíny. Nyní ale není všem finančně dostupná a kromě toho její hlavní nástroj (řezání!) mnohým nevyhovuje. Proč bychom nevyužili lidové prostředky? Možná tato metoda nepomůže všem, ale mně pomohla, sláva Bohu! Proč by ji druzí neměli vyzkoušet? Všem nemocným, s kterými jsem ležela v nemocnici, jsem vyprávěla, jak a čím jsem se léčila. Přimo je to nadhlo. Dá-li Bůh, pomůže petrolej také jim.“

V lidové medicíně se rozsáhle používá petrolej v kombinaci s dalšími léčivými prostředky a dosahuje se tak zvýšeného účinku a cílevědomého působení na nádor. Podíváme se na to podrobněji.

Petrolej a rakovina žaludku s metastázami

Při rakovině žaludku s metastázami se úspěšně používá tento prostředek: 1/3 sklenice teplé vody (nebo čaje), 1 čajová lžička medu, 1 čajová lžička petroleje. Vše dobře rozmíchat a vypít 15–20 minut před jídlem. Brát třikrát denně. Na začátku léčby se může objevit zvracení. Kúra trvá 12-15 dní, dokud se nedostaví zřetelné zlepšení. Potom dávku trochu zmenšit a pokračovat v užívání petroleje s medem ještě 6-8 týdnů. Udělat 2–4 týdenní pauzu a projít ještě jednou léčebnou kúrou.

Takto jedna žena léčila svého muže, jenž již nedokázal sám vstát. Byly zapotřebí pouze dva týdny užívání petroleje s medem a muž se nejen postavil na nohy, ale také šel do práce!

Nejlepší druh: sladký a voňavý med.

Chuť: sladký.

Vlastnosti: horké a suché druhého stupně.

Působení na životní podstatu: posiluje princip žluče a snižuje princip větru a hlenu. Med očisťuje uši a zlepšuje sluch. Zvyšuje přirozenou teplotu, a proto je důležitý pro staré lidi a škodlivý pro lidi s nadbytkem principu žluče. Užitečný je i pro lidi s chladnou přirozeností a při chladné podstatě jater a žaludku. Vyvolává pohlavní touhu a očisťuje od zhoubných vředů. Užívaná dávka je 52,9 gramů.

Říká se, že dobrý med má načervenalý nádech a je jarní a letní. Podzimní a zimní med je horší. Také se tvrdí, že med vytahuje a odstraňuje z hloubky těla vlhkost a zabraňuje plesnivění šťáv. Med se mění ve žlutou žluč a brání vzniku hlenu. Jestliže med svaříte a vypijete buď samostatně, nebo s vodou, očistí hruď od nežádoucí vlhkosti, zvýší pohlavní potenci a pomůže paralytikům. Způsobuje vznik dobré krve, ale škodí lidem, jejichž organizmus je schopný vytvářet velké teplo (vyjádřený princip žluči v individuální konstituci). Jestliže se vypije s teplou vodou, tak vyvolává zvracení. Jeho škodlivé účinky odstraňuje minerál granát, dále š'ovík a ovoce. Med doporučuji užívat po medovém svátku¹² a přestat jej užívat s nástupem horka.

Vnějškově je med podobný sirupu, a když se oddělí z pláství, začíná rychle krystalizovat. Čím méně je v medu vody, tím je hustší. Med, který obsahuje více fruktózy, je řidší. Med, jenž obsahuje hodně sacharózy, je hustší. Čím méně je v medu fruktózy, tím delší dobu zůstane tekutý. Jestliže však med krystalizuje, je to doklad jeho dobré jakosti. Jeden litr medu váží

okolo 1 420 gramů. Při teplotě nad 40 °C med ztrácí své vlastnosti.

Med je třeba uchovávat před světlem v neprodyšně uzavřené nádobě (zachovávají se tak aromatické látky a nezneškodňují se enzymy) při teplotě od 5 do 10 °C. Dlouhé skladování medu škodí jeho kvalitě, protože se snižuje jeho enzymatická aktivita.

Vědci (například S. Mladenov) zjistili, že med přejal léčivé vlastnosti rostlin, z kterých byl sesbírán, a proto má každý druh medu zvláštní terapeutické účinky. Při onemocnění dýchacích cest se doporučuje horský med, med z dobromysli, tymiánu a lípy; při onemocnění trávicího a střevního systému med z máty, tymiánu a dobromysli; při srdečních nemocech med z levandule, stepní máty a lesní med. Nejlepší druh medu pro onemocnění ledvin je kaštanový med a med ze směsi lučních rostlin a polních a ovocných plodin.

Léčebnou hodnotu medu určují následující faktory:

1. Podstata cukrů - jsou stravitelné bez předchozího zpracování a lépe než jiné produkty.
2. Pyl a mateří kašička v medu, bez ohledu na jejich homeopatické dávky.
3. Působení antibiotik z těla včely. Antibakteriální vlastnosti medu se vysvětlují i tím, že jeho vodorozpustná část obsahuje enzym *inhibin*, díky kterému probíhá oxidace glukózy v kyselinu glukuronovou se současným vyloučením peroxidu vodíku, který ničí mikroorganismy.
4. V medu byly objeveny skoro všechny stopové prvky.

5. Med stimuluje srdeční sval, chrání játra, působí jako uvolňující a močopudný prostředek a protizánětlivě ovlivňuje sliznici žaludku a střev.

Všechny tyto vlastnosti staví jsou důvodem, proč je med mimořádně dů. Med je koncentrát slunečních paprsků, jež dávají člověku energii a dlouhověkost.

Spojení vlastností petroleje s antibakteriálními vlastnostmi medu (vznik peroxidu vodíku), hojnost přírodních stopových prvků, lehká stravitelnost a protizánětlivé působení na sliznici žaludku umožnilo vyléčení rakoviny žaludku.

Lihová (petrolejová) tinktura z propolisu na nádory mozku

Propolisová tinktura se připravuje se 70% lihem: jeden hmotnostní díl propolisu a deset hmotnostních dílů lihu. Propolis se jemně rozmělní a zalije lihem. Nechá se vyluhovat 2-3 týdny a pravidelně se protřepává. Hotová tinktura se užívá po jedné čajové lžičce třikrát denně před jídlem.

Propolisová tinktura pomáhá těm, u kterých se nádor v hlavě vytvořil jako důsledek nachlazení. Uvedu příklad. Jedenáctiletý chlapec si silně nastudil hlavu na větru. Objevily se silné bolesti hlavy a výsledkem lékařské prohlídky bylo objevení nádoru. Chlapce poslali na operaci. Neurochirurg oznámil matce dítěte, že operace je velmi komplikovaná a chlapec nejspíše umře přímo na operačním stole.

Od kolegů v práci se žena dozvěděla, že v takových případech dobře pomáhá lihová tinktura z propolisu. Připravila tinkturu a začala ji dávat synovi pít. Bolesti hlavy, které tak sužovaly chlapce, rychle zmizely.

Nádor přestal růst. Od té doby uběhlo dvacet šest let. Počítačové vyšetření ukázalo, že se nádor během té doby nezvětšil.

Bylo zjištěno, že petrolej účinně pomáhá při všech onemocněních, jež jsou spojeny s prochladnutím a nachlazením. Svou hřejivostí a schopností vysušovat vypuzuje z organismu chlad a hlen. Účelně líh nahradte petrolejem - způsob přípravy tinktury je stejný, ale místo lihu je třeba vzít petrolej. Tinkтуру začněte užívat od 5 kapek a postupně dávky zvyšujte do jedné čajové lžičky. Věnujte pozornost reakci organismu!

Můžete měnit způsob dodání efektivních komponentů tinktury do organismu a namísto vnitřního užívání provádějte obklady hlavy. Také můžete spojit vnitřní užívání s vnějšími obklady hlavy.

Nyní podrobněji pohovořím o vlastnostech propolisu. Je to produkt rostlinného původu a vytvářejí jej včely:

1. Má dvojí původ: je to zbytek pryskyřice z první fáze zpracování pylu.
2. Je sbírán včelami z pupenů stromů topolu, olší a dalších stromů.

Podle svého složení je propolis pryskyřice, která obsahuje mnoho různých látek. Obsah pryskyřice a balzámů v propolisu je okolo 55 %, vosku 30 %, éterických olejů 10 %, pylu 5 •%. Tyto komponenty jsou bohaté na vitaminy a stopové prvky. Pryskyřice a balzámy v propolisu obsahují skořicový alkohol, kyselinu skořicovou a třísloviny.

Pyl obsahuje desítky užitečných látek. Například v něm byl objeven výměšek slinných žláz včel. Chuť

propolisu stimuluje životní princip větru a jeho vůně je nasládlá. Včely sbírají propolis od 10 do 16 hodin.

Vodní roztok suchého propolisu při kloktání v krku hojí zánět a při výplachu očí léčí zánět spojivek. Používá se k výplachu při onemocnění ucha a nosu a také při nemocech hlavy, jež jsou zapříčiněny viry a bakteriemi. Propolis je schopný zvyšovat komplementární aktivitu krevního séra a obsah gamaglobulinu. Anestetické účinky propolisu nezaostávají za novokainem. Propolis přidáný do jídla poskytuje výborné výsledky při infekci močového systému a působí na rovnováhu hormonů. Užívá se při chronických nemocech žaludku a při zánětu ledvin.

Jeden nemocný po operaci užíval propolis a přibral dvacet kilogramů. Za půl roku tento prostředek přestal brát. Za osm měsíců znovu onemocněl - diagnóza zněla zhoubný zánět slinivky břišní. Léčil se bezvýsledně, a proto znovu začal užívat propolis. Uzdravil se a nyní jí a pije vše. Jako prevenci užívá každý den během jídla 1/2 čajové lžičky propolisu.

Způsob užití: Propolis je zdravotně nezávadná látka, ale velmi silná. Příliš velké dávky mohou vést k podráždění ústní dutiny, a proto je lepší si na něj pozvolna zvykat 3-4 dny. Užívaná denní dávka je 1-3 gramy propolisu; čím důkladněji jej rozžvýkáte, tím rychleji budou patrné výsledky léčby. Neméně důležité je, aby se konzumace propolisu po dosažení léčebného účinku také postupně po dobu 8-14 dnů snižovala.

Při infekci močových cest, ledvin a onemocnění genitálií vede k vyléčení denní užívání 5-10 gramů propolisu. Při paradentóze se na noc rozžvýkává strouhaný propolis.

Také my jsme našli hledanou léčivou vlastnost: Roztok propolisu se jako výplach užívá při onemocnění ucha, nosu a také při onemocněních hlavy, která jsou vyvolána viry a bakteriemi; propolis v kombinaci s petrolejem přemohl nádor v hlavě, jenž vznikl jako důsledek nachlazení.

Pro doplnění k navrženým metodám je možné využít také další prostředky, které podporují vyléčení onkologických nemocí. Jedna žena popisuje metodiku léčby nádoru esovitého tračníku u své staré matky (je jí 85 let). Když byl zjištěn nádor, lékaři se rozhodli neoperovat. V takovém věku je velmi náročné podstoupit složitý chirurgický zákrok. Stařenka ihned začala užívat čištěný petrolej. Pro doplnění k léčbě petrolejem užívala směs, jež byla připravena z jehličí, plodů šípku a slupek cibule. Do směsi přidala i dvě čajové lžičky šťávy z kaliny. V. Tiščenko doporučuje k regeneraci cévního systému u onkologicky nemocného člověka tento recept:

„Pět polévkových lžic na drobno rozdrcených borovicových jehliček (je žádoucí vybírat letošní mladé jehličí), 2-3 polévkové lžice rozdrcených plodů šípku a 2 polévkové lžice cibulových slupek (odvar z cibulových slupek léčí pyelonefritidu) zalít 0,7 l vody, přivést k varu a vařit na mírném ohni deset minut. Nechat přes noc vyluhovat zabalené do tlustých ručníků. Přecedit a pít místo vody během dne 0,5-1,5 litru denně. Léčebná kúra trvá čtyři měsíce. Jestliže ledviny nezlobí, není nutné přidávat cibulové slupky.“

V důsledku této léčby byly za dva měsíce rozbory krve a moči v normě a při iridoskopii nebyl nádor ve střevech zjištěn. Stařenka pokračuje v pití petroleje, ale již jen jednu čajovou lžičku ráno nalačno jako prevenci.

Tinktura hadovky v petroleji

Hadovka je nejedovatá houba, má nasládlou chuť a obsahuje mnoho užitečného slizu. Většinou roste v maliní, ořeší a vlhkých smíšených lesích. Na začátku růstu je houba podobná slepičímu vejci. Dospělá houba připomíná smrže kuželovitého. V oblasti středního Ruska plodnice ve tvaru vejce dorůstá do velikosti průměrné pěsti, na jihu do velikosti půllitrové nebo litrové sklenice.

Pod pevným obalem špinavě bílé barvy se nachází vrstva žlutavého slizu, který nazývají pozemním olejem a jenž je nejléčivější částí houby. Ve středu plodnice jako žlutek ve vajíčku leží malinká celistvá houbička - zárodek houby. Když plodnice dozraje, obal „vejce“ praskne a zárodek začíná rychle růst, aniž by se zbavil svého obalu. Houba se vytahuje - vyroste dlouhá bílá trubkovitá nožka zakončená kloboučkem kuželovitého tvaru.

Vrásčitý vnější povrch kloboučku obsahuje nazeleňalou slizovitou kapalinu, jež má nepříjemný zápach. Rostoucí houba se živí slizem (pozemním olejem) své plodnice. Stává se, že než hadovku donesete z lesa domů, celé „vejce“ praskne a z něho vyroste o dost větší houba. Abyste plodnice ve tvaru vejce donesli domů v náležitém stavu, seříznuté houby dejte do skleněné sklenice a pevně je uzavřete víčkem, čímž

zamezíte přístupu vzduchu. Houba pak roste, ale nešíří pronikavý zápach/Hadovka se sbírá na konci léta a na podzim.

Způsob přípravy: Hadovka se používá v čerstvé nebo sušené formě a nejčastěji se nechává vyluhovat ve vodce, řidčeji v petroleji.

Abyste správně připravili lék z hadovky, nesmíte „vejce“ (a tím spíše ani houbu) mýt, aby se nenarušil povrch a nesmýlo se to nejdůležitější - pozemní olej a nazelenalá tekutina z kloboučku. Hadovku očistíme od hlíny, listů, jehličí a trávy mokřým hadříkem, dřevěným nožem nebo rukama. Houbu rozmělníte pouze dřevěným nožem nebo rukama.

Pro přípravu tinktury hadovky se používají rozmělněné houby, kterými se naplní polovina připravené nádoby, do níž se pak až nahoru nalije vodka nebo petrolej. Nádoba se uzavře a nechá vyluhovat 30–40 dnů. Hadovka se nechává vyluhovat ve skleněné nádobě na tmavém chladném místě. Obvykle se doporučuje zakopat sklenici do země tak, aby nad víčkem nebo uzávěrem byla vrstva země o výšce 10–15 centimetrů. Potom se sklenice s tinkturou vykope, přelije do láhve hnědé barvy a uchová na chladném temném místě. Kasička, která zůstane na dně nádoby, se využívá nejdříve a neskladuje se.

V podobě tinktury obsahuje hadovka své léčivé účinky po dobu 2-3 let.

Způsob užití: V naléhavých případech je možné připravenou tinkturu užívat již za 2-3 týdny, ale její účinnost bude trochu nižší.

Tinktura hadovky ve vodce se pije po jedné polévkové lžici dvakrát až třikrát denně 20 minut před jídlem.

Tinkturu hadovky v petroleji se doporučuje začít užívat od pěti kapek a dávku postupně zvyšovat do jedné čajové lžičky. Berte přitom ohled na svůj stav. Způsob užití je stejný jako u tinktury hadovky ve vodce.

Při nemocech vzniklých z nachlazení (při kašli, zánětu průdušek, horečce, zánětu ucha, angíně, rýmě a také při zánětu močového měchýře a zánětu spojivky) se tinktura hadovky užívá po dobu 1-2 týdnů. Při gastritidě, žaludečních vředech, vředech na dvanácterníku, nemocech ledvin, bolestech neznámého původu v břichu a při některých dalších onemocněních se užívá po dobu jednoho měsíce.

Při fibromyomu dělohy, adenomu prostaty, strumě a rakovině různé lokalizace se tinktura užívá po dobu 30 dní, pak se udělá přestávka 2 týdny a poté se léčebná kúra opakuje. Po této další kúře se přestávka o týden prodlouží. Takto se postupuje až do úplného uzdravení. Nesmí se zapomenout na to, že po každé léčebné kúře je třeba o týden prodloužit přerušení. Aby nedošlo k návyku na preparát, doporučuji po týdenní pauze 3-5 dnů hladovět. Podpoří se tak vyloučení zbytků lektvaru a „vynulování“ citlivosti buněk organismu.

Při léčbě vnějších nemocí (rakovina kůže, lupénka, popáleniny, hemoroidy, radikulitida, revmatismus, dna a rozšíření žil) se pije lžička tinktury vyrobené z vodky pravidelně ráno a večer. Petrolejová tinktura se začíná brát od 5 kapek ráno a večer. Obě tinktury

je možné využít na obklady, zábaly, koupele, omývání a natírání. Petrolejovou tinkturu hadovky je za tímto účelem třeba smíchat s olivovým olejem (1 část tinktury a 5 částí oleje), aby se zabránilo případným kožním komplikacím.

Při mastopatii je třeba tinkturu hadovky ve vodce nebo petroleji rozmíchat s kaolínem do konzistence těsta, udělat placky a na noc je přikládat na prsa.

Eroze děložního čípku se léčí tinkturou vodky s hadovkou (zředěnou v poměru 1:2 teplým heřmánkovým výluhem), a to buď výplachy nebo postiženou oblast potíráme vatovými tampony. Pomocí klystýrů s touto směsí se léčí hemoroidy.

Při rýmě, chřipce a ucpaném nose se tinkturou potřou nosní dírky, oblast kolem nich i čelní dutiny nad obočím. Petrolejová tinktura hadovky se napřed zředí olivovým olejem (ještě lépe rybím tukem) v poměru 1 část tinktury a 5 částí oleje.

Vnější užití petroleje

Od dávných dob léčitelé využívali velmi účinnou léčbu pastami na bázi petroleje. Tibetská medicína používá slovo „kůň“ pro látku, pomocí které se léčivé látky dostanou přímo k nemocnému místu. Čím rychlejší je „kůň“, tím lépe dopravuje léčivé látky a léčba je účinnější. Takovýmto rychlým prostředkem je petrolej.

Tuto metodu úspěšně používal kyjevský léčitel Fedor Andrejevič Stěpanov, jenž již bohužel není mezi živými. Ve svých devadesáti letech vypadal tak, že si ho nikdo nedovolil nazvat starým! Pro pomoc se k němu uchýlovali herci, moderátoři a baletky. Fedor An-

drejevič znal tajemství omlazení člověka a pomáhal jim zachovávat „tržní vzhled“.

Metoda uzdravení a omlazení spočívá v užívání pasty, která je připravena na bázi petroleje a oleje ze semen volně rostoucích plodů a bylin. Vtírá se do kůže v oblasti napadených orgánů nebo těch částí těla, jež je třeba omladit.

Například člověk trpí onemocněním štítné žlázy a hrozí mu brzká operace. Příčinou nemoci je nedostatek přírodního jódu. Užívání jodizované soli a čepelaty bylo správné, ale problém nevyřešilo; nedostatek tohoto stopového prvku byl natolik veliký, že takto nemohl být zajištěn dostatečný přísun jódu.

Fedor Andrejevič vzal lastury slávek a skořápku žlutých slepičích vajec, která je bohatá na jód. Nejprve vše rozmačkal v moždíři a potom rozemlel v mlýnku na kávu. Získanou moučku přidal do směsi petroleje a rostlinného oleje v poměru 1:5. Jak již víme, petrolej dokáže velmi dobře pronikat do organismu - je „rychlým koněm“.

Moučka a petrolejo-olejová směs se důkladně promíchává, dokud se nezíská hustá soudržná pasta. Tuto pastu Fedor Andrejevič vtíral nemocnému člověku do oblasti krku, a tak probíhal bezprostřední přísun jódu ke štítné žláze.

Onemocnění, jež jsou spojena s oslabením imunity a nedostatkem vitaminů v organismu (chronické záněty průdušek, rýma a záněty krčních mandlí, hlta- nu a hrtanu), Stěpanov léčil pastou s rozmělněnými citronovými peckami. Koupil zelené nezralé citróny (v peckách těchto citrónů jsou látky nejvíce biologicky aktivní), důkladně je umlel a potom míchal

s petrolej o-olejovou směsí, dokud nevznikla hustá jednodlitá pasta. Tuto pastu, která je velmi bohatá na přírodní vitamin C, Fedor Andrejevič vtíral do oblasti mandlí, horních dýchacích cest nebo plic. Stačilo desetkrát vetřít pastu, aby tyto chronické nemoci na dlouhou dobu odešly. Aby zmizely navždy, bylo ještě třeba změnit způsob života (stravu, rozvrh dne, způsob myšlení).

Zvláštní význam F. A. Stěpanov přisuzoval semenům volně rostoucím rostlin. Domníval se, že na rozdíl od kulturních rostlin jsou volně rostoucí rostliny více odolné a lépe se jejich účinné látky dostávají do organismu člověka. Z tohoto důvodu léčitel vysoce cenil různé druhy ořechů (zvláště cedrové oříšky), semena hrušně obecné, ostropese, jalovce a šípku. Domníval se, že stopové prvky (hořčík, zinek, kadmium) a další vzácné kovy, které jsou nutné pro zdraví a výkonnou práci organismu, není prakticky možné získat z běžné stravy. Zkuste sami kriticky posoudit, co jíte. Obvykle denně sníme kolem deseti až patnácti produktů - většina z nich je rafinovaná a tepelně zpracovaná. Odkud se však dostanou do organismu potřebné biologicky aktivní látky? Mnozí poukážou na potravinové doplňky a vitaminy z lékárny. Podle Stěpanova tyto vitaminy z lékárny organismus nestráví. Kdyby skutečně pomáhaly tak, jak tvrdí reklamy, pak by dávno nebylo třeba jeho léčby. Všichni by byli zdraví a mladí, jak to slibuje reklama. Bohužel tomu tak ani zdaleka není.

K přípravě petrolejo-olejové směsi použijeme 1 část petroleje a 5 částí oleje. Používá se petrolej ke svícení, který je nejlepší a dobře dostupný, a rostlin-

ný (nejlépe olivový) olej. Domnívám se, že vhodné je i kvalitní přepuštěné máslo. Můžete zkusit použít také rybí tuk.

Informace o jednotlivých olejích

Přepuštěné máslo

Chuť: sladká.

Účinnost jeho působení je podobná jako u másla, ale díky své teplotě máslo o něco předčí. Změkčuje kůži člověka. Čím je máslo starší, tím vyšší je jeho teplota a také očišťující schopnost. Změkčuje hrud' žen a dětí a odvádí vlhkost. Jestliže se smíchá s cukrem a hořkými mandlemi, je protijedem vůči všem jedům. Jestliže se smíchá 29,4 g másla s 176,4 g granátové šťávy a vzniklá tekutina se vypije, pomůže to při úplavici. Jestliže se máslo sní nalačno, pak pomáhá při chronickém kašli. Jestliže se po sedm nocí tímto máslem maže tvář, pak je krásná a očištěná. Zvyšuje vylučování žluté žluči. Jeho škodlivé účinky odstraňují kyselá látky.

Olivový olej

Chuť: sladká.

Vlastnosti: horký a vlhký.

Nejvhodnější olivový olej je lisovaný za studena a bez chuti. Pomáhá při nemocech žaludku a zpevňuje dásně. Jestliže se nějakou dobu podrží v ústech, omezuje pocení. Všechny druhy olivového oleje léčí nachlazení, protože rychle působí na tělo. Tento olej změkčuje organismus a pomáhá při kolice, která vznikla jako důsledek meteorismu střev (z přemíry životního principu větru). Když je olivovému oleji jeden

rok, považuje se za starý. Čím je starší, tím se zvyšuje jeho účinnost a užitečné vlastnosti. Náhračkou starého olivového oleje je ricinový olej.

Usazenina olivového oleje

Nejvhodnější je stará usazenina.

Vlastnosti: horká a suchá druhého stupně.

Pomáhá při tvrdých otocích blízko sleziny, jež se vytvořily v důsledku přemíry principu větru. Jestliže ji vpravíte do oka, chrání před šedým zákalem. Pomáhá při vředech a pištěli.

Rybí tuk

Pro organismus je důležité získat potřebné tuky. I když člověk konzumuje mnoho tuků v tučných jídlech, trpí jejich nedostatkem. Běžné salámy, sýry a čokoláda jsou bohaté na skryté „maskované“ tuky - jsou nasyceny mastnými kyselinami, které je organismus schopný produkovat sám. Rostlinné oleje obsahují nenasycené mastné kyseliny, jež organismus potřebuje, protože si je sám neumí vytvořit.

Na nenasycené mastné kyseliny jsou bohaté dary moře, konkrétně mořské ryby, které žijí v chladných vodách. Chladu se ryba brání tukovou vrstvou. Čím chladnější je místo, kde ryba žije, tím cennější je její tuk.

Rybí tuk stimuluje dělení buněk, zlepšuje růst dětí, chrání je před vznikem křivice, posiluje nervový systém a kladně ovlivňuje cirkulaci krve, protože snižuje množství škodlivého cholesterolu v krvi tím, že brání jeho ukládání na vnitřních stěnách cév. Příliš mnoho cholesterolu v krvi je příčinou ucpání žil.

Rybí tuk se považuje za nejlepší domácí prostředek na léčbu ekzémů. Látky, jež obsahuje, mohou obnovit vysušenou, vrásčitou a zrohovatělou sliznici střev a zvyšují její celkovou hmotnost o 15 %. Tímto způsobem výrazně zlepšují její obranné schopnosti a odolnost vůči alergiím na potraviny.

Při ekzému nebo lupénce probíhá odumírání buněk kůže mnohokrát rychleji než u zdravé kůže. Příčina spočívá v nedostatku určitých chemických látek, které se podílí na regulaci dělení buněk. Jestliže tělo člověka není schopno správně přijímat bílkoviny, rozkládají je střevní bakterie na toxické látky, jejichž obsah v organismu lidí, již trpí lupénkou, je zpravidla zvýšený. Krví se dostávají do kůže, kde působí destruktivně. Dobrým pomocníkem je v této situaci rybí tuk, který brání tomu, aby se ve střevech vytvářely toxické polyamidy.

Vědci určili, že na třetí vrstvu kůže působí rybí tuk a na vrchní vrstvu vitamin E. Z toho vyplývá, že nejlepší je užívat tyto látky společně (rybí tuk obohacený o vitamin E).

Rybí tuk se doporučuje užívat také při bolestech svalů, kloubů, vaziva, spojovacích tkání a dalších symptomech revmatizmu, protože zvyšuje pružnost tkání chrupavčitých kloubů a kostní tkáně a udržuje správnou hladinu fosforu v organismu.

Abyste se ochránili před suchým sípavým kašlem, obtížným dýcháním a bolestmi v krku, je nutné začátkem podzimu preventivně udělat léčebnou kúru rybím tukem (2-3 týdny). Doporučuje se také jíst co nejvíce čerstvého ovoce, zeleniny a salátů a pít čerstvé šťávy.

Nejlepší je užívat rybí tuk ve formě kapslí s malým množstvím vitamínu E. Kapsle se užívají před obědem nebo večeří, ale ne před snídaní, aby se předešlo říhání. Jestliže se říhání přece jen objeví, časem zmizí.

Zvolte si druh oleje a smíchejte jej s petrolejem (1 část petroleje a 5 částí oleje). V takovém poměru si petrolej zachovává svou schopnost dopravit látku na určené místo, ale velmi se omezí jeho vlastnosti dráždivé (vysušující) kůži. Jestliže je kůže příliš citlivá, můžete použít 6-8 (i více) částí oleje. Zvláště se to týká léčby menších dětí.

Jako „koně“ doporučuji vzít 10 ml petroleje a důkladně jej smíchat s 50 ml oleje. Získanou směs je třeba uchovávat v láhvi na temném a chladném místě.

Podle zaměření léčby se užívá jedna až dvě polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidávají se do ní při stálém míchání předem nadrobno rozmělněné účinné látky, aby vznikla masa, která připomíná svou konzistencí zubní pastu. Tato pasta se vtírá do nemocného místa a kromě toho preventivně do spodních částí nohou, dlaní rukou a také do oblasti zad podél páteře. Aby byl co nejvíce zachován účinný základ, je třeba rozmělnění suroviny provést bezprostředně před přípravou pasty a jejím použitím. Podle druhu surovin je možné připravit léčivou pastu předem na 3-7 dnů.

„Koně“ pasty již máte. Nyní je nutné podle konkrétních potřeb organismu vybrat „jezdce“ - účinnou látku. K tomu bych vám doporučil své dvě knihy *Vitamíny a minerály v každodenní stravě člověka* a *Současná léčba bylinami*,¹³ jež obsahují vyčerpávající in-

formace o minerálech, vitamínech, biologicky aktivních látkách a rostlinných surovinách, ve kterých jsou bohatě zastoupeny.

Nyní se podíváme blíže na úlohu vitaminů a minerálů v organismu člověka.

Vitamíny nutné pro normální fungování organismu člověka:

Vitamin A (retinol) - krása kůže a ochrana před infekcí.

Vitamin D (kalciferol) - stavitel pevné kostry.

Vitamin E (tokoferol) - hlavní antioxidant a ochránce potomstva.

Vitamin K (fylochinon) - stavitel buněčných membrán.

Vitamin B₁ (thiamin) - tonikum nervového systému.

Vitamin B₂ (riboflavin) - regulátor výměnných procesů.

Vitamin PP (niacin) - správce žaludku.

Vitamin B₆ (pyridoxin) - hlavní bioenergetik.

Vitamin H (biotin) - ochránce nervové tkáně.

Vitamin B₅ (pantothénová kyselina) - ochránce před nepřátelskými poruchami vývoje.

Vitamin B₁₂ (kobalamin) - hlavní tvůrce krve.

Vitamin C (kyselina askorbová) - všestranný pracovník pro zabezpečení života organismu.

Vitamin P (rutin) - stavitel krevních cév.

Vitamin B₄ (adenin) - hlavní ochránce jater.

Minerály v těle dospělého člověka, který váží 70 kg:

Vápník- 1 510 g (2,2%).
Fosfor – 840 g (1,2%).
Draslík - 245 g (0,35 %).
Síra – 105 g (0,15%).
Chlor – 105 g (0,15%).
Sodík – 105 g (0,15 %).
Hořčík – 70 g (0,1%).
Železo - 3,5 g (0,005 %).
Zinek – 1,75 g (0,0025%).
Měď –0,07 g (0,00011 %).

Vápník

Vápník mezi prvky, jež obsahuje lidské tělo, zaujímá páté místo po čtyřech hlavních prvcích: uhlíku, kyslíku, vodíku a dusíku. Mezi kovy, které vytvářejí tělo, je první.

Vápník obsahuje kostra člověka, jeho zuby, nehty a vlasy. Organismus za normální situace obsahuje okolo 1 200 gramů vápníku - 99 % tohoto množství je soustředěno v kostech. Vápník jako minerální součást kostní tkáně se neustále obnovuje a trvale probíhají dva procesy: uvolňování vápníku a fosforu do krve a usazení solí fosforu a vápníku do kostní tkáně. Rostoucím dětem se kostra zcela obnoví za 1-2 roky a u dospělých je to za 10–12 let.

U dospělého člověka se za den z kostní tkáně uvolní až 700 miligramů vápníku a stejné množství se znovu uloží. Kostní tkáň má tedy kromě opěrné funkce i další úlohu - je zásobárna vápníku a fosforu, z níž čerpá organismus při nedostatečném příjmu těchto prvků z jídla.

Například při poklesu atmosférického tlaku vyžaduje organismus pro zachování rovnováhy více vápníku než obvykle. Jestliže v krvi není vápníku dostatečná zásoba, pak jej Čerpá z kostí. Když proces překračuje hranice normy, rozvíjí se patologie (častěji u starších lidí).

Příznaky poruchy výměny vápníku:

Vědci napočítali okolo tří set různých odchylek, jež jsou vyvolány nedostatkem vápníku v organismu.

Nejvýznamnější z nich jsou:

- narušení růstu dětí;
- rachitické změny proporcí lebky v důsledku měknutí kostí („věžní“ lebka, hranatá lebka s převislými nadočnicovými oblouky a hluboko posazenýma očima...);
- zploštění pánevních kostí se změnami jeho příčného rozměru, což může v budoucnosti mít těžké důsledky pro rodící ženy a jejich děti kvůli ztíženému průchodu hlavy dítěte porodními cestami;
- zakřivení páteře a kostí nohou (nohy do „O“ nebo „X“);
- hojné pocení, podrážděnost, předčasné plešatění, nevýrazná barva vlasů;
- sklon kůže k alergickým vyrážkám;
- narušení růstu zubů, narušení skloviny;
- špatná srážlivost krve, sklon k dlouhotrvajícímu krvácení;
- početné modřiny na těle v důsledku krvácení z vlasečnic do tkání;
- sklon ke svalovým křečím;

- u starších osob sklon ke zlomeninám kostí kvůli osteoporóze, u mladých lidí sklon ke křečím trojhlavých svalů lýtkových;
- časté zácpy.

Užívání produktů bohatých na vápník:

- pomáhá zabránit osteoporóze;
- nahrazuje zásoby vápníku u lidí, kteří trpí křivici nebo osteomalacií;
- využívá se při léčbě tetanie (silné svalové křeči), jež je vyvolána alergickou reakcí nebo otravou olovem;
- vytváří ochranu před žaludečními kyselinami;
- pomáhá při zkrácení svalů a podporuje regulaci rytmu srdce a srážlivosti krve;
- snižuje koncentraci fosfátů u lidí, kteří trpí onemocněním ledvin;
- snižuje krevní tlak;
- snižuje riziko vytvoření ledvinových kamenů;
- zmírňuje křeče trojhlavých svalů lýtkových;
- léčí těhotenskou toxikózu;
- zabraňuje vzniku rakoviny tračníku;
- pomáhá trávení vitamínu B₁₂.

Abyste získali vápník, je nevhodnější do léčivé pasty použít vaječné skořápky. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte na prášek rozdrcenou vaječnou skořápku, aby vznikla hustá pasta, jež konzistencí připomíná zubní pastu. Nejlepší je pastu vtírat blízko k postiženým místům.

Hořčík

Organismus dospělého člověka obsahuje 25 gramů hořčíku, který je součástí zvláště důležitých orgánů.

Jeho nejvyšší množství je v mozku, brzlíku, nadledvinkách, pohlavních žlázách, červených krvinkách a svalech. Koncentrace hořčíku v buňkách je třikrát až patnáctkrát vyšší než v prostředí mezi buňkami. Hořčík a draslík jsou převládající kationy v buňce. Pomocí hořčíku probíhá uvolnění svalů a tento prvek rozšiřuje cévy, stimuluje peristaltiku střev a zvyšuje vylučování žluči.

Při nedostatku hořčíku se v ledvinách rozvíjejí degenerativní změny či nekrotické jevy a zvyšuje se obsah vápníku usazeného na stěnách velkých cév v srdečním svalu a ve svalech skeletové oblasti, jež pak ztrácejí pružnost. Lidé, kteří chtějí zůstat pružní a pohybliví, musejí přezkoumat svou stravu a posoudit, kolik obsahuje organického hořčíku.

Hořčík je nejdůležitější minerál pro srdce. Zahraniční lékaři upozornili na fakt, že lidé, již zemřeli na infarkt myokardu, měli v postiženém místě o 40 % méně hořčíku, než bylo v srdcích zdravých lidí, kteří se stali obětí příhody.

Strava bohatá na hořčík:

- podporuje růst kostí;
- reguluje srdeční rytmus;
- reguluje obsah cukru v krvi;
- pomáhá snížit zvýšený arteriální tlak;
- zlepšuje dýchání při chronickém zánětu průdušek, astmatu a emfyzému;
- je preventivním prostředkem proti migréně;
- pomáhá při léčbě bolestí ve svalech a kloubech a při syndromech chronické únavy;
- pomáhá při léčbě osteoporózy;
- zlepšuje stav při premenstruačním syndromu;

- pomáhá při rakovině, zvláště pro zmenšení potíží po ozařování a chemoterapii, protože ta vyčerpává zásoby hořčíku v organizmu;
- pomáhá posílení zubní skloviny;
- pomáhá při léčbě močových kamenů.

Při nedostatku hořčíku vzniká arytmie, tachykardie (zrychlení srdeční frekvence), závrať, citlivost na změnu počasí, rychlá únavnost, nespavost, děsivé sny a obtížné probouzení. Poslední uvedený stav se objasňuje tím, že brzy ráno nadledvinky vylučují velké množství hormonů, díky kterým se člověk udrží svěží během dne. Při nedostatku hořčíku tento vrchol přichází večer a je doprovázen přílivem opožděné čilosti, ale ráno se pak člověk cítí rozlámaný.

Do léčivé pasty jsou nejvhodnější listy zelené zeleniny a mandle. Vezměte 1–2 polévkové lžíce petrolejo-olejové směsi a přidejte rozmělněné mandle nebo zelené lisy, aby vznikla hustá hmota, jež svou konzistencí připomíná zubní pastu. Nejlepší místo pro vtírání je oblast ledvin nebo srdce.

Draslík a sodík

Biogenní prvky draslík a sodík hrají v organizmu důležitou roli. Draslík (organizmus jej obsahuje okolo 140 gramů, z nichž se 98,5 % nachází uvnitř buněk) ovlivňuje vnitrobuněčnou výměnu a vyskytuje se v buňkách nervové a svalové tkáně a v červených krvinkách. Sodík je součástí krevní plazmy a mezibuněčných tekutin (to znamená, že se nachází mimo buňky). Oba prvky hrají důležitou roli v udržování normálního osmotického tlaku a podílejí se na vzniku

protoplazmy a také na udržování rovnováhy mezi kyselinami a zásadami.

Draslík je velmi důležitý pro činnost svalů (zvláště srdečního) a podílí se na vytváření impulzů nervového systému, které směřují k výkonným orgánům.

Existuje úzký vztah draslíku a sodíku k výměně látek, vody a elektrolytů. Draslík a sodík projevují při výměně vody v organizmu opačný účinek: draslík působí močopudně a sodík vodu zadržuje (ionty sodíku způsobují „nabobtnávání“ koloidů v tkáních).

Do léčivé pasty je nejvhodnější použít sušený hrách a syrovou bramboru. Vezměte 1-2 polévkové lžíce petrolej o-olejové směsi a přidejte na prášek rozdrcený hrách nebo jemně rozmělněnou bramboru, aby vznikla pasta, jež svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte ji do oblasti hrudi a beder. •

Fosfor

Organismus člověka obsahuje 600-900 gramů fosforu - nejvíce je jej soustředěno v kostech (až 86 %). Rozdělení fosforu v organizmu průměrného člověka je následující: celkové množství je 780 g, v kostře se nachází 700 g, ve svalech 50 g, v tkáňových tekutinách a orgánech 30 g; denní příjem z jídla a tekutin je 1,2–1,4g.

Příznaky narušení výměny fosforu v organizmu:

- při konzumaci jídla s nízkým obsahem vápníku, ale vysokým obsahem fosforu a kyseliny fytnové se může rozvinout chudokrevnost kvůli nedostatku železa (v důsledku prudkého snížení vstřebatelnosti železa střevy);

- při vysokém obsahu fosforu se narušuje vstřebávání hořčiku, a zvyšuje se tak potřeba organizmu získat hořčík, aby se zabránilo zvápenatění ledvin, aorty a jiných měkkých tkání.

Do léčivé pasty jsou nejvhodnější sušené fazole a vaječný žloutek. Vezměte 1-2 polévkové lžíce petrolejo-olejové směsi a přidejte na prášek rozmělněné fazole (můžete s vaječným žloutkem), aby vznikla hustá pasta. Vtírejte do oblasti kyčlí a holení.

Železo

Organismus člověka obsahuje okolo 5 000 miligramů železa, jež je rozděleno velmi nerovnoměrně. Existují tři „sklady“ železa:

1. Až 80 % celkového množství železa obsahuje krevní barvivo.
2. Železo je obsaženo v buněčném myoglobinu (dýchací pigment svalů), v játrech a slezině, kde probíhá nepřetržitý proces rozpadu starých erytrocytů, z nichž se vyplavuje železo.
3. Organismus má kromě výše uvedených „skladů“ s poměrně stálou zásobou železa také „výdajovou“ zásobu pro všechny mimořádné případy. Je to feritin (bílkovina, která železo buď poutá při jeho nadbytku, nebo jej poskytuje tkáním při jeho nedostatku).

Nedostatek železa v organizmu je charakterizován různými symptomy:

- anémie (chudokrevnost);
- zvrácenost ve stravování (děti se například mohou snažit jíst křidu, písek nebo hlínu);
- vysoká unavitelnost;

- zhoršená schopnost učení;
- zvýšená zimomřivost (v důsledku snížené tělesné teploty);
- snížení fyzické a duševní práce schopnosti kvůli svalové slabosti a ztrátě odolnosti organizmu;
- snížení funkce štítné žlázy;
- deformace nehtů;
- změny charakteru povrchu jazyka a chuťového vnímání;
- neurologické obtíže (objevení se popudlivosti, nevyrovnanosti charakteru, plačtivosti nebo nevyjasněné bolesti migrující po celém těle).

Do léčivé pasty je nejvhodnější použít sušené fazole, ovesné a pohankové kroupy, nať petržele, sezam, tymián a vaječný žloutek. Vezměte 1-2 polévkové lžíce petrolejo-olejové směsi a přidejte jeden nebo několik uvedených rozmělněných produktů, aby vznikla hustá pasta, která svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti břicha a jater.

Zinek

Organismus člověka obsahuje 1 400-2 400 miligramů zinku. Vysoká koncentrace zinku se nachází v hypofýze, slinivce břišní, sítnici oka, pohlavních žlázách, játrech, kostře, nehtech a vlasech.

V krvi je zinek hlavně v erytrocytech (až 80 %) a uvnitř buněk (v jádru a mitochondriích). Kostní tkáň obsahuje až 20 % veškerého zinku.

Nedostatek zinku v denní dávce potravy vyvolává v lidském organizmu řadu vážných poruch:

- výrazné zpomalení růstu (nanismus);

- ztráta ochranných schopností kůže: přílišná suchost a zranitelnost kůže, sklon k alergickým reakcím, ekzému, různým vyrážkám na tváři a končetinách a vytváření jizev na kůži;
- poruchy vlasové pokrývky (řidké vlasy a předčasné plešatění) a onemocnění nehtů;
- snížení pozornosti a krátkodobé paměti;
- různé pohlavní poruchy, které vedou k bezdětnosti (hlavně kvůli atrofii pohlavních žláz u mužů a nevyvinutosti pohlavních orgánů);
- prostata a adenom prostaty;
- předčasný porod a narození oslabených dětí s malou váhou;
- postižení mozku: psychické obtíže (apatie, deprese, zmatené vědomí, zesílení symptomů schizofrenie, epilepsie) a neurologické poruchy (ztráta vnímání chuti, porucha sluchu a zraku);
- porucha srážlivosti krve (sklon ke krvácení);
- chudokrevnost v důsledku zkrácené délky života červených krvinek (erytrocytů);
- chudokrevnost v důsledku nedostatečné tvorby erytrocytů;
- snížení imunity.

Do léčivé pasty jsou nejvhodnější semena dýně a slunečnice, luštěniny, obilniny (ovesné a pohankové kroupy). Zvýšené množství zinku obsahuje také vlašský ořech. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte jeden nebo několik uvedených rozmělněných produktů, aby vznikla hustá pasta, která svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti hlavy, tváře, pohlavních orgánů (muži), beder a spodní části břicha (ženy).

Křemík

Organismus člověka, jenž váží 70 kg, obsahuje okolo 2,1 g křemíku.

Na křemík jsou bohaté vlasy, kůže a oční čočky. Velká část křemíku je v organismu obsažena ve spojovacích tkáních.

Křemík se v lidském organismu účastní procesů zajišťujících život. Podle údajů M. G. Voronkova 38 % našeho zdraví závisí na křemíku. Jeho zvýšená výměna nebo nedostatek vyvolává nevyváženost sedmdesáti dalších prvků.

Velmi zajímavé je, že při zlomenině kosti se v místě její regenerace objevuje neobyčejně vysoká koncentrace křemíku, která převyšuje normální stav dvěstěšestnáctkrát! Při tom již třetí den po úrazu je v krvi pozorováno snížení koncentrace tohoto stopového prvku.

Někteří vědci se domnívají, že ovlivňováním výměny křemíku je možné zvýšit množství vápníku a fosforu v kostech a díky tomu předcházet osteoporóze, což je velmi důležité pro starší ženy, kterým nejvíc hrozí zlomenina krčku stehenní kosti.

Křemík v lidském organismu plní následující funkce:

- podporuje vstřebávání vápníku a stimuluje růst kostí;
- stimuluje práci imunitního systému;
- zabraňuje vzniku osteoporózy (řidnutí kostní tkáně);
- zlepšuje stav vlasů, nehtů a kůže;
- zmenšuje riziko vzniku kardiovaskulárních onemocnění;

- zpevňuje krevní cévy, chrupavky a šlachy;
- pomáhá snižovat krevní tlak.

Do léčivé pasty je nejvhodnější použít celá zrna a kroupy. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte jeden nebo oba uvedené rozmělněné produkty, aby vznikla hustá pasta, která svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti chodidel a rukou od zápěstí k prstům, do vlasové části hlavy a také do oblastí kyčelního kloubu.

Měď

Organismus člověka průměrné postavy obsahuje okolo 0,07 g mědi. Mezi minerálními látkami, jež se nacházejí v lidském organismu, zaujímá desáté místo. Není se čemu divit, protože měď se spolu se železem účastní stavby červených krvinek. Konzumace produktů, které obsahují měď, pomáhá normalizovat krvetvorbu. Biologické sloučeniny, jež obsahují měď, slouží k vnějšímu pokrytí nervových vláken a spojovací tkáni. Sloučeniny mědi zabezpečují normální pigmentaci kůže.

Do léčivé pasty jsou nejvhodnější ořechy a semínka. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte jeden nebo oba uvedené rozmělněné produkty, aby vznikla hustá pasta, která svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti kloubů nohou a rukou.

Selen

V lidském organismu se selen nachází ve svalech (až 5 000 mikrogramů), játrech (až 1 200 mikrogramů), krvi (až 1 100 mikrogramů) a plicích (až 180 mikrogramů).

mu), krvi (až 1 100 mikrogramů) a plicích (až 180 mikrogramů).

Nedostatek tohoto stopového prvku v lidském organismu se projevuje následujícími příznaky:

- prudké snížení práce schopnosti (fyzické i duševní);
- rychlý rozvoj nemoci z povolání u osob, jež pracují ve zdraví škodlivém prostředí (ve výparech nebo ve vzduchu rozptýlených látkách, které obsahují rtuť, olovo, kadmium, benzol a pod.);
- snížení imunity, častá nachlazení nebo kožní abscesy;
- pomalé hojení ran po zranění, pořezání nebo vředech;
- zvýšený sklon k onemocnění jater;
- porucha zraku;
- vznik pohlavní slabosti a impotence.

Do léčivé pasty je nejvhodnější sušená čepelatka. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte čepelatku rozmělněnou na prášek, aby vznikla hustá pasta, jež svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti jater, pohlavních žláz (muži) nebo beder (ženy).

Mangan

Mangan se v organismu účastní regulace mnoha biochemických procesů: růstu kostí, syntézy a výměny neuromediátorů (látky, jež přenášejí nervové vzruchy), imunitní ochrany a výměny inzulínu a tuků. Snížení jeho obsahu je nejčastější u lidí, kteří trpí zvýšenou unavitelností, špatnou náladou, celkovou slabostí, závratěmi, nadváhou, bolestí ve svalech, revmatickými

onemocněními, cukrovkou, bronchiálním astmatem, epilepsií, roztroušenou sklerózou a vitiligem (bílé skvrny na kůži).

U žen se nedostatek manganu často projevuje gynekologickými nemocemi (dysfunkce vaječníků a riziko neplodnosti). Porucha výměny manganu po klimakteriu je jednou z příčin osteoporózy (řidnutí kostní tkáně).

Předpokládá se, že mangan působí jako prevence proti nedostatečnosti věnčitých tepen srdce, cukrovce, patologii štítné žlázy a poruše výměny uhlohydrátů a lipidů.

Do léčivé pasty je nejvhodnější použít arašidy, fazole, hrách, pohanku, obilné klíčky a ořechy. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte jeden nebo více uvedených rozmělněných produktů, aby vznikla hustá pasta, která svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti břicha.

Germanium

Germanium se podílí na nasycování buněk kyslíkem. Předpokládá se, že pomáhá udržovat žíly a srdce v normálním stavu a funkční imunitní systém.

Germanium má léčivý a preventivní význam:

- stimuluje procesy sycení tkání kyslíkem;
- podporuje práci imunitního systému;
- pomáhá při léčbě kandidózy (velmi rozšířená infekce, jež je vyvolána kvasinkou *Candida*, nemoc se také nazývá moučnivka);
- pomáhá očist'ovat organismus od jedů a toxinů;
- produkty, které jsou bohaté na germanium, se využívají k léčbě revmatoidní artritidy, ekzémů,

pásového oparu, zánětu hltanu, vředů v ústní dutině, bodnutí hmyzu, bolestí hlavy a hemoroidů; tyto produkty je možné používat k léčbě alergií na potraviny a také k hojení ran.

Do léčivé pasty je nejvhodnější česnek. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte rozmělněný česnek, aby vznikla hustá pasta, jež svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti trojhlavých svalů lýtkových a spodní části chodidel.

Jod

Jod je součástí tyroxinu a trijodtyroninu, hormonů štítné žlázy, které jsou nutné pro normální práci organismu. Základním zdrojem jodu je ve většině případů voda a jodizovaná sůl.

Do léčivé pasty je nejvhodnější mletá vaječná skořápka. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte rozemletou skořápku, aby vznikla hustá pasta, jež svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do oblasti krku.

Čepelatka (*laminaria*) - universální zdroj stopových prvků pro organismus

Je známo, že v mořské vodě jsou rozpuštěny prakticky všechny prvky, které se nacházejí na Zemi. Organismy mořských živočichů a rostlin je hromadí ve svých tělech. Zvláště se to týká mořské řasy čepelatky (*laminaria*), jež je neobyčejně bohatá na stopové prvky, které jsou důležité pro život člověka. Průmysl ji produkuje ve dvou podobách -jako konzervu a v sušeném stavu.

Konzervovanou čepelatku je užitečné přidávat do různých salátů, jimž dodá lahodnou chuť. V usušeném stavu se doporučuje používat jako sůl. Semelte sušenou čepelatku v mlýnku na kávu na jemný prášek a přidávejte ji do připravených jídel jako sůl. Získáte chutný salát, kaši nebo jiný chod.

Pro přípravu univerzální léčivé pasty je třeba sušenou čepelatku rozmělnit na prášek. Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte tolik prášku čepelatky, aby vznikla hustá pasta, která svou konzistencí připomíná zubní pastu. Vtírejte do spodních částí chodidel, dlaní a zad (podél páteře).

Semena rostlin

Nejvíce biologicky užitečných látek, jež obsahují hodně životní síly, je shromážděno v semenech rostlin a jejich kořenech. Suroviny se doporučuje získávat na podzim, když jsou semena zcela zralá, rostliny zastavují růst a dělají si v kořenech zásoby látek potřebných pro život. Na jaře je třeba sbírat pupeny a využívat je.

Úloha semen různých rostlin pro posílení organismu:

Mandle zvyšuje pohlavní potenci.

Konopí (semena) vyvolává pohlavní touhu a způsobuje vydatnost spermatu.

Kasie (semena) zvyšuje pohlavní sílu.

Granátové jablko (zrna) podporuje organismus ve vyprazdňování žaludku, říhání a zvracení a posiluje žaludek.

Hruška (semena) pomáhá při onemocnění plic.

Proskurník (semena) pomáhá při kašli horké povahy a rozpouští kameny v ledvinách.

Šťovík (semena) očišťuje střeva a zastavuje průjem.

Tymián, mateřídouška (semena) vyvolávají měsíčky a napomáhají snadnému porodu.

Locika (semena) pomáhá při bolestech hlavy a uspává.

Chřest (semena) posiluje pohlavní potenci a podporuje vydatnost semene a hojnost mléka.

Okurka (semena) pomáhá od zbytku tepla v zažívacím traktu a léčí vředy.

Meloun (semena) zvyšuje pohlavní potenci, očišťuje střeva, játra, ledviny a močové cesty, odstraňuje pocit pálení při močení, vstřebává horké nádory, podporuje hojnost mléka a neobyčejně silně posiluje pohlavní úd.

Růže (semena) zpevňuje dásně.

Vodnice (semena) zvyšuje pohlavní potenci.

Petržel (semena) je užitečný pro játra a posiluje pohlavní potenci.

Pór (semena) rozpouští kameny v močovém měchýři.

Máta (semena) očišťuje žaludek.

Kopr (semena) zvyšuje vylučování mléka a léčí hemoroidy.

Zelí (semena) posilují vydatnost semene.

Len (semeno) posiluje pohlavní potenci a vydatnost mléka, otevírá ucpaná místa a pomáhá při tvrdém otoku dělohy.

Vojtěška (semena) posiluje pohlavní potenci.

Mrkev (semena) vyvolává pohlavní touhu a pomáhá při vředech.

Ředkev (semena) odstraňuje píhy, bílé skvrny při vitiligu a odstraňuje větry z dutiny břišní.

Vezměte 1-2 polévkové lžice petrolejo-olejové směsi a přidejte do ní důkladně rozmělněná semena, aby vznikla hustá pasta. Pastu vtírejte na ta místa, jež posilují příslušná semena a kořeny.

Ohlasy čtenářů na léčbu petrolejem

Ohlasy na léčbu petrolejem

...Vy a vaše knihy jsou pro nás Božím darem! Je to pravda. Vyléčila jsem sobě, sestře i mamince mnohé nemoci...

...Ve vaší knize jsem si přečetla o léčbě petrolejem. S velikým úsilím jsem opatřila své nemocné mamince několik kapek - pomáhá! Podělila se se mnou jedna nemocná žena - více dát nemohla, protože jí samotné jej odněkud poslali. Všude prodávají technický petrolej, ale čištěný letecký nikde. Kde můžeme sehnat tento petrolej nebo jako jej čistit? Tři kapky tohoto petroleje jsem dala svému milovanému kocourovi, který se tak vyhnul smrti, jež mu hrozila! Léčila jsem ho také urinou - něco vyléčila, ale celkové vyléčení nastalo až díky petroleji. Dala jsem mu třikrát po jedné kapce...

...Vše jsem vyléčila, ale ledviny nemohu...

...Celý život jsem učila děti tancovat a musela jsem pracovat v ledových sálech - oblečená jen lehce. Tehdy jsem o tom nepřemýšlela, ale nyní nevím, co dělat. Zcela hladovět a držet tvrdou dietu je obtížné. Muž i syn pijí. Já se jich bojím, když jsou opilí, a jsem hrozně nervózní - a z toho jsou všechny mé nemoci...

...U nás se všichni sousedé léčí podle vašich knih. Například jedna staříčká sousedka byla zcela paralyzovaná, zcela nemohoucí. Nejenže nechodila, ale dokonce se ani nemohla otočit, nezvedla hlavu s tělem! Z nemocnice ji propustili - ať se válí doma. Peníze nemá, protože má malý důvod. Poradila jsem jí pít urinou. Řekla, že je odhodlaná ke všemu, jen aby vstala. Začala používat ranní moč, její střední část si vyplachovala oči (hnisaly jí) a také nos. Dále jsem jí naordinovala hladovění, masáže močí třikrát denně (ráno, přes den a večer) a každý den klystýry. S těmi jí pomáhal manžel a žasl, kolik toho z ní vycházelo (je to žena velmi při těle). Za tři dny hladovky začala jíst strouhaná jablka a vařenou strouhanou řepu.

Dovolila jsem jí jíst, protože jsem jí viděla v očích obrovskou touhu po jídle! Chápala jsem ji. Ať jde k cíli pomalu... Začala se zvedat, posadila se, pak vstala a udělala první kroky. Potom jsem s ní podle jejích sil začala cvičit léčebnou gymnastiku - obtížnost jsem postupně zvyšovala. Dala jsem jí více méně do pořádku a přešla k ještě nemocnější stařence a tu jsem také dostala z postele. Všechny vaše knihy, vaše bystrá hlava dělají zázraky.

Ještě jim čtu modlitby, které je nutím po mně opakovat. Nejprve nemohly mluvit, protože je jazyk neposlouchal, ale potom jsem jim pročišťovala nos močí - začala jsem od jedné kapky a postupovala dále. Již za několik dní byly schopné souvisle mluvit...

...Velmi mnoho mi pomáhá léčebná gymnastika. Já sama běhám a věnuji se gymnastice. Vy, Gennadiji Petroviči, netušíte, jak jste pro nás cenný člověk. Když jsem přečetla vaše knihy, našla jsem znovu smy-

sl žití. Nejsem sice ještě úplně zdravá, ale doufám, že se uzdravím. Díky vám pomáhám druhým. Také jsme kupovali knihy jiných lékařů, ale nebylo to ono, a tak jsme je přestali kupovat...

Vjačeslav Roldugin z Voroněžské oblasti pije petrolej jako lék

Jedná se o třiačtyřicetiletého Vjačeslava Roldugina, který během posledních sedmnácti let pravidelně „petrolejuje“. Petrolej považuje za všelék na vlastní nemoci a také vhodný prostředek prevence.

V roce 1985 se dozvěděl o léčbě petrolejem a rozhodl se vyzkoušet jeho účinky na sobě. Jeho zdraví to potřebovalo, protože měl problémy se štítnou žlázou a byl často nachlazený.

Jeho první zkušenost s užíváním petroleje byla spojena s nohou, již si poranil hřebíkem. Namazal ji petrolejem a díky tomu se neobjevilo žádné hnisání. Potom při nachlazení natíral krk petrolejem. Přečetl si o tom, jak se lidé díky petroleji uzdravili a začal jej užívat vnitřně jako prevenci proti zhoršení onemocnění štítné žlázy. Nakapal jednu kapku petroleje do sto mililitrů vody a vypil. Tak užíval petrolej dva týdny za sebou a potom udělal pauzu, po které následovala další léčebná kúra. Problémy se štítnou žlázou se značně zmenšily. Když potíral krk a hrud' petrolejem, zmizel zánět průdušek. Někdy si dělal zábalý.

Když nedávno zvedl krk, náhodou si sedřel obrovské mateřské znaménko. Když byla rána zalita petrolejem, krvácení se okamžitě zastavilo.

Komentář odborníka uvedu celý:

„To, o čem jste vyprávěl, se v medicíně nazývá placebo. Člověk prostě věří v zázračný účinek léku, o němž od někoho slyšel nebo si někde přečetl. Hypoteticky je možné lidem dát obyčejnou vodu, a když budete tvrdit, že to je nový lék, v mnohých případech to pomůže - je to běžný způsob sugesce. Přibližně totéž probíhá v placeném lékařství, které je často účinnější než obvyklé. Člověk věří, že platí peníze za lék, který skutečně pomůže.

Co se konkrétně týče petroleje, jeho vnitřní užívání je nebezpečné, protože to je aromatický uhlovodík, silný karcinogen, jenž způsobuje vznik onkologických onemocnění. Jestliže se jím mažou rány, může krev přestat zcela proudit stejně, jako když se rány ošetřují jakoukoli mazlavou tekutinou. K působení petroleje na onkologická onemocnění řeknu následující - mnohé případy rakoviny se dnes úspěšně léčí a není nutný takovýto výstřední a nebezpečný způsob léčby. Vnitřní užívání petroleje může mít projímací účinek, ale nic více. S velkými pochybnostmi se stavím k tomu, že způsobem, o čemž jste se zde zmiňoval, je možné něco vyléčit.“

Jak vidíte, převážná většina lékařů neví o zásluhách petroleje a jeho preparátů. Neslyšeli ani o léčbě ropou.

Román *Oceloví vojáci*

Nikolaj Nikonov v románu *Oceloví vojáci* mluví o tom, jak si Stalin léčil petrolejem angínu. Tuto epizodu vám převyprávím a některé pasáže budu i citovat:

Na podzim roku 1947 se Stalin probořil na chatě v Semenském do kaluže roztopeného sněhu. Večer se mu zvýšila teplota a zanítil krk. Úlevu mu nepřineslo kloktání, streptomycin, a dokonce ani vychvalovaný penicilin. Za dva dny ho krk bolel již velmi silně. Kašlal, oči mu otekly a krk měl opuchlý. Do Kunceva přijeli všichni významní kremelští lékaři. Po Stalinově vyšetření proběhlo konzilium a byla diagnostikována akutní flegmona - angína s komplikacemi. Profesoři navrhli okamžitou hospitalizaci v kremelské nemocnici.

Stalin odmítl a řekl, že do nemocnice nepojede. Ať ho vyléčí tam a nechtěl dostat žádnou injekci.

Léčba kombinací sulfanamidů a penicilinu příliš nepomáhala. V zrcadle Stalin viděl, že již polovinu rudého hltanu potáhl strašlivý bělorůžový povlak. Byla to flegmona v krku.

Usilovně kloktal, polykal tabletky, jejichž dávku si sám zvýšil, pracoval a pokoušel se zabavit. Vždy se bál nesmyslné smrti — a tím více od nějaké angíny. Politici měli kolem sebe služebnictvo, jež jim sloužilo. Jednou z nich byla Valentina, která prostírala Stalinovi stůl. Když uviděla bledý obličej vůdce, starostlivě se zajímala o jeho stav.

Stalin odpověděl, že je mu hůře a že může umřít.

Tehdy mu Valentina navrhla: „Josife Vissarionoviči, znám spolehlivý prostředek... Vyzkoušela jsem jej na sobě. Matka mě jím tak léčila, když mě bolel hltan... Uzdravuje...”

„Jaký? Mluv...” zamračeně zachraptěl.

„Bojím se... Co když se to potom ještě zhorší...”

„Neboj se... Již to nemůže být horší.”

„Já jsem si proplachovala krk petrolejem ... A vše probíhalo...”

„Petrolejem? Cože? Jak?” s očividným zájmem se na ni podíval.

„Petrolej je třeba přefiltrovat... Vzít jej z lampy a pak přes piják... Nakapat na polévkovou lžici, kloktat a pak vyplivnout. ...Umě to hned pomohlo... Tedy na druhý den... Bojím se však poradit, jsou zde doktoři... Vždyť, jestli to... Bojím se...”

„Valjo, neboj se... Jdi a přines lampu. Přines... Vyzkouším... Není jiné východisko...” (Na chatě byly ještě z dob zatemnění během války a pro nečekané případy připraveny petrolejové lampy a svíčky.)

Valentina přinesla petrolejovou lampu a růžový piják ze školního sešitu. Přefiltrovala přes něj petrolej. Když se ho nasbírala polévková lžice, podala ji Stalinovi.

„Přines lavor!“ řekl, a když se vrátila, zavřel oči, nalil do úst petrolej, důkladně kloktal a pak vyplivnul. Potom ještě dlouho plival a utíral ubrouskem kníry.

„Odporný... No nic... Ještě?”

„Ne... Nyní se krk ováže a j e třeba si lehnout ...“

Valja Stalinovi zavázala kolem krku zábal.

K ránu se mu začalo lépe dýchat, ráno otok spadl a krk již nebolel. Pouze se potil a byl slabý.

„Vyléčila jsi mě! Měl bych tě za to jmenovat doktorem. .. Dát ti vyznamenání.”

Petrolej proti zahradním škůdcům

Petrolej je možné úspěšně používat i proti zahradním škůdcům. Na začátku jara, dokud se nerozvinuly pupeny, vajíčka a larvy škůdců ničí petrolejo-mýdlová

emulze. Emulze (suspenze nejmenších kapek petroleje ve vodě) se připravuje následujícím způsobem:

V litru vařící vody se rozpustí 40-50 g draselného mýdla nebo vloček obyčejného mýdla. Získaný mýdlový roztok se ochladí na teplotu 50-60 °C a potom se do něho za nepřetržitého míchání vlijí dva litry petroleje. Výsledkem musí být stejnorodá směs, která se svou konzistencí podobá kysané smetaně. Jestliže je emulze připravena správně, se po několika dnech uskladnění, nerozdělí se na vrstvy petroleje a mýdlovou vodu a na jejím povrchu nebudou petrolejové „odlesky“.

Před použitím se petrolej o-mýdlová emulze zředí teplou vodou (1:2) a postříkují se jí stromy.

Jestliže emulzi chcete použít na postřík zelených listů, je nutné ji rozředit mnohem více - dvanáctkrát až třináctkrát - a ošetření zahrady provádět drobnými kapičkami směsi za zamračeného, ale ne deštivého počasí, nebo večer.

Todikamp - zázračný preparát

Tinktura ze zelených vlašských ořechů v petroleji

O tinktuře z vlašských ořechů v petroleji je třeba si povědět zvlášť. Jak ukázala praxe, tyto dva prostředky se skvěle navzájem doplňují a mají báječné léčivé schopnosti - zvláště proti onkologickým nemocem.

Na úspěšné spojení petroleje a zelených vlašských ořechů přišel Michail Petrovič Todika, moldavský vědec a kandidát geografických věd. Neměl lékařské vzdělání a pro své okolí byl pouze lidový léčitel. Po dobu dvaceti let léčil lidi svým „zvláštním“ preparátem.

Historie vytvoření preparátu začíná tím, že čtyřicetiletého vědce silně zachvátila radikulitida. Nedomáhal se sehnout - tkaničky na botách mu zavazovali rodinní příslušníci. Jakýkoli otřes během chůze u něho vyvolával silné bolesti. Strašlivé bolesti a bezmocnost medicíny dovedly Michaila Petroviče tak daleko, že dokonce přemýšlel o sebevraždě, ale jako starý voják se rozhodl, že jestli již má umřít, tak při hledání východiska, a že si slabošsky nevezme život.

Měl určité vědomosti z lidového léčitelství a začal uvažovat, co je nejsilnější zdroj fytoncidů. Vzpomněl si na několik příběhů o „hvězdě Jupitera“ (tak nazýva-

li vlašský ořech ve starověkém Římě). Tímto způsobem získal „jezdce“ - účinný základ léku.

Amirdovlat Amasiaci o vlašském ořechu:

„Jestliže se rozdrť čerstvá zelená skořápka vlašského ořechu, šťáva se vymačká, svaří s medem a udělá se kloktadlo, pomůže při angíně, která vznikla z hlenu a dalších přimíchaných látek. Vymačkaný olej pomáhá u všech druhů onemocnění nervů. Jestliže skořápku suchého ořechu spálíte a popelem posypete vřed, pomůže to. Jestliže sníte ořech, rychle se v žaludku stráví, ale může mu uškodit a také zvýšit množství žluté žluči a vyvolat bolest hlavy. Škodí při kašli. Jestliže se sní nalačno, pak vyvolává zvracení. Jestliže se sní s usušeným fíkem a routou při otravě jedem, pak zachraňuje před smrtí. Jestliže se smíchá s medem a sní ve velkém množství, pomůže při plochých i podlouhlých hlístech. Jestliže se smíchá s routou a medem a přiloží na otok prsu, rozežene jej. Pomáhá při nervových křečích.

Jestliže člověka kousne vzteklý pes, pomůže, jestliže se ořech smíchá s medem, solí a cibulí a vzniklá směs se ořech přiloží k místu kousnutí. Jinou možností je směs sníst. Při bolestech břicha se stav člověka zlepší, jestliže se rozdrť a přiloží mu k pupku. Jestliže se skořápka spálí, rozetře s vínem a olivovým olejem a touto směsí se maže hlava dětí, prospívá to velmi vlasům, jimž pomáhá v růstu. Mazání hlavy pomáhá při plešatění. Jestliže se spálí jeho jádro, popel smíchá s vínem a dá ženám do pochvy, zastavuje měsíčky. Také prospívá, jestliže se jádro starého ořechu rozžvýká a přiloží na zhoubný nádor nebo se jím ma-

žou vředy. Pomáhá rovněž při oční pištěli. Jestliže se udělá horký obklad s olejem z ořechu, který se přiloží k pohmožděnému místu, pomůže to a utiší se bolest. Vnitřním užíváním listí a kůry stromu v dávce devět gramů se léčí vylučování moči po kapkách.

Jestliže se zelené listy rozdrť, smíchají s železnými pilinami, nechají týden rozležet, každodenně se promíchávají a pak se směsí maže hlava, obarví se šedé vlasy. Mazání hlavy pomáhá při ekzému. Jestliže se zelená skořápka svaří ve vodě a udělá se z ní kloktadlo (odvar), zpevní se zuby. K barvení šedých vlasů na černé pomocí oleje se do skleněné nádoby dá olivový olej a seříznuté konce květenství ořechu, potom se nádoba zakryje a zakope pod ořešákem, ponechá se tam, dokud ořech zraje, a pak se vytáhne. Jestliže otylí lidé usnou ve stínu ořešáku, zhubnou. Jestliže se ořech rozdrť a namaže na tvář, odstraňuje pihy. Jestliže se ořech vyluhuje v medu, zahřívá ledviny, přivolává úlevu a také pomáhá při chladné povaze žaludku. Jestliže se sní velké množství ořechů, dojde k vypuzení hlístů. Jestliže se popel ze skořápky vypije s vínem, nebo se z něho udělá čípek, který se zavede do pochvy, pomůže to ženám při výtoku krve po kapkách.

Při akutní a pálivé vyrážce prospěje, jestliže se pryskyřice nadrobno rozdrť a maže na problematická místa. Jestliže člověk bude držet půst a žvýkat pouze ořech, pomůže mu to odstranit křeče (křeče nohou a nervové křeče). Jestliže se ze zelené skořápky vymačká šťáva, která se poté vaří s hroznovým moštem, dokud nezhoustne, a potom se kloktá, pomůže to při otoku krku, posílí rozviklané zuby a vyléčí zduřeni-
ny. Dále pomáhá, jestliže se jádro starého ořechu spálí

a popel se nasype na vlhké vředy. Jestliže se smíchá s olivovým olejem, působí silněji. Rovněž pomáhá, jestliže se jádro starého ořechu rozžvýká a namaže se jím ekzém u dětí. Na vředy také působí prášek ze spálené tvrdé skořápky. Jestliže se velmi rozmělní a bere se každý den devět gramů prášku, pomůže to při výtoku moči po kapkách. Jestliže se třicet gramů kůry kořene svaří a vypije, vyvolává to zvracení lepkavého hlenu. Pomáhá to i při bolestech, jež vycházejí z oblastí od beder níže. Jestliže se čerstvou kůrou jeho kořene po tři dny jedenkrát denně namažou ústa, vyčistí se mozek a posílí smyslové orgány a rozum. Jeho olej je užitečnější než mandlový. Jeho náhražkou je olej violky a on sám je náhražkou oleje violky a routy."

Pak bylo třeba nalézt „koně“ - rychlý prostředek, který pronikne skrz tkáň organismu. Stal se jím benzin a petrolej. Benzin je velmi nevhodný a pro užívání nebezpečný. Todika jej hned zavrhl, ale u petroleje se zastavil. Extrakt zeleného vlašského ořechu v petroleji - to byl objev, na nějž přišel svými prostými úvahami.

Todika připravil extrakt a sám jej vyzkoušel. Přiložil zábal k bedrům a jeho bolesti poprvé ustoupily. Situace se opakovala i podruhé, potřetí, podesáté... Bolest odešla a více se nevrátila.

Zároveň objevil „vedlejší účinky“ preparátu. Od začátku války, více než čtvrt století, mu v hýždích zůstaly infiltráty od nesčetných injekcí, které dostával ve vojenské nemocnici. Tyto infiltráty se vstřebaly, ačkoli zábal aplikoval na bedra! Vědec z toho vyvodil, že extrakt vlašských ořechů v petroleji vítězí nad

otoky! Kromě toho si Todika s překvapením všiml, že někam zmizelo nachlazení, které se objevovalo stejně pravidelně jako koloběh ročních období. Tyto problémy souvisely s tím, že v dávném roce 1942 málem až k smrti zmrzl v zákopu ve stepi mezi Volhou a Donem. Nyní ho nachlazení zcela opustilo.

Za radikulitidou a nachlazeními následovala gastritida, zánět prostaty, artritida, pyelonefritida, hypertonie, skleróza, tromboflebitida, ischemie, schizofrenie, cirhóza, zvláštní typy neplodnosti, rakovina a j. Tyto ohromující úspěchy Todika podnítily k léčbě lidí - chtěl jim pomoci.

Dokud Todika zbavoval nemocí své přátele a kolegy, nevěnovali lékaři tomuto geografovi žádnou pozornost, ale první člověk, jenž se uzdravil z rakoviny, byl důvodem perzekuce tohoto lidového léčitele.

Představitelé ministerstva zdravotnictví byli na rozpacích: „Jak může lidem dávat petrolej a ještě k tomu vnitřně? Vždyť je karcinogenní!“

Todika nesměle poukazoval: „Ale ten člověk je naživu, i když měl umřít!“

Lidé z ministerstva zdravotnictví oponovali: „Stejně to tak nejde - petrolej je škodlivý!“

Todika se přel: „Dobře, dejme tomu. Ale vždyť i chlor je škodlivý, ale chlorid sodný již ne - je to obyčejná kuchyňská sůl. Stejně petrolejový extrakt ořechu není totéž co petrolej.“

Tyto důvody ministerské úředníky nepřesvědčily, ale naopak rozezlily.

Ve společnosti, která je ovládána a řízena vzájemně provázaným soukolím vztahů a vazeb, se věda neřídí fakty, ale spíše autoritami. Michail Petrovič to ve

sporu s ministerstvem zdravotnictví dávno pochopil a operoval nejen statistikou vyléčených lidí a hypotézou o působení preparátu, ale i autogramy kosmonauta Popoviče a zpěváka Kobzara, děkovnými dopisy akademika Marčuka a básníka Ošanina, prosbami onkologických poraden z jiných měst a příznáním vyléčených doktorů. Mezi jeho prvními pacienty byl také I. Papanin.

Todika mohl neustále na ministerstvo posílat dopisy známého básníka, jenž dříve pořádal koktaily (i na to pomáhá ořech a petrolej). Ukazoval svědectví moskevského neurochirurga Kymrova, který když operoval mozkový nádor holčičce z Tiraspole, objevil pouze hnisavé duté části, jež byly po užití preparátu Todika zcela naplněné bývalými metastázami.

Celých dvacet let byl Todika oficiální medicínou perzekvován. S každým novým vyléčeným pacientem se Michail Petrovič vystavoval křížové palbě diplomovaných lékařských byrokratů, proti nimž byl bezbranný. Neměl lékařský diplom, a proto ho mohli kdykoli zavřít do vězení za nezákonnou lékařskou praxi. Preparát fungoval natolik úspěšně, že vášně kolem Todika vřely jak v detektivce. Ministerstvo zdravotnictví prostřednictvím státního zastupitelství prosadilo zákaz činnosti léčitelů a tento zákaz se pak ještě jednou opakoval. Tehdy nemocní napsali stížnost k moldavské komunistické straně a ta mu znovu dovolila léčit. Toto vše probíhalo po dobu dvaceti let!

Během své léčitelské praxe si Todika vedl domácí kartotéku. Neustále se zaplňovala novými příběhy onkologicky nemocných lidí, kteří byli jako zázrakem zachráněni. Pro ministerstvo zdravotnictví však jako

lékař bez diplomu nebyl nikdy ničím jiným než osamoceným lidovým léčitelem.

Jeho nápadů si však povšimnul profesor Andrej Georgijevič Malenkov a pochválil je. Profesor, jenž pracoval nedaleko Moskvy v Minmedpromu, dosáhl toho, že byly výsledky kišiněvského samouka přezkoumány. Závěry uznávané komise byly kladné. Poprvé za dvacet let!

Profesor Malenkov s kolegy odhalil vztah mezi odolností organismu vůči vytváření nádorů a silou spojení mezi buňkami v tkáních. To se shodovalo s hypotézou Todika, která objasňovala zázračnost jeho preparátu.

Podstata hypotézy spočívala v tom, že čím pevněji jsou buňky mezi sebou spojeny, tím obtížněji se v nich vytvářejí nádory a objevují metastázy. Preparát Todika zvyšoval spojení mezi buňkami, a tím je léčil z onkologických onemocnění.

Po smrti Todika se organizace Informelektro, již vedl M. D. Malej, rozhodla financovat výzkum preparátu. Akademie věd, ministerstvo zdravotnictví ani Minmedprom bez ohledu na to, že měly blahosklonný zájem o objevitele, nedaly na tuto práci ani kopějku. Organizace na tyto výzkumy vyčlenila sto šedesát tisíc rublů.

Výsledkem bylo vytvoření nového preparátu, který vycházel z Todikových myšlenek. Preparát je normalizovaný, netoxický a zachovává všechny kvality prvotní verze extraktu. Petrolej byl nahrazen lihovým roztokem. Zkoumáním byly objeveny další pozitivní přínosy a preparát byl pojmenován na počest svého tvůrce Todika *Todikamp*.

Ukázalo se, že Todikamp nejlépe působí na hojení ran a stabilizuje tkáňové systémy. Jinými slovy zvyšuje odolnost tkání vůči vytváření nádorů. Předpokládá se, že v blízké budoucnosti bude Todikamp nejen lékem na rakovinu, ale i preventivním prostředkem proti ní.

Pokusy na opicích potvrdily, že Todikamp nevyvolává změny u zdravých živočichů a pomáhá mobilizovat rezervy organismu. Pokusy na myších, krysách, králících a morčatech ukázaly jeho další účinky: Todikamp šestkrát snížil smrt zárodků a vznik vrožených znetvoření.

Profesor Malenkov říká, že Todikamp je pozoruhodný tím, že dovoluje spoléhat se na nepřímý přístup k léčení onkologických onemocnění. Neprobíhá boj přímo s nádorem, ale s příčinami, jež jej vyvolávají. Získali jsme všelék nejen na rakovinu, ale také základ řady preparátů, díky kterým můžeme posilovat obranyschopnost nemocného člověka.

Poslední klinické testování Todikampu ukázalo, že má v léčení minimálně ještě dva velmi důležité účinky:

Vědci si povšimli především úlohy Todikampu při snižování rizika vzniku srdečních záchvatů, včetně infarktu. Při zkouškách na zvířatech zjistili, že Todikamp při vnitřním, a dokonce i při vnějším užívání, významně zpevňuje stěny cév, a tak zabraňuje krvácení. Užívání jedné čajové lžičky Todikampu u všech zkoumaných odvrátilo záchvat. V kontrolní skupině (tedy mezi těmi, kdo brali obvyklé prostředky) se zabránit vzniku infarktu podařilo pouze u padesáti procent nemocných.

Je třeba také podotknout, že když poté první skupina nemocných brala Todikamp (dávka 10-12 kapek třikrát denně), stav jejich jater se během krátké doby normalizoval!

Todikamp zpevňuje stěny cév, a zabraňuje tak krvácení - díky tomu působí proti teratogenitě a vzniku infarktu.

Na základě obrovského množství experimentálního a klinického materiálu vědci z Vysoké školy lékařské v Moskvě a z univerzity v Samarkandu zjistili ještě jednu schopnost Todikampu - přemáhá echinokokózu. Měchožil zhoubný - malý parazitní červ - je schopný se prokousat stěnou střev a usídlit se v játrech, plicích, mozku, a dokonce i v srdci. Způsobuje velké utrpení a smrt. Chirurgický zákrok není vždy účinný, protože měchožilové jsou stejně jako rakovinné buňky schopni parazitovat na různých místech těla. Když nejsou přemoženi, tak se při operaci rozšíří do celého organismu.

Todikamp v netoxických dávkách ničí měchožily zhoubné o devadesát osm procent úspěšněji, zabraňuje jejich rozmístění při operacích, a uzdravuje dokonce i v neoperovatelných případech. Důležité je, že Todikamp zároveň stimuluje imunitní systém a pomáhá organismu přemoci infekci, která echinokokózu doprovází.

Způsob přípravy Todikampu

Do třilitrové sklenice vložte 70-100 kusů zelených vlašských ořechů a zalijte je očistěným petrolejem až čtyři prsty pod hrdlo. Sklenici neprodyšně zakryjte (uzavřete kovovým víčkem), zakopejte do země (dej-

te do sklepa nebo kůlny) do hloubky 70 centimetrů, na víčko položte závaží o váze 10–12 kilogramů a nechejte vyluhovat tři měsíce.

Způsob uskladnění: Skladujte na chladném místě v dobře uzavřené skleněné nádobě z tmavého skla. Preparát musí být nalit až pod uzávěr, neboť působící základ se při kontaktu se vzduchem ničí. Při skladování v nesprávných podmínkách ztrácí na účinnosti. Chraňte před dětmi. Doba skladování je tři roky.

Komentáře: Sám Todika připravoval extrakt mnohem rychleji. Kdyby čekal tři měsíce, není jasné, co by se s ním samotným stalo, protože nemoc by postoupila. V krajním případě je možné zkusit prostředek již po 2-3 týdnech.

Druhý způsob přípravy Todikampu

10 kusů zelených vlašských ořechů umlít v mlýnku na maso (ořechy utrhnout do 20. července). Získanou masu zalít třemi sklenicemi petroleje a nechat vyluhovat na tmném místě 10–14 dní (potom je možné směs začít užívat). Zbývající část je možné nechat luhovat 40 dnů na světle. Získanou tinkturu přefiltrovat skrz gázu a Todikamp je připraven k užívání.

Třetí způsob přípravy Todikampu

Používá se pouze zvláště očištěný petrolej (přefiltrovaný podle speciálního postupu nebo letecký petrolej letního druhu, který neobsahuje jedovaté látky proti zamrzání). Do sklenice se nasypou vlašské ořechy, jež jsou nasbírány ve své přirozené velikosti, ale ještě mají mléčnou barvu, jsou měkké a dají se dobře probodnout dřevěným hřebíkem. Ořechy se nasypou

až po okraj sklenice a zalijí petrolejem tak, aby sahal k jejímu hrdlu, což zamezí přístupu vzduchu. Sklenice se neprodyšně uzavře. Směs se skladuje ve sklepě nebo je ji možno zakopat do země. Obvykle se nechává vyluhovat od čtyřiceti dnů do tří měsíců. Jestliže je však preparát potřebný bezodkladně, je možné jej začít užívat již po patnácti dnech. Po ukončení luhování se petrolej slije do láhve, která se neprodyšně se uzavře. Skladuje se v ledniče nebo ve sklepě.

Kapalina je po odležení světlá, má měkkou usazeninu a zápach petroleje. Petrolej je rozpouštědlo, zachovává si svou hořlavost, tekutost a propustnost, ale již nedráždí živé tkáně a jeho chuť už není ostrá. Ořech ztrácí barvu a hořkost a vytváří usazeninu - chomáče. Hotová tinktura je lehce olejovitá tekutina, jež se po vetření do kůže vstřebává. Užití je vnější, vnitřní nebo kombinované - závisí na onemocnění.

Před léčbou je nevyhnutelně nutné ověřit reakci organismu na petrolej a ořechy - kůže za uchem se natře malým množstvím preparátu, a jestliže se neobjeví zčervenání ani drobná vyrážka, nemáte alergii na tyto látky.

Vnější použití (v podobě obkladů, mastí a zábalů): Zábal se odebírá při pocitu pálení, aby se zabránilo popálení kůže. Procedura se opakuje ob den. Tinkturu lze vtírat dvakrát až třikrát denně. Obklad se přikládá na rány, vředy, otoky, krevní podlitiny a také na celé oblasti kůže. Obvykle se neodstraňuje z rány, ale navlhčí se, aby se nová tkáň při hojení nepoškodila.

Vnitřní užití: Tinktura se užívá po kapkách nebo čajových lžičkách půlhodinu před jídlem. Preparát je třeba začít užívat od 5-6 kapek ráno a večer před

jídlem, potom každý den přidávat po kapce - tak se v prvním týdnu dostanete na 15 kapek (1 čajová lžička). Druhý týden, a jestliže je to nutné, pak i třetí a čtvrtý, užívat po 15 kapkách a poslední týden zmenšovat dávkování po kapce denně až na 5 kapek. V zvláštních případech je možné pokračovat v léčbě dlouhodobě - třikrát užívat po 15 kapkách (udělat týdenní pauzu po každém měsíci). Lidé, kterým vadí zápach petroleje nebo mají alergii na ořechy, mají vnitřní užívání tinktury kontraindikováno.

Lékařský Todikamp

V tomto Todikampu se nepoužívá petrolej, ale speciální rozpouštědlo. Jedna tuna preparátu se získá po pěti destilacích z 20 tun petroleje. Díky tomu jsou odstraněny poly cyklické uhlovodíky, které jsou toxické pro játra, a kromě toho je v Todikampu díky speciální účinné technologii extrahování výrazně vyšší koncentrace aktivního základu z vlašských ořechů než při „domácí“ extrakci.

Zkušenosti s užíváním Todikampu

Jedna žena se podělila o svou zkušenost s užíváním Todikampu - v kojeneckém věku měla vrozené poranění hlavy a otok mozku. Podstoupila osm operací, ale důsledky o sobě samozřejmě neustále dávaly vědět. Žena pořád bojovala o své zdraví a rozpracovala svůj ozdravný program. Dnes ve svých 42 letech vypadá výborně.

Ve svém ozdravném programu užívala Todikamp. Z vlastní praxe ví, že je účinný při léčbě jakéhokoli onemocnění od hlavy až po paty, a proto se rozhodla podělit o některé specifické zvláštnosti jeho užívání.

Podle jejích slov účinnost Todikampu mnohokrát předčí petrolej, a proto je třeba jej užívat v malých dávkách. Za závazné považuje jeho užívání podle schématu: začít na 5 kapkách třikrát denně 20 minut před jídlem, přidávat po jedné kapce každý den; dosáhnout až 15 kapek třikrát denně a pak znovu zmenšovat dávku do 5 kapek. Tvrdí, že to dá organizmu dobrý základ, dokonce i když člověk nesnáší petrolej. Toto schéma doporučuje také jako prevenci a pro začátek léčebné kúry.

Zdůrazňuje, že při užívání Todikampu se velmi často setkáváme s bolestí hlavy, pálením žláhy, říháním, závratí, ospalostí, únavou a také bolestí různých částí těla. To by vás však nemělo vylekat, protože z organizmu se odstraňují dokonce i ty nemoci, o kterých člověk neví, nebo na ně dávno zapomněl. Jinými slovy při léčbě Todikampem se prochází krizemi, ale při dalším užívání tyto jevy pominou.

Todikamp považuje za nejsilnější čisticí prostředek organizmu¹⁴, který z něho vyhání mnoho toxinů a nánosů. V souvislosti s tím doporučuje užívat všechny dostupné prostředky očištění organizmu, abychom mu pomohli situaci rychleji zvládnout (klystýry, očista jater a ledvin, masáže, zábaly ze solí, moči, hlíny nebo bylinek, dechová cvičení, dieta, hladovka, střídavá sprcha). V tomto případě se účinnost Todikampu zvyšuje a léčivé působení nastupuje mnohem rychleji.

Žena také doporučuje užívat byliny, jako jsou pelyněk, vratič a semena hřebíčku. Domnívá se, že pomáhají předejít usazování toxinů v organizmu. Tyto byliny doporučuje užívat od začátku užívání Todikampu. Kúra je třikrát 10 dní s desetidenní pauzou. Dávková-

ní: 1/2 čajové lžičky květů pelyňku nebo vratiče (je možné oba společně), které jsou rozemleté v mlýnku na kávu, plus 1/20 čajové lžičky rozemletého hřebíčku. Užívá se v sušeném stavu (prášek) a zapíjí se chladnou vodou před každým užitím Todikampu.

Při zvláště těžkých onemocněních (rakovina, sněť, pooperační období a pod.), když je člověk velmi slabý a nic nejí, je nutné ihned dávat Todikamp po 2 čajových lžičkách třikrát denně, plus výše uvedené byliny po dobu 21 dnů. Potom udělat přestávku 1-2 týdny a dávat po 25 kapkách třikrát denně po dobu měsíce a pak udělat měsíc pauzu. V takových případech může jídlo nahradit lžice medu nebo šťávy. Na základě své praxe žena tvrdí, že jestliže člověk nemůže vůbec jíst, potom tento preparát organizmu neškodí a za nějakou dobu (obvykle 7-10 dnů) se objeví zdravý apetit bez zvracení a nevolnosti.

Na základě své praxe žena uvedla také některá omezení.

Todikamp je neslučitelný s medicínskými preparáty, zvláště s psychotropními, a proto je žádoucí je vyřadit. Todikamp sám o sobě je silný anestetický a nervový systém uklidňující prostředek, a proto se objevuje ospalost. Jestliže současně s ním užíváte preparáty na snížení tlaku, může dojít k příliš prudkému náhlému snížení tlaku, což je pro slabé srdce velmi nebezpečné. Ve své léčebné praxi k snížení vysokého tlaku používá pouze bylinné vodní nálevy. Domnívá se, že tím může regulovat dávku a současně získá potřebný účinek.

Todikamp je neslučitelný s alkoholem. Preparát je roznášen krví do každé buňky, a když se dostane do

organismu, hromadí se. Vlastnosti preparátu - „dlouhodobost“ a „všudypřítomnosti“ - jej umožňují užívat v dostatečném množství. Podle pozorování je do plného vyléčení nutných okolo 0,5 litru a pak se preparát užívá jako prevence. Schéma užívání je možné upravit podle onemocnění, věku a zdravotního stavu.

Todikamp má díky přítomnosti petroleje silné energetické vlastnosti, a proto při smíchání krve s vypitým petrolejem dochází k silné chemické reakci a organizmus začíná „hořet“! Jestliže je nemocný Člověk oslaben, může dojít k zástavě srdce. Lidé, kteří se uzdravili z těžké nemoci, často hřeší alkoholem.

Během léčebné kúry a také přibližně 1-2 roky po ní se nedoporučuje pobyt na slunci (zvláště na jeho přímých paprscích). Optimální sluneční zátěž je méně než 20-30 minut denně.

Pouze při dodržování těchto podmínek působí Todikamp normálně.

V současné době jsou nahromaděny bohaté zkušenosti s užíváním Todikampu jak jednotlivými léčitelů, tak středisky netradiční medicíny. Stručně se o nich zmíním:

- při vtírání preparátu do kůže hlavy spolu s jemnou masáží přestávají vypadávat vlasy. Procedura se doporučuje opakovat ob den do získání potřebného efektu;
- při mazání nebo kapání Todikampu do nosu dvakrát denně po dobu dvou dní zmizí jakákoli rýma a polypy nosohltanu;
- při mazání lící kosti a čela spolu s mírnou masáží dvakrát až třikrát denně po dobu 3-5 dnů pomínou záněty lící dutiny a frontitida;

- při vtírání preparátu třikrát denně po dobu 2-3 dnů se očišťuje kůže tváře od akné, vyrážek, řezných ran, krevních podlitin a modřin;
- svalové bolesti s křečemi, vyrážky, svědění, pocení, plísňové infekce končetin a další nemoci pominou hned poprvé (nebo postupně) díky vtírání Todikampu a obkladů nebo krátkodobých zábalů s ním;
- při vnitřním užívání tinktury se „neočekávaně“ projevuje její silná protizánětlivá schopnost. Při krátkodobém kontaktu se sliznicí ústní dutiny - vyplachování a olizování jazykem a následné polknutí dávky Todikampu - mizí zánět čelisti, dásní, jazyka, hltanu a hrtanu. Velmi rychle mizí záněty sliznice dutiny ústní, bolesti zubů, záněty hrtanu, angíny a záněty hltanu;
- díky rány hojícím vlastnostem Todikampu se popálení ústní dutiny, jazyka, hltanu, hrtanu, jícnu a žaludku horkým jídlem a jinými silnými dráždiči vyléčí rychleji a proběhne mírněji a lehčeji než při užívání léků;
- nachlazení nebo následky přetěžování hlasivek a chrapot zpěváků i příliš aktivních řečníků pomine po druhém nebo třetím kloktání preparátu;
- u nemocných s akutními i chronickými zánětlivými procesy v žaludku a střevech je příznivé působení Todikampu zaznamenáno v celém zažívacím traktu, od dutiny ústní po konečník. Jestliže se zdržíte vydatné stravy, odstraní preparát (po jedné čajové lžičce ráno a večer před jídlem po dobu několika dnů) různé poruchy trávení, nor-

- malizuje peristaltiku, zbaví zácpy a ulehčí vylučování plynů;
- při pravidelném užívání Todikampu po dobu 10-15 dnů při zachovávání pravidel jeho používání mizí první příznaky hemoroidů s krvácením a také trhlina řitního otvoru a polypí;
- léčba Todikampem dobře účinkuje na široce rozšířené chronické nemoci, jako je revmatismus, dna a některé další, které se týkají opěrného, pohybového, nervového a cévního systému. Obvykle k uzdravení nemocného stačí čtyři až osm léčebných zábalů. Současné užití manuální terapie proces léčby urychluje;
- léčba Todikampem pomáhá i při nepříjemných nemocech, jako je polyartritida, artritida a artróza nejrůznější povahy: s bolestmi, otoky cév a objevením se tekutiny v kloubu. Todikamp se užívá ke vtírání, obkladům a krátkodobým zábalům v kombinaci s masáží;
- léčivé vlastnosti Todikampu dovolují účinně léčit infekce cév dolních končetin - rozšíření cév. Jestliže se onemocnění zachytí v samotném začátku (objevení bolestí, oslabení nemocné končetiny, křeče a projevy rozšiřujících se cév až k vytvoření křečových žil) a po dobu 3-5 dnů se Todikamp dvakrát až třikrát denně vtírá do nemocného místa, dělají se krátké zábaly a dodržuje se klid, odstraní se počáteční symptomy a zcela se obnoví zdravé cévy;
- léčba velmi rozvinutých a zanedbaných křečových žil není tak účinná, ale umožňuje zabránit vzniku zánětu žil. Také v těchto případech po-

máhá vtírání Todikampu dvakrát denně (ráno a večer), obklady a klid. Nemocným se doporučuje užívat Todikamp také vnitřně po čajové lžičce ráno a večer po dobu 3-4 týdnů;

V současné době je Todikamp oficiálně povolen k volnému užívání v Kazachstánu a Tádžikistánu. Také ruští vědci se tímto preparátem vážně zabývají - výzkum Todikampu probíhá ve Volgogradu ve vědecko-výzkumném institutu masné a mléčné výroby a zpracování produkce živočišné výroby. Na vylepšování Todikampu zde pracují již desítky let vědci z různých oborů: biologové, lékaři, chemici i veterináři.

Vědci tohoto institutu se rozhodli do extraktu zelených vlašských ořechů v leteckém petroleji přidat propolis a květnový květní pyl. Výsledkem je vznik preparátu, který nazvali Todikamp ideál. Ve *Zprávách Ruské akademie zemědělských věd* z roku 2002, č. 2 si můžeme přečíst následující tvrzení: „Můžeme tvrdit, že jedinečné vlastnosti Todikampu ideál jsou výsledkem toho, že na organismus komplexně působí dvacet tři základních složek preparátu, jež stimulují jeho imunitu a mají metabolický a protinádorový účinek.“

V novém produktu objevili přítomnost selenu. Poslední dobou se u lidí a živočichů stále častěji projevuje nedostatek tohoto stopového prvku, což může mít vážné důsledky. Nedostatek selenu vyvolává u člověka vznik kardiopatie, poruchu imunitního systému a další obtíže. Známa je úloha selenu v prevenci a léčbě zhoubných nádorů - zvláště těch, jež jsou virového původu nebo vznikly vlivem záření.

Mnozí nemocní se již léčí novým preparátem a spolu s ním užívají také olej z hořčice a tykve. Máme

informace o vyléčení rakoviny krku, zánětu slinivky břišní, retikulosarkomu a cukrovky.

Todikamp ideál je účinný při léčbě rakoviny různé lokalizace, u onemocnění gastrointestinálního traktu, pohybového a opěrného systému, kožních nemocí, nachlazení a mnoha dalších onemocnění.

Kontraindikován je při zvýšené citlivosti ke složkám preparátu a jodidu. Způsob užívání je stejný jako u Todikampu.

Fytotodik a Todiklark

Existence Todikampu a jeho účinnost podnítila mnohé vědce a léčitele k vytvoření nových preparátů na bázi petroleje. Jedním z nich je Gennadij Garbuzov, který o petroleji napsal:

„Jestliže se petrolej užívá v stanovených dávkách a očištěný, nikomu neškodí. V Polsku tato metoda získala státní licenci. Užití petroleje třikrát denně po jedné čajové lžičce dokáže odstranit subfebrilní teplotu, jež trvá okolo roku. Petrolej se ale nesmí užívat dlouhodobě. Nejlepší je, když kúra trvá dva týdny a po ní následuje dva týdny pauza.“

Doktor Ulanov doporučuje začít léčbu od 3-5 kapek denně: „Preparát není dovoleno užívat při onemocnění jater. Po užití petroleje se může vyskytnout lehké pálení v břiše, říhání petroleje a občas i pocit na zvracení, a proto je petrolej třeba užívat nalačno a pak je nutné 1,5-2 hodiny nepřijímat potravu. Lépe je poležet si.“

Po petrolejové kúře navrhuji provádět 3-7 dnů hladovění, které umožní odstranit zbytky petroleje z organismu.“

Protože Gennadij Garbuzov zkoumá Todikamp dlouhou dobu, zjistil, že v třilitrových sklenicích, kde byl Todikamp uskladněn, se může na plodech zeleného vlašského ořechu při dlouhodobém skladování v teple rozvíjet plíseň. Preparát není ideálním fytoncidem - alespoň pro některé plísně. V tinktuře ořechu ve vodce plíseň neroste!

Gennadij Garbuzov popsal následující případ: Nemocná trpěla rakovinou slinivky břišní, jež se přidala k jejím dřívějším onemocněním - nemocným játrům, zácpám, vředům na dvanácterníku, polypům, zánětu tlustého střeva a gastritidě. Operace odmítla. Přišla za vědcem A. G. Malakovem, který pracoval v laboratoři, kde se zkoumal Todikamp. Léčila se podle jeho metody (důležitou podmínkou bylo, že při vnitřním užití se preparát nezapíjí):

První týden po 20 kapkách, druhý týden po 30 kapkách, třetí a čtvrtý týden po 40 kapkách. Todikamp užívala třikrát denně dvacet minut před jídlem. Každý den položila na oblast jater lněnou látku, na niž kapátkem nanesla Todikamp a kterou překryla obkladem. Poté následovalo na tři týdny přerušení léčby.

Druhá kúra: První týden po jedné čajové lžičce, druhý, třetí a čtvrtý týden po dezertní lžičce. Todikamp užívala třikrát denně 20 minut před jídlem.

Druhý týden léčby bylo nemocné špatně, protože začala ozdravná krize: průjem s hlenem, krví a jakýmsi bílými vlákny. Garbuzov tato vlákna považoval za kandidózu. Bolesti byly strašlivé a záchvaty nekontrolovatelné. Nemocná ztratila víru ve vyléčení, ale na naléhání doktorů z experimentální laboratoře pokračovala v užívání Todikampu a začala třetí kúru.

První týden po 20 kapkách, druhý týden po 30 kapkách, třetí týden po 40 kapkách a čtvrtý týden po jedné čajové lžičce. Na konci třetí kúry pocítila zlepšení a potom poznala, že se začíná uzdravovat.

Léčbu Todikampem vědci doporučovali opakovat ne dříve než za půl roku a potom jednou za rok jako prevenci. Lékařská prohlídka ukázala, že nádor zmizel.

Garbuzov se domnívá, že je nutné, aby se onkologicky nemocní preventivně léčili i po zmizení nádoru. Říká, že přerušení léčby na šest měsíců je přehnané. Pouze po třikrát provedeném měsíčním kurzu je možné udělat půlroční přerušení.

Kúru Todikampu doporučuje Garbuzov střídat s užíváním tinktury ořechu černého ve vodce - po měsíční pauze provádět kúru tinkturou černého ořechu ve vodce a potom opět udělat jeden měsíc pauzu - přerušení mezi kúrami Todikampu pak trvá tři měsíce.

V některých případech doporučuje provést celý cyklus kúry Todikampem (tři kúry) a potom kurz užívání tinktury černého ořechu ve vodce (tři kúry). Toto schéma se obvykle používá, když je naprosto očividný účinek jednoho z těchto preparátů.

Pro děti a zvláště oslabené lidi s onemocněním jater doporučuje Garbuzov mírnější variantu užívání Todikampu: první týden po 10 kapkách, druhý po 15 kapkách, třetí po 20 kapkách, čtvrtý po 25 kapkách, pátý po 20 kapkách, šestý po 15 kapkách a sedmý po 10 kapkách.

Užívat třikrát denně půlhodiny před jídlem. Ničím nezapíjet! Poté následuje pauza jeden měsíc. Během přerušení léčby dělat každý den zábal z Todikampu na játra.

Když nádor uvnitř jater zmizí (a je to potvrzeno lékařskou prohlídkou), užívá se Todikamp jako prevence dvakrát ročně (na jaře a na podzim) podle následujícího schématu: první týden po 10 kapkách, druhý po 15 kapkách, třetí po 20 kapkách, čtvrtý po 15 kapkách a pátý po 10 kapkách.

G. Garbuzov doporučuje k léčbě adenomu prostaty užívat Todikamp v kombinaci s vlašovičником. Oba preparáty je nutné začít užívat od malé dávky, která se pak postupně zvyšuje.

Ženám při gynekologických onemocněních a dysplazii se doporučuje vnější užití petroleje. V petroleji nebo Todikampu se namočí tampon, který se potom zavede do pochvy na jednu minutu a hned vytáhne, aby nedošlo k popálení sliznice. Stačí dělat 1-2 procedury denně a ráno pochvu vyplachovat solným roztokem.

Při rakovině dělohy doporučuje Garbuzov vyplachovat ji čistým petrolejem nebo ještě lépe Todikampem nebo Fytotodikem (ten tvoří petrolej, list ořešáku, list myrty, pupeny topolu, Česnek a pelyněk). Pro ušetření preparátu je lepší jej užívat v podobě tampónů na noc.

Někteří léčitelé doporučují první kúru Todikampu provádět se sníženými dávkami - od 5 kapek třikrát denně, přidávat po jedné kapce každý den, dostat se na 15 kapek třikrát denně a potom zmenšovat dávku do 5 kapek. To dovolí organizmu přizpůsobit se dokonce i v případech, kdy nemocný petrolej nesnáší (jako prevenci).

Garbuzov se domnívá, že souběžně s Todikampem je možné užívat i mnoho různých léčivých a celkově posilujících bylin (nejedovatých), ale ne zároveň s To-

dikampem, ale obvykle po pauze (například 30 minut po užití Todikampu).

Uvedu ještě jeden příklad z Garbuzovy praxe. Žena trpěla erozí dělohy; trápily ji silné bolesti v oblasti dělohy, pochvy a pánevních kostí. Spodní část břicha jakoby ji spaloval oheň. Do pochvy dala tampon, jež namočila v Todikampu, a na spodní část břicha a křížovou část páteře zábal. Tampon z pochvy vytáhla za několik minut, protože silně pálił. Myslela si, že vše popálila. Ráno bolesti zmizely a výtok se zmenšil. Proceduru zopakovala ještě dvakrát. Před léčením byla děloha 14 týdnů zvětšená a po léčení (3 tampony) se vrátila do normálního stavu.

Pro tampony v gynekologii navrhuji používat následující směs: jeden díl Todikampu rozředit v pěti dílech olivového oleje nebo rybího tuku. Účinek bude stejný, ale nepříjemných pocitů mnohem méně.

Při myomu a nádorech v děloze a také u dalších gynekologických onemocnění Garbuzov doporučuje užívat tampony s hlínou a Todikampem. Užívá se nejobyčejnější hlína, která je téměř všude pod vrchní vrstvou půdy. Hlína s gázou vytvoří jednu vrstvu a z té se vyrábějí tampony v podobě párku. Na hlínu se nakape 1-2 kapky Todikampu (jestliže jej budete normálně snášet, pak je možné 5 kapek i více, ale lepší je směs Todikamp a olej v poměru 1:5). Tampon s hlínou se zavede dovnitř co nejbliže ke krčku dělohy a tam se nechá 2-3 hodiny. Léčebná kúra trvá měsíc, potom následuje přerušeni a pak se vše opakuje. Výsledkem je, že nemocní nemusejí být operováni.

Fytotodik

Gennadij Garbuzov navrhl zdokonalit preparát Todikamp - přidat do něho při přípravě masti nať pelyňku, pupeny topolu nebo břízy, česnek, myrtu, stěmchu bobkotřešňovou a eukalyptus. Základ masti: hlína nebo mastek, zásyp a škrobová moučka. Smíchává se 100 mililitrů petroleje nebo Todikampu nebo Fytotodiku s připraveným základem masti, který je zředěn vodou do konzistence kysané smetany. Na vnější aplikace se používá 1-2 čajové lžičky preparátu a provádějí se jednou až dvakrát denně. Mast lze užívat i při vnitřních nehluboko ležících nádorech (fibrocystická mastopatie, osteosarkomy a také sarkomatózy plic a další), kdy se nanáší nad ně.

Todiklark

G. Garbuzov navrhl i další zlepšení Todikampu. Bral v úvahu několikanásobné převýšení léčivých vlastností černého ořechu ve srovnání s obyčejným vlašským ořechem, a proto se rozhodl připravit tinkturu z černého ořechu.

Tinktura černého ořechu je v onkologii a při dalších onemocněních oblíbená zásluhou doktorky Ch. Klark, která navrhla vytvořit tinkturu černého ořechu ve vodce. G. Garbuzov přihlížel k nápadům M. P. Todika a Ch. Klark a využil hlavní kvality uvedených metod. Rozhodl se sloučit vše nejlepší v jednom preparátu - v tinktuře černého ořechu v petroleji. Nový preparát nazval Todiklark.

Vlastní praxe G. Garbuzova ukázala, že Todiklark je mnohem silnější a lepší než Todikamp. Svým paci-

entům většinou ordinuje Todiklark, jež sám připravuje ze zvláště očištěného leteckého letního petroleje.

G. Garbuzov považuje za užitečné užívat spolu s Todiklarkem i prášek z pelyňku, hřebíčku a vratiče. Obvykle dává 1/3 čajové lžičky a v některých případech je dávka až 1/2 čajové lžičky. Byliny doporučuje užívat před nebo po Todiklarku. Jestliže prášek z pelyňku nebo z dalších bylin nemocný přijímá špatně, je možné prášek vložit do střídky chleba. G. Garbuzov doporučuje užívat Todiklark následujícím způsobem: po třiceti kapkách třikrát denně před jídlem. Léčebná kúra trvá měsíc a potom se udělá jeden měsíc pauza. Za rok se provádějí až tři kúry. Při opakovaných kúrách při onkologických onemocněních je možné jednorázovou dávku zvýšit až po dávku jedné čajové lžičky a denní do výše tří lžiček. Během třetí kúry, jestliže vše probíhá normálně, je dovoleno dávku zvýšit až po jednu dezertní lžičku.

Jestliže nemocný z jakýchkoli příčin nemůže pít Todikamp, existuje tinktura zeleného vlašského ořechu (používá se ořech, který má mléčné zabarvení) ve vodce. Její užívání je jednodušší: po jedné polévkové lžici třikrát denně pro dospělé, dávkování pro děti je nižší.

Tinktura zeleného vlašského ořechu ve vodce se užívá při chudokrevnosti a glomerulonefritidě. Tento prostředek účinkuje výborně proti hlístům a je vhodný pro léčbu jater a žaludku, pro zředění (při tromboflebitidě) a očištění krve (všechny druhy rakoviny, žloutenka, leukémie, systémový lupus erythematodes a další onemocnění).

Pro léčbu polycystózy (zvláště nadledvinek) se tinktura vlašského ořechu smíchává se stejným množstvím medu nebo cukru, tři týdny se skladuje v chladu (ve sklepě nebo ledničce) a pije se po jedné čajové lžičce dvakrát denně.

Tinktura ve vodce se stejně jako Todikamp úspěšně používá i u radikulitidy, osteochondrózy, hypertonie a osteomyelitidě (užití vnější i vnitřní).

Další sloučeniny uhlíku používané v lidové medicině

Tato část obsahuje hlavně teoretické informace o různých sloučeninách uhlíku, jež se používají v lidové medicíně. Časem hodlám rozšířit tuto část a prosím čtenáře, kteří mají zkušenost s užíváním sloučenin uhlíku, aby mi o ní napsali a popsali, jak se léčí a s čím se setkali během uzdravování.

Benzin

Benzin je směs uhlovodíků C_4 - C_{12} , jenž se užívá zevně.

Naftalen

Naftalen (z řeckého *naphtha* - ropa; $C_{10}H_8$) je uhlovodík aromatické řady s dvěma spojenými benzenovými jádry.

Čistý naftalen je tvořen lesklými lupínky, jeho teplota tání je $80,2\text{ }^\circ\text{C}$ a teplota varu $217,9\text{ }^\circ\text{C}$. Má charakteristický zápach. Naftalen není rozpustný ve vodě, ale dobře se při zahřívání rozpouští v lihu, éteru a benzolu. V roztaveném stavu je velmi dobrým rozpouštědlem mnoha jiných obtížně rozpustných organických sloučenin.

Naftalen se obvykle získává z černouhelného dehtu a při frakční destilaci ropy.

Terapeutické užití: Naftalen je slabý insekticid, který má odpuzující účinky. Uplatňuje se v boji s moly. Pro léčebné cíle se dnes nepoužívá, ale dříve se užíval při cizopasných onemocněních kůže (svrab, *favus*, *herpes tonsurans*) v podobě zásypu nebo masti (1:10) a v 5-10% olejovém roztoku proti vším (*Pediculus capitis*); občas se naftalen předepisoval jako protihlistový prostředek při roupech.

Příklad z lidového léčitelství: U jedné ženy se objevil nádor oka. Situace byla velmi vážná – mohla zůstat bez oka, ale nebyla záruka, že to vše tím skončí, a proto se žena rozhodla léčit naftalenem. Vzala jednu polévkovou lžici naftalenu v prášku, jednu polévkovou lžici medu a jednu polévkovou lžici másla. Právě v tomto poměru se doporučuje dělat naftalenová směs.

Všechny složky (naftalen, med, máslo) rozpustila ve vodní lázni, důkladně promíchala a dala do ledničky, aby směs vystydla. Užívala každý den po 1/4 čajové lžičky do té doby, dokud nádor nezmizel; celkem během léčby snědla okolo 600 gramů naftalenu.

Preventivně se užívá jedenkrát ročně polévková lžice naftalenové směsi - 1/4 čajové lžičky tolik dnů, aby se celá směs snědla.

Složení krve se během léčby neměnilo. Změny byly prokázány pouze v moči.

Cernouhelný dehet

Mazlavá černá kapalina s fenolovým zápachem. Vzniká při karbonizaci uhlí (z jedné tuny se získá 30-40 kilogramů). Vyrábějí se z něho fenoly, které mají silné antiseptické vlastnosti.

Fenol (kyselina karbolová)

Fenol (kyselina karbolová, C_6H_5OH) je obsažen v černouhelném dehtu a je nejsilnějším antiseptikem.

Baktericidní vlastnosti fenolu: Antiseptické schopnosti fenolu byly zjištěny již v roce 1834, ale do chirurgické praxe byly uvedeny poprvé až v roce 1867 J. Listerem. Mechanismus antiseptického působení je spojen s denaturačním účinkem na bílkoviny mikroorganismů (Solman a další) nebo s narušením oxidačně-redukčního systému buněk (Schubert, Richter), ukládáním v bakteriálních buňkách a reakcí jeho hydroxylových skupin a aminoskupin bílkovin, což narušuje nejdůležitější funkce buněk. 1-8% roztok fenolu vyvolává nevratné narušení bílkoviny; čím vyšší je koncentrace kyseliny, tím intenzivněji probíhá narušení bílkoviny.

Chemicky čistý fenol je bílá krystalická látka s výrazným charakteristickým zápachem. Byl objeven v černouhelném dehtu v roce 1834 německým chemikem F. Rungem. Teplota tání je 42,3 °C a teplota varu 182,1 °C.

Je dokázáno, že 1-2% roztok fenolu ničí plísňe a zmenšuje schopnost kvasinek vyvolávat kvašení glukózy nebo laktózy. 4-5% roztok kvasinky zcela ničí. Roztok fenolu má výrazné baktericidní vlastnosti, pokud jde o vegetativní formy mikroorganismů: 3% roztok téměř okamžitě usmrcuje hemolytického streptokoka; erysipelatosní kulovité bakterie vzdorují působení 1% roztoku pouze 60 sekund a bakterie záškrtu projevují již za 30 sekund zpomalení růstu. Odolnější mikroorganismy, které způsobují tyfus, cerebrospinalní meningitidu, vzhřivku a další nemoci,

se ničí 3% roztokem fenolu během 15-60 sekund. Bakterie, jež vyvolávají břišní tyfus a úplavici, umírají při působení roztoku v zředění 1:80 nebo 1:100 za 5–10 minut.

Na spóry bakterií působí fenol velmi slabě. Bakteriální spóry slezinné sněti nehynou v 5% roztoku dokonce i měsíc. Většina virů je vůči fenolu rezistentní. Na hnilobné bakterie působí pouze v koncentrovaných roztocích.

Baktericidní vlastnosti fenolu se zvětšují se zvýšením teploty roztoku. Jestliže se fenol přidá k roztokům z nepatrného množství kyseliny solné, prudce se zvýší baktericidnost roztoku, a proto se při dezinfekci obvykle používá jejich směs. Baktericidní vlastnosti posiluje také přidání kyselin (například sírové, šťavelové nebo octové) a solí alkalických kovů.

Jestliže jsou v roztoku fenolu přítomny bílkoviny (krevní sérum), olej a líh, snižuje se jeho baktericidní účinek.

Fermentační procesy ovlivňuje fenol poměrně slabě. Roztoky se používají pro dezinfekci u infekčních onemocnění dýchacích cest (kromě tuberkulózy), střevních infekcí a u některých zoonóz. Pro dezinfekci místností (stěny, okna, dveře) se používá roztok mýdla a fenolu - 2 % draselného mýdla, 5 % fenolu a 93 % vody. 1-2% mýdlový roztok fenolu (přibližně 100-200 mililitrů na kbelík vody) se užívá pro dezinfekci prádla. Prádlo se do roztoku namočí a nechá v něm dvě hodiny. Roztoky mýdla a fenolu jsou velmi účinné.

Užití fenolu v lékařské praxi:

Fenol v čistém stavu (krystalická látka) se užívá jako dezinfekční prostředek pro zničení záškrtu na začátku nemoci, při *pustula maligna*, měkkém vředu a infekci mrtvolným jedem. V zubní lékařské praxi se uplatňuje jako dezinfekční a bolest utišující prostředek (ve směsi s novokainem) a jako pasta s *Ac. Arsenicos* k umrtvení zubní dřevě. Jako 1-3% roztok se používá v chirurgické praxi k vyplachování ran, dezinfekci rukou, nástrojů, ochraně ligatur a pro přípravu antiseptického obvazového materiálu. Místa postižená kožními nemocemi (svrab a chronický ekzém) lze jednou až třikrát denně omývat 4% roztokem. Při popáleninách lze aplikovat ve směsi s *Lininienlum Calsis* (1:30) a při omrzlinách ve směsi s olejem (1:60). Při záškrtu, hnilobném zánětu průdušek a gangréně plic se používá k inhalaci 0,5-1,5% roztok. Pro vyplachování močového měchýře při zánětu močového měchýře se aplikuje 0,1-0,5% roztok; do pochvy a dělohy 0,05% roztok; do nosní dutiny při ozéně 0,25-1% roztok; do ucha při zánětu středního ucha 5% roztok v glycerinu bez vody.

Léčba popelem a uhlím

Je známo, že dřevěné uhlí má obrovskou absorpční schopnost. Zpracování uhlí přehřátou párou při vysoké teplotě se značně tato schopnost zvyšuje. Již v sedmáctém století bylo zjištěno, že na povrchu uhlí o ploše 1 cm³ se mohou nacházet desítky tisíc pórů. Dřevěné uhlí, které je prakticky čistým uhlíkem, se v dávné minulosti používalo pro získávání kovů z rudy. Dalším druhem uhlíku je diamant - tento drahokam je známý po tisíciletí. V nezpracované podobě se diamant nosí v prstenu na levé ruce nebo v levé kapse pro ochranu před jakýmkoli záporným vlivem. Mnohem později se začal užívat grafit k výrobě tužek. Mnohé modifikace uhlíku byly odhaleny až v naší době. V homeopatii se nejčastěji dřevěné uhlí připravuje z bukového nebo březového dřeva. Občas se používá kostní uhlí, které se vyrábí ze spálených volských kostí.

Aktivní uhlí (prodává se v lékárnách) se používá pro očištění vody od radioaktivního zamoření, při uhranutí, kašli, bolestech ledvin, jater a pod. Velmi účinné je uhlí, jež se připravilo v domácích podmínkách z rostlin. Skořápka vlašského ořechu se zabalí do látky a rozbije na malé kousky. Potom se vezme stará kovová nádoba a do ní se nasypou rozdrčené kousičky. Nádoba se postaví na mírný oheň (nejlépe venku) a přidává se voda. Ohřívána skořápka začne vylučovat rezavý kouř. Suroviny je třeba občas pro-

míchat a skořápku nechat dýmit patnáct minut. Pak nádobu sundejte z ohně a nechte zchladnout. Získáte zuhelnatělou skořápku, která se v moždíři rozmělní na prášek. Získané uhlí se smíchá s vodou (voda zčerná). Užívá se po dvou polévkových lžících každé dvě hodiny. Současně s pitím vody se provádějí klystýry: 1 polévková lžice uhlí do 1 litru vody. To vše příznivě působí na organismus a vyvádí z něho radioaktivní a další škodlivé látky.

Nejužitečnější je *jeřabinový popel*. Léčí soužení, jež člověka vnitřně sžírá. Způsob užití: 2 vrchovaté polévkové lžice jeřabinového popela se rozmíchají v hrnku vody a pijí nalačno ráno před jídlem po dobu 16 dnů. Jeřabinový popel je také užitečný při depresi.

Osikový popel léčí ucpávky mozku, záněty tlustého střeva, ženské nemoci (vaječníky), průdušky, močovy a plicní onemocnění. Způsob užívání: 4 vrchovaté polévkové lžice osikového popela zalít 1 litrem vařící vody a nechat vyluhovat 10 dní na temném místě. Dospělí pijí po 8 čajových lžičkách (děti po 4 čajových lžičkách) třikrát denně hodinu po jídle po dobu 11 dnů. Potom je třeba udělat pauzu 22 dnů, po které bude následovat 11 dnů léčby (při léčbě nejíst pálivé, slané, ostré a zakazuje se jíst olivy a pomeranče).

Březový popel a uhlíky léčí infekce gastrointestinálního traktu a očišťují žaludek. Můžete je využívat místo aktivního uhlí a co do objemu berte i dvakrát více než tabletek. K očištění zubů se používá na prášek rozdrčený březový popel, jež se získá spálením březového dřeva. Zuby pak budou bělostné a zdravé až do vysokého stáří.

Jedné ženě poté, co odstonala angínu, na těle vyrazila podivná vyrážka. Šla za dermatologem, který jí řekl, že má lupénku a cukrovku. Poté se tělo pokrylo svrabovou vyrážkou jako krunýřem. V časopise o léčeni našla recept na užívání *březového dehtu*.

V lékárně koupila čtyři láhve tohoto preparátu a začala se léčit. Léčba spočívala v mazání celého těla březovým dehtem. Při potírání jí pomáhal manžel. 40-50 minut chodila obnažená, aby dehet působil na organizmus. Potom se šla vykoupat - umyla se nálevem z vlašovičnicku, jež připravila „od oka“. Po umytí se neutírala, ale počkala, až se nálev vstřebá do kůže. Tuto léčbu prováděla každý den po dobu dvou týdnů. Za dva týdny veškerá svrabová vyrážka zmizela a do dneška má tělo čisté.

Dubový popel normalizuje nitrooční a nitrolebeční tlak a všechny jiné druhy tlaku, normalizuje stolici a stimuluje trojhlavý sval. Způsob užití: 4 polévkové lžíce popele zalít 1 litrem vroucí vody a celý den nechat vyluhovat. Nálev slít a užívat tři polévkové lžíce půlhodinu před jídlem třikrát denně (dětem polovinu dávky dospělého) po dobu 14 dnů, potom následuje 5 dnů přerušeni léčby. Postup se opakuje až do úplného uzdravení.

Borovicový popel je svým složením shodný s cypřišem a vřesem. Dezinfikuje močový a pohlavní systém a gastrointestinální trakt. Způsob použití je stejný jako u dubového popela.

Vrbový popel léčí nemoci kardiovaskulárního systému, pohlavní orgány, neplodnost a zmírňuje silnou menstruaci. Užívá se stejně jako dubový popel.

Popel bezu a smrku neléčí.

Lipový popel: K vyléčení prostaty a odstranění jejího zánětu je třeba vzít ohořelý oharek lipového dřeva a rozdrtit jej na prášek. Po dobu 7 dnů připravovat z toho prášku nápoj (na způsob kávy) a pít jej ráno.

Někdy začnou na zádech novorozenců růst štětiny (v současnosti se tato nemoc vyskytuje zřídka). Léčba je neobyčejně jednoduchá - je třeba vzít dřevěný popel, namočit si ruce, ponořit je do popela a rychlými pohyby třít záda dítěte, dokud nevypadnou všechny chlupy. K zesílení je možné účinku proceduru provést i na tváři dítěte, protože štětiny se mohou objevit i tam.

Léčení bylinami

Způsoby využití léčivých rostlin

Léčivé schopnosti rostlin se cenily vždy velmi vysoko. Rostliny se pro léčebné účely užívají ve třech podobách: *živé, mrtvé a oživené*.

Živá rostlina se používá, aby se změnilo prostředí, které obklopuje nemocného. Zvláště prospěšné jsou vonné rostliny: Jejich vůně napomáhá uzdravení zánícených dýchacích cest. Tak například pro nemocné s chorobou plic je užitečná vůně borovice, levandule, rozmarýny lékařské, bazalky a máty.

Utržené (mrtvé) rostliny se využívají v podobě šťávy, prášku, nálevu, odvaru (rostlina se vaří ve vodě a získá se lék účinnější než nálev), prášku získaného jako usazenina a lihových výtažků.

Ať je požehnán ten, kdo připravuje lék z rostlin. Je známo, že bylinný lék vždy působí lépe, jestliže je připraven člověkem s pevným zdravím, který si upřímně přeje pomoci nemocnému. V tom spočívá jedna z příčin úspěchu užívání bylinných léků.

Způsoby užití léčivého základu, jenž je získán z bylin, jsou různé.

Vnitřně se používají léčivé rostliny v podobě šťávy vymačkané z rostliny, odvaru, záparu, výtažků z kořenů, kůry, semen a plodů s pomocí vody, vína, vodky a lihu a prášek ze sušených rostlin.

Vnější použití - koupel, zábal do prostěradla, namočení části těla do odvaru z léčivých rostlin, obklad, zábal, přikládání částí rostliny, pasty a masti.

Přenesení nemoci na rostlinu

Nemoc může být přenesena z člověka na jakoukoli jinou živou bytost. Od nemocného člověka se vezme jakákoli tekutina (krev, hlen, moč - prostě cokoliv), polije se jí zemina v nádobě. Do této zeminy se zasadí semínko, které se vyznačuje stejným znakem jako nemoc. Když rostlina vzejde, je třeba ji hodit do řeky (jde-li o horečku nebo infekční nemoc), nebo spálit (při vlhkých zánětech). Předtím než se rostlina spálí, je nutné, aby byla nějakou dobu v kontaktu s nemocným místem.

Při vředech nebo ranách se používá hřib žlučník a stračka. Při bolesti zubů je třeba do krve odřít dáseň kořenem starčeku obecného a ten potom zasadit na místo, kde rostl. Při plicní tuberkulóze pomáhá dub nebo višň.

Specifické působení rostlin

1. Protizánětlivé působení rostlin a rostlinná antibiotika: Tyto rostliny obsahují především fytoncidy. Oslabují, a dokonce ničí patogenní floru: cibule (všechny druhy), česnek, list moruše, list ostružiníku, list fíkovníku (smokvoně), list ořešáku, koriandr, mateřídouška, zelené výhonky borovice, smrk, cedr, jedle, vlašovičnick větší, blahovičnick kulatoplodý, květ a mladé listy břízy a podběl.
2. Rostlinná antiseptika: bříza, třezalka, měsíček, cibule, jalovec, máta, heřmánek, jitrocel, boro-

více (pupeny a jehličí), tůje, mateřídouška, černá ředkev, vlašovičnick, česnek, šalvěj a eukalyptus.

3. Antialergeny: puškvorec, bříza (š'áva a list), heřmánek, lékořice a dvouzubec.
4. Biostimulátory: puškvorec, oman, rozchodnice růžová, kořen lopuchu, citron a maralí kořen.
5. Na odkašlávání: puškvorec, anýz, oman (kořen), divizna (květ), cibule, podběl, plicník, černá ředkev, lékořice a mateřídouška.
6. Analgetika: bříza, bez černý, chrpa polní, klikva, malina (list a bobule), okvětní lístky růže (světých odstínů), heřmánek, přeslička rolní, lékořice, dvouzubec a čekanka.

Užití při různých onemocněních

Při průjmu a zánětu střevního traktu se používají rostliny, které mají hydratační a protizánětlivé vlastnosti. Průjem je velké narušení energetické rovnováhy organismu -její silné zrychlení a přílišná aktivace principu větru. Aby se energie organismu vrátila zpět do rovnováhy, je třeba organismu dát látky, jež jej utlumí a spoutají. Zánět je porucha, která způsobuje přehřívání organismu. Dochází k přílišné aktivaci principu žluči. Znamená to, že pro jeho potlačení je důležité použít rostliny, jež obsahují protikladnou energii (chladicí a zpomalující pohyb). Nejlepší jsou samozřejmě rostliny, které mají hydratační schopnosti: puškvorec, granátové jablko, š'ovík stěsnaný, kůra dubu, kalina (kůra, květ, plody), vlašský ořech (list) a souplodí olše. Dále jsou vhodné rostliny, jež chladí, ale mají menší hydratační schopnosti: rdesno ptačí,

třezalka, kopřiva, měsíček, mochna nátržník, jitrocel, heřmánek a řebříček.

Při nemocech sliznice gastrointestinálního traktu (vředy a podobně) se používají rostliny, které mají schopnost sliznici potahovat. Narušení celistvosti sliznice ukazuje na převahu energie destrukce a rozpadu (dochází k tomu v případech, kdy je nedostatek energie „času a prostoru“ a slabý princip slizu). K neutralizaci této energie je třeba použít rostliny, které obsahují protikladnou energii –mají velký potenciál pro získání energie „času a prostoru“, a tedy nadbytek slizu. Jsou to většinou rostliny, jež vylučují hodně slizu: kořen proskurníku, oves, rýže, borůvky a střemcha.

Při nemocech, které jsou spojeny s rozvojem škodlivé mikroflóry (dysbakteriáza) v gastrointestinálním traktu, se užívají rostliny, které mají antibakteriální schopnosti: puškvorec, dřišťál, třezalka, měsíček, mochna, cibule, jitrocel, pelyněk, aronie černá, eukalyptus a vlašovičnick.

Při obtížích a nemocech, jež jsou spojeny se slabou sekreční a trávicí činností gastrointestinálního traktu (v organismu je málo energie pohybu a teploty), se užívají rostliny, ve kterých je pohybu a teploty hojnost: zeměžluč (hořkost stimuluje pohyb), zelná š'áva (kyselá chuť stimuluje tvorbu tepla), kořen pampelišky (hořkost), jitrocel (posiluje pohyb) a řebříček (hořkost).

Při velkém množství plynů a řídké stolici (přemíra životního principu větru) je třeba užívat protikladnou energii - rostliny, díky nimž v organismu vzniká teplo, a které mají stahující schopnosti (potlačují a spouštávají pohyb). Takové vlastnosti má mrkev (vyvolává

teplo díky oranžové barvě a její sladká chuť stimuluje sliz, jenž je protikladem větru), 10-15% roztok skořice (stimuluje vznik tepla v organismu), odvar z ovesné slámy (stahující schopnost), hřebíček (zahřívá), mochna, bobkový list (silná stahující schopnost), dužnina meruňky (sladká chuť je protikladem větru) a řebříček (zahřívá).

Proti enkopréze (zvláště u tělnatých lidí a dětí) je možné užívat granátové jablko, dubovou kůru, rdesno hadí kořen, ořech a jitrocel.

Při gastritidách, které jsou spojeny s narušením sliznice, je možné užívat pro její regeneraci aloe, jitrocel a pampelišku (list). Pro stimulaci trávení a odstranění nevolnosti při gastritidě se užívá vachta trojlistá (odstraňuje nevolnost při nulové a nízké kyselosti), dobromysl, zeměžluč, pelyněk a řebříček. (Všechny ostatní rostliny podporují sekreci a aktivaci trávicích šťáv a doporučují se tehdy, když je sliznice gastrointestinálního traktu oslabená, ale celá.) Z výše uvedených bylin se připravuje speciální salát, jenž se dává starším lidem pro posílení trávicích schopností organismu. Požívání takového salátu prodloužuje život, protože s věkem se zmenšuje „oheň“ v trávení.

Zvláštní význam mají rostliny, které zlepšují stav jater. Tvorbu žluči je možné stimulovat pomocí těchto bylin: smil listenatý, březové pupeny, vinná réva, třezálka, měsíček, lnice, máta, jalovec, oves, pampeliška (kořen), vratič, ředkev, rdesno ptačí, řebříček, kmín, šípek, vlašovičnick, dvouzubec, lesní jahody a kopr.

Normální stav a fungování jater podporují březové pupeny, třezalka, zeměžluč, zelí, kalina, měsíček, kopřiva, mrkev, petržel (odvar ze semen), heřmánek, řebříček a kopr.

Při onemocnění plic, jež je spojeno se stagnací energie a hromaděním hlenu, se užívají rostliny, které stimuluji proces vykašlávání (usměrnění energie organismu nahoru). Užívá se proskurník lékařský, kdouloň obecná, anýz, trnovník akát, popenec obecný, oman, dobromysl, kopytník, divizna, podběl, pýr plazivý, borovice lesní, mateřídouška obecná, violka trojbarevná a černá ředkev.

U onemocnění kardiovaskulárního systému, pro něž je typická porucha energie pohybu (v některých případech je velmi zrychlena a v jiných velmi zpomalená), pomáhají rostliny tuto energii vyrovnat.

Při onemocnění kardiovaskulárního systému (zvýšený krevní tlak, snížený krevní tlak, ischemická choroba srdeční, vrozená a získaná vada srdce, kardiopatie, kardioskleróza, neurocirkulační dystonie, srdeční neurózy, poruchy rytmu srdce, poruchy vodivosti myokardu, kardiovaskulární nedostatečnost a také zvláštní srdeční symptomy - dýchavičnost se ztíženým nadechováním, různé bolesti v oblasti srdce, bušení srdce a arytmie, zrychlený rytmus srdce, zpomalený pulz, cyanóza tváře, rtu, špičky nosu, otok kotníků a kolen nohou, zvýšeného pulzování cév v těle a tak dále) je možné užívat tyto rostliny: proskurník, smil listenatý, hloh, barvínek menší, rojovník, kozlík lékařský, sušený meloun cukrový, pohanka, hlaváček jarní, oman, trýzel, třezalka, vrba, kalina, kopytník, zahradní jahody, levandule, lípa, cibule, mrkev, podběl, maliny, jmelí, srdečník, pelyněk, petržel, lilek černý, jedle, aronie černá, jehlice trnitá, kopr a přeslička rolní.

Onemocnění ledvin, močových cest a močového měchýře je spojeno s potlačováním energie organiz-

mu, kterou je možné stimulovat pomocí rostlin, jež působí močopudně a tříští a odstraňují kameny: smil písečný, bříza, jahodník obecný, kopřiva, kukuřičné blizny, list vlašského ořechu, máta peprná, mořena barvířská, pýr, rdesno ptačí, medvědice léčivá, řebříček, šťovík a fazole.

Při cukrovce se k normalizaci energetických procesů v oblasti dvanácterníku, žaludku, slinivky břišní a ledvin doporučuje užívat kozlík lékařský (vyrovnání metabolismu pomáhá normálnímu trávení cukru), ostružiny (kyselá chuť stimuluje normální rozštěpení potravy), pohanka setá (brzdí energii pohybu), květy kaštanu (svazují energii), kopřiva (stimuluje trávicí schopnosti organismu), pampeliška, heřmánek, lékořice, rdesno ptačí, mateřídouška, list morušovníku a fazole (všechny tyto rostliny v organismu svazují energii, což pomáhá ledvinám udržet cukr v krvi).

Při onkologických nemocech se doporučuje užívat rostliny, které ničí nádorové buňky, urychlují energii rozkladu, tlumí růst nádorů a posilují obranné síly organismu. Kozinec, smil listenatý, bolehlav, cibule, rozchodník prudký, petržel zahradní, česnek, vlaš-tovičnick, křen, rezavec šikmý a šťovík stěsnaný ničí nádorové buňky a stimuluji v nich energii rozkladu. Růst nádorů brzdí puškvorec, rojovník, kozlík lékařský, truskavec, mrkev, proso, pšenice setá, rdesno ptačí, šalvěj, šafrán a ječmen.

Následující rostliny zvyšují odolnost organismu v těžkých ekologických podmínkách, zlepšují krve-tvorbu a fungování krevního systému, tonizují srdeč-ní sval, regulují výměnu vitaminů a zlepšují spánek: proskurník lékařský, bukvice lékařská, brčál (nať),

vlašský ořech (list), komonice lékařská, kopřiva ža-havka, kořen kozlíku lékařského, lípa (květy), konva-linka (květy a listy), podběl, dobromysl (listy a květy), heřmánek a šípek.

Pro aklimatizaci, při střídání ročních období, pro zvýšení chuti k jídlu a trávicích schopností organismu je třeba užívat proskurník, mátu peprnou (list), heřmá-nek (květ), řebříček, kmín (květ) a kopr (semena).

Pro zlepšení celkového tonusu organismu, po one-mocnění a ve stáří se doporučuje užívat kořen pušk-vorce, oman, smrk (pyl), borovice (pyl), jedle (pyl), ženšen, klanoprašku Čínskou (semena), libeček, pi-voňku odchylnou, propolis a mateří kašičku.

Směsi rostlin

Užívat na nějakou nemoc jednu bylinu nebo směs bylin, které na ni působí? Lidová medicína vypozo-rovala, že působení jedné rostliny je méně efektivní než směs několika rostlin. Zvláště to platí v případech úporné a dlouhotrvající nemoci. Většinou základní onemocnění doprovázejí různé komplikace, na něž směs rostlin také působí. Každá rostlina má své účin-né látky, které se aktivizují přítomností účinných látek jiné rostliny.

Aby došlo k úplnému vyléčení (zvláště v těžkých případech), je nutné užívat rostlinné léčivé suroviny po dobu několika měsíců, po každých dvou měsících přerušit na 15 dnů, nebo hladovět 7 dnů (to je ještě lepší varianta). Takovýto přístup k léčbě nedovolí or-ganismu zvyknout si na účinné rostlinné látky a osla-bit jeho reakci na ně. Čím delší je takovýto postup, tím lepší a stabilnější je výsledek.

Dávkování léčivých surovin

Nejčastěji se k vnitřnímu užití používá jedna vrchovatá polévková lžíce jemně rozmělněné rostliny nebo směsi rostlin na sklenici vroucí vody nebo čtyři vrchovaté polévkové lžíce na litr vroucí vody. Je to nejvhodnější dávka pro vnitřní užití.

První týden léčby bylinami se při vnitřním užití aplikuje dvakrát nižší dávka v porovnání s výše uvedenou dávkou. Dělá se to proto, aby si organizmus zvykl na určitý lék. Druhý týden, jestliže organizmus dobře snáší daný léčivý prostředek, se přechází na plné dávkování. První dny při vnitřním užívání směsi léčivých rostlin, tinktur a nálevů z léčivých rostlin probíhá u některých nemocných nevelké zhoršení nemoci. Není třeba se toho bát, protože probíhá ozdravný obrat v nemoci v důsledku působení léčivých preparátů. Jestliže však rostlinný prostředek nebo směs léčivých bylin očividně nepomáhá, je třeba přerušit kúru a začít užívat jiné léčebné postupy a recepty.

Pro děti je třeba připravovat byliny stejně jako u dospělých, ale upravuje se dávkování. Dětem od 1-3 let je nutné dávkování snížit třikrát až pětkrát, od 3-7 let dvakrát až třikrát a od 7-14 let jedenapůlkrát až dvakrát.

Jestliže děti bolí břicho, je užitečné jim několikrát denně dávat čajovou lžičku odvaru heřmánku. Z odvaru lze udělat i klystýr (30-50 g). Při silném kašli se užívá odvar z natě podbělu, lipového květu a maliny. Jestliže se děti příliš často budí a špatně spí, dává se jim nálev z listů máty nebo kořenů jahody lesní a listů černého rybízu. Pro všechny děti je velmi užitečné (zvláště na podzim, v zimě a na jaře) pít nálev z šípků.

Když jsou nemocné vnitřní orgány, pak je třeba udělat odvar ze stejných bylin, které se užívají při těchto nemocech u dospělých, pouze v mnohem menších dávkách. Nervová onemocnění a stálé bolesti hlavy se u dětí skvěle léčí koupelemi z jehličí, senné drtě a listů ořešáku.

V souvislosti s léčbou bylinami je třeba znát možné kontraindikace při užívání bylin, jejich dávkování, dobu jejich užívání a symptomy předávkování nebo nesprávného užití.

Příprava odvarů, nálevů a záparů

Odvar

Rostlinná surovina se dá do studené vody, přivede k varu, nějakou dobu se vaří a pak se odstraní z ohně.

Samotné slovo odvar vypovídá o tom, že způsob přípravy předpokládá var a vaření rostlinné suroviny.

Nálev

Rostlinná surovina se vloží do studené nebo horké vody a určitou dobu se v ní nechá macerovat. Tímto způsobem je možné nálev připravit studeným i horkým způsobem. Druhý (horký) způsob poukazuje na to, že rostlinné suroviny jsou umístěny do vroucí vody, stáhnou se z ohně a nechají postupně chladnout a luhovat.

Zápor

Rostlinná surovina se dá do studené nebo horké vody a pak vloží na určitou dobu do horké trouby. Samotný název vypovídá o tom, že se rostlinná surovina nachází určitou dobu v podmínkách, kde je vysoká teplota, což podporuje kvalitnější uvolňování léčivých látek.

V lidové praxi se nejčastěji získávání účinných látek z rostlinných surovin kombinuje. Například odvar a nálev, odvar a zápar, zápar a nálev. Podobné kombinování umožňuje lépe získat účinné látky z rostlinných surovin.

Příkladem takové kombinace nálevu, odvaru a záparu je následující recept. Večer je třeba nasypat čtyři vrchovaté polévkové lžice směsi do nádoby 1,5 l (nejlépe hliněné, ne kovové - je to důležité kvůli zamezení reakce s kovem), zalít litrem vody, rozmíchat, přikrýt pokličkou a nechat přes noc při pokojové teplotě, aby bylina nasákla vodou. Ráno směs postavít na oheň a po uvedení do varu nechat vařit pod pokličkou 5-7 minut. Odebrat z ohně, nechat přikryté půlhodinu, potom přecedit přes čistou gázu a vymačkat. Bylinky vyhodit a vychladlý odvar ohřát a pít. Vypít nalačno jednu celou sklenici horkého nápoje a zbytek vypít během dne ve čtyřech dávkách vždy půlhodinu před jídlem (v některých případech je možné pít 1-2 hodiny po jídle). Tak postupovat po celou dobu léčby a každý den připravovat čerstvý odvar. V létě připravovat menší dávku odvaru (přibližně na dvě dávky), aby se nezkazil.

Kdy dělat odvary a kdy nálevy?

Jestliže směs léčivých surovin obsahuje kůru, kořen, hlízy, semena, bobule, dřevo a listy medvědice léčivé, pak se ve většině případů připravuje odvar nebo odvar a zápar. Kořeny kostivalu a bobule šípku se nepřipravují jako odvar, a proto jestliže připravujete směs na odvar, není možné do ní dát uvedené složky. Účinné látky, které obsahuje kořen kostivalu

a vitaminy v bobulích šípku se při varu ničí. Nálevy se připravují především z květů, listů a natí.

Některé léčivé látky z rostlinných surovin mohou být při horkém způsobu přípravy zničeny, proto volíme studený způsob přípravy odvaru nebo nálevu. Při studeném způsobu se rostlinné suroviny rozmělní, dají do smaltované nebo skleněné nádoby, zalijí potřebným množstvím studené vody z roztátého sněhu, nebo *protiové*¹⁵ vody a nechají se vyluhovat 4-24 hodin. Potom se přecedí a užívají.

Nálevy se obvykle připravují v poměru 1:200 ml (1 polévková lžice sušené rozmělněné rostliny na sklenici studené vody nebo vroucí vody). V některých případech, jestliže účinná látka je slabá, se nálev připravuje v poměru 1:30. U rostlin, které obsahují silně účinné látky, tento poměr činí 1:400.

Pro přípravu odvaru se léčivá rostlina zalije studenou vodou na 1-2 hodiny, potom se vaří na mírném ohni po dobu 20-30 minut a stále se míchá. Odvary se připravují v poměru 1:10 a u rostlin, jež obsahují silně účinné látky, je poměr 1:400 nebo 1:500.

Nálevy a odvary patří k rychle se kazícím léčivým formám, a proto je vhodné je připravovat každý den. Odvary a nálevy lze uchovat nanejvýš 2-3 dny na chladném místě.

Zapamatujte si:

- nepoužívejte byliny, které u vás ležely několik let;
- nemíchejte v jedné nádobě zároveň příliš mnoho bylin;
- nevařte byliny v hliníkových, měděných ani plechových nádobách;

- nejlépe je rostliny nechat vyluhovat ve fajánsové¹⁶ nebo skleněné nádobě;
- nepřipravujte najednou velké množství odvaru. Uvažte, kolik jej budete během dne potřebovat, a další den udělejte nový;
- když připravujete nálev, zalijte byliny vroucí vodou a nechte je v pevně uzavřené nádobě 2-3 hodiny vyluhovat;
- byliny není třeba ve vodě máčet 2-3 dny před tím, než se z nich připraví odvar, nálev nebo zápar;
- když vaříte bylinu, nechejte ji vřít dlouho. Lepší je luhovat ji po krátkém varu, dokud nezchladne, a pak precedit;
- nepijte odvary, nálevy a zápary velmi studené. Teplé jsou účinnější.

Inhalační směsi

Inhalační směsi se připravují na bázi odvarů, nálevů a záparů a dále se ředí převařenou vodou do potřebné léčebné koncentrace inhalační směsi (obvykle 1:2 a 1:3). Roztoky pro obklady, výplachy a koupele se připravují obdobným způsobem, ale jestliže je nutné získat koncentrovanější vodní výluh, je třeba výchozí nálev a odvar připravit v poměru 1:5 a 1:3 a užívat jej bez zředění.

Léčebné koupele

K přípravě léčebných koupelí se používají 1-2 litry odvaru, nálevu nebo záparu na koupel.

Šťávy z léčivých rostlin

Šťávy z léčivých rostlin přirozeně působí na organismus a využívá se celá jejich léčivá hodnota. Cers-

tvá rostlina v nezměněné podobě obsahuje léčivé látky, jež jsou vytvořené samotnou přírodou. Nacházejí se zde v jediném celku a působí zcela jinak než očištěný preparát. Šťávy se užívají od 1 čajové lžičky do 2 polévkových lžic, tedy od 5 do 30 ml. V některých případech může být dávkování mnohem vyšší. Šťáva se získává rozmělněním a vymačkáním. K tomuto účelu je možné využít mlýnek na maso nebo odšťavovač, který je vhodný v případech, kdy se potřebuje větší množství šťávy.

Lihové extrakty

Nejúčinnější jsou tinktury léčivých rostlin, jež jsou získány pomocí lihu nebo lihu a vody.

Připravují se následujícím způsobem: Rozmělněné léčivé rostliny se zalijí 70% alkoholem (nebo vodkou), nechají se vyluhovat na temném místě po dobu 10–20 dnů a pravidelně se míchají. Potom se precedí. Pro přípravu lihových tinktur se léčivé rostlinné suroviny berou v poměru 1:5, u rostlin, které obsahují silně účinné látky, je poměr 1:10. Získané tinktury musí být čiré. Obvykle mají chuť a vůni výchozí rostliny. Doba skladování tinktur je 1–3 roky.

Olejové extrakty

Olejové extrakty se připravují stejně jako lihové extrakty, pouze místo alkoholu se rostlinná surovina zalije olivovým nebo jiným rostlinným olejem. Doba luhování je 1-6 a více měsíců. Poměr složek (suroviny a olej) je trochu jiný - 1:2 - 1:5. Olejový extrakt má obvykle barvu a vůni výchozí rostlinné suroviny. Doba skladování je 2-5 let.

Masti

Masti se nejčastěji připravují z vazelíny a lanolínu. Občas se jako základ použije vepřový tuk (sádlo) nebo teplé máslo. Do zahřátého základu se přidají léčivé suroviny (prášek z usušené rostliny, extrakt, tinktura nebo čerstvá šťáva) a směs se důkladně rozmíchá. Masti se připravují obvykle v poměru 1:4(1 díl léčivé rostliny na 4 díly tuku nebo másla).

Byliny v praxi

Aloe

Aloe při vnitřním užívání povzbuzuje chuť k jídlu, zvyšuje obranné síly organismu proti infekci a posiluje procesy vstřebávání a obnovy tkání.

Pro léčbu plicní tuberkulózy se aloe užívá ve směsi s medem a červeným vínem.

Šťáva

V mlýnku na maso se rozmělní 1,5 kg aloe (3-5 let staré), přidá se 2,5 kg medu a 850 ml vína. Vše se důkladně promíchá, dá do skleněné láhve, uzavře a postaví na temné místo na sedm dnů. Užívá se po jedné čajové lžičce třikrát denně.

K léčbě plicní a kostní tuberkulózy se smíchá 15 g čerstvé šťávy aloe se 100 g medu, 100 g vepřového sádla a 50 g kakaa. Užívá se po 1 čajové lžičce na sklenici horkého mléka třikrát denně. Léčebná kúra trvá 1,5-2 měsíce.

Léčba bronchiálního astmatu: 2 kg ovsa (zrní), 200 g aloe (čerstvé listy), 200 g koňaku, 200 g medu a 5 l vody se dá na tři hodiny do trouby na stejnou teplotu, jako když se peče chleba. Přecedí se, vymačká a přidá se 200 g aloe a medu. Znovu se dá do trouby a přivede se k varu. Jakmile směs začne vařit, vytáhne se, přecedí, vymačká a uskladní na chladném místě.

Z třech litrů mléka se získá syrovátka, ke které se přidá 1 sklenice medu a 100 g rozmělněného kořene omanu. Dá se do trouby na 4 hodiny, po vychladnutí přecedí a skladuje na chladném místě.

Obě směsi na bronchiální astma se užívají jednu polévkovou lžící dvakrát až třikrát denně po dobu 2-3 měsíců. Je vhodné přitom pít Boržomi¹⁷.

V gynekologické praxi se aloe užívá v podobě šťávy, saburu a extraktu:

- sabur (sušená šťáva listů aloe) se často užívá v kombinaci s extrakty z kořenů rebarbory, hořce a šafránu (vše stejným dílem) pod názvem „elixír dlouhého života“. Užívá se 20-25 kapek třikrát denně;
- při erozi krčku dělohy se do pochvy dávají tampony, jež jsou namočené do šťávy z aloe;
- šťáva aloe se užívá k léčbě dysplazie krčku dělohy, zácpy těhotných a atonie střev v klimakteriu. Pije se jedna polévkovou lžičkou třikrát denně po jídle;
- k léčbě rakoviny dělohy se užívá následující směs: 375 g aloe (rostlina musí být pět let stará a před odřezáním devět dnů nezalítá), 625 g květnového medu a 0,5 l silného červeného vína. Aloe je třeba rozmělnit v mlýnku na maso a dobře promíchat s medem a vínem. Postavit na 5 dnů do temného a chladného místa. Prvních 5 dnů užívat po 1 čajové lžičce třikrát denně a další dny jednu polévkovou lžící třikrát denně. Léčba trvá 2-3 měsíce.

Při gastritidě a žaludečních vředech se doporučuje užívat šťáva aloe po 2 čajových lžičkách třikrát denně

30 minut před jídlem. Lze užívat po 1 čajové lžičce šťávy aloe s medem 1:1 třikrát denně.

Při záškrtu se užívá šťáva z aloe po 1-2 čajových lžičkách třikrát až čtyřikrát denně.

Při chronických zácpách se šťáva aloe pije po 1-2 čajových lžičkách třikrát denně 30 minut před jídlem. Léčebná kúra trvá 1-2 měsíce.

Šťáva z listů aloe se ředí převařenou vodou a protírají si jí oči nebo dělají obklady, jestliže se oči unavily nebo zčervenaly.

Kontraindikace: Užívání preparátů z aloe vyvolává příliv krve k pánevním orgánům, a proto jsou tyto preparáty kontraindikovány při onemocnění jater a žlučníku, při děložním krvácení, hemoroidech, zánětech močového měchýře a těhotenství.

Bez černý

Květy bezu se nejčastěji používají jako prostředek na pocení a snížení horečky a také jsou močopudné a čistí krev.

Zápar

Při nachlazení, chraptění v hrudi a suchém kašli se pije po 3 sklenicích denně zápar z květů bezu v dávce přibližně 20 g na 1 litr vody. Doporučuje se při tom ležet v posteli. Tento čaj (zápar) se pije jako prostředek, který čistí krev a pomáhá při revmatizmu, dně a artritidě.

Výluh

Vodní výluh z plodů bezu: 1/2 čajové lžičky plodů se večer zalije studenou převařenou vodou a ráno se získaný výluh pije ohřátý.

Odvar

Odvar z kořenů a kůry (po 15 g od obou na 1 litr, vařit 20 minut) se užívá při onemocnění ledvin, vodnatelnosti a cukrovce. Ve všech těchto případech se však za účinnější považuje bez černý. Kůra a mladé výhonky bezu se jako odvar užívají při cukrovce a také jako čopudný prostředek při otocích různého původu. 30 g suroviny se vaří v 1 litru vody po dobu 3 minut.

Nálev

Scezený a zchlazený nálev květů bezu černého se používá jednou až dvakrát denně při povrchovém popálení kůže. Roušky z několika vrstev gázy nebo plátna je třeba namočit do nálevu, vyždímat a přiložit na postižená místa. Proceduru opakovat pětkrát až šestkrát během hodiny.

Směs léčivých bylin:

- při zánětlivých onemocněních ledvin a močových cest se doporučuje následující směs léčivých bylin; květy bezu černého, nať třezalky tečkované a květy heřmánku pravého. Vzít vše po stejném dílu, jednu polévkovou lžící směsi zalít sklenicí vroucí vody, nechat 1 hodinu luhovat, přecedit a pít 1-2 sklenice na noc;
- při artritidách různého původu se doporučuje následující směs léčivých rostlin: květy bezu, list kopřivy dvoudomé, kořen petržele a kůra vrby - vše stejným dílem. Polévkovou lžící rozmělněné směsi léčivých rostlin je třeba zalít sklenicí vroucí vody, vařit 5 minut na mírném ohni, zchladit, přecedit a užívat po 2 sklenicích denně;

při bolestech v uchu, revmatických bolestech a otocích při dně se dělají teplé obklady z malých pytlíčků, jež jsou naplněny směsí, v které jsou stejný dílem květy bezu černého a heřmánku a je zalita vroucí vodou;

čisté dvouleté výhonky bezu černého se vezmou a odstraní se z nich (seškrábe) nožem vrchní šedá vrstva kůry, jež se vyhodí. Potom se seškrábe celá zbylá část kůry až k samotnému dřevu. Sebraná zelená vrstva větví bezu se polévá horkým konopným mlékem a vše se opatrně na roušce přikládá k erysipelatosním zánětům. Jestliže směs zaschne, pak se kouskem vaty namočeným v konopném mléce zlehka odstraní přischlá hmota a znovu se přikládá uvedená pasta, dokud se erysipelatosní zánět nevyhlídí. Poznámka - konopné mléko se připravuje následujícím způsobem: dobře rozdrčené konopné semeno se zalije vroucí vodou (na dvě části semen jednu část vroucí vody), vše se lisuje v lisu a získaná tekutina je konopné mléko; mladé listy bezu, které jsou zlehka povařené v mléce, se přikládají na opruzená, spálená a zánětlivá místa a také na hemoroidy; směs tvoří květy bezu, okvětní lístky chrp a rozdrčená nať světlíku lékařského. Od každého se vezme po 1 čajové lžičce a zalije se sklenicí vroucí vody. Několikrát se přecedí přes čisté plátno. Do přeceděného záparu se vlije 15-20 kapek lihové tinktury semen durmanu. Touto tekutinou se proplachují oči, kape se po několika kapkách do oka a dělají se obklady na oči při jejich zánětu, hnisání a při bílém zákalu (zvláště u skrofulózních nemocných).

Bolehlav plamatý (velmi jedovatá rostlina)

Bolehlav se užívá při silných nesnesitelných bolestech žaludku a střev, při zácpách, při nefunkčnosti ledvin, zastavení menstruace, při chudokrevnosti, křečovitém kašli a poluci.

Bolehlav je jediná jedovatá rostlina, která působí na bolest při rakovině. Je to prostředek silně utišující bolest. Výrazně stimuluje práci krvetvorných orgánů, a proto je účinný při leukemii. Protože je jedovatý, je nutné jej užívat pozvolna. Zdravé buňky se mu při-
způsobují a nádorové zanikají.

Tinktura proti rakovině se připravuje takto: Je třeba natrhat čerstvé květenství bolehlavu (doba květu je začátkem června, má osobitý a omamný pach), rozmělnit a vložit do nádoby (litrové nebo dvoulitrové). Nádobu zalít až po okraj, až pod samotné víčko vodkou. Pevně uzavřít a postavit na chladné temné místo na 2-3 týdny. Potom část odlít do láhve a dát do ledničky.

Užívat jednou denně ráno, hodinu před jídlem, začít od jedné kapky tinktury na půl sklenici vody. Potom každý den přidávat po jedné kapce tak, aby se čtyřicátý den bralo 40 kapek. Pak každý den dávku po kapce snižovat, a tak se znovu dostat na jednu kapku na den. Tímto způsobem provést 2-3 cykly bez přerušení.

Kromě ničivého působení na nádor bolehlav regeneruje imunitní systém, a díky tomu po prvním cyklu dochází ke zlepšení. Výše uvedenou metodu užívání bolehlavu doporučuje V. Tiščenko.

Dobromysl

Užívá se jako prostředek proti křečím, nachlazení a plynatosti. Dobromysl posiluje trávení, průdušky, potní žlázy a peristaltiku střev a má anestetické a dezodorační účinky.

Nať dobromysli se zalívá jako čaj a užívá se při nachlazení a žaludečních a střevních kolikách.

Nálev

2 čajové lžičky léčivé byliny zalít sklenicí vroucí vody, nechat luhovat 20 minut, přecedit a pít po 1/2 sklenici třikrát až čtyřikrát denně.

Nálev dobromysli, který je připravený v poměru 30 g listů na 1 litr vroucí vody, pít při pomalé peristaltice střev, poruše motorické funkce žaludku.

Nálevy a odvary dobromysli je možné připravit také v poměru 1:10a 1:15 a užívat jednu polévkovou lžičku třikrát denně při nespavosti, depresi, nachlazení, nemocech krku, při zánětu sliznice dutiny ústní a akutních zánětech hltanu jako kloktadlo.

Při léčbě epilepsie se užívá nálev dobromysli po 100 ml třikrát denně 5 minut před jídlem.

V gynekologii se nálev natě dobromysli aplikuje při vynechání menstruace (amenorea). Nálev se pije po 2 polévkových lžičkách třikrát denně.

V kombinaci dobromysli s heřmánkem a šalvějí se získává spolehlivý prostředek pro kloktání při zánětu krku a dásní.

Olej z dobromysli

3-4 polévkové lžičky léčivé suroviny zalít 0,5 l olivového oleje. Nechat luhovat 2 týdny na teplém místě. Užívá se ke vtírání při revmatických bolestech a pro

roztírání po hrudi při kašli a vysoké horečce. V malých dávkách se tento olej aplikuje také vnitřně a mírně zahřátý se kape při bolestech v uchu.

Olej z dobromysli je vynikající prostředek při bolesti zubů. Jeho roztírání výborně působí při onemocnění kloubů, myozitidě a myalgií.

Kontraindikace: Vzhledem k tomu, že preparáty dobromysli posilují krvácení dělohy (jsou abortivním prostředkem), nelze ji užívat při těhotenství.

Dvouzubec trojdlílný

Dvouzubec se v lidové medicíně rozsáhle používá při kožních onemocněních, křivici, skrofulóze, artritidě a dně; kromě toho je to slabý potopudný a močopudný prostředek.

Vnitřně se užívá zápar (a někdy i odvar - 10 minut) 4 polévkové lžíce nařezané natě na 1 litr vroucí vody. Zápar nechat vyluhovat celou noc a ráno začít užívat po půl sklenice třikrát až čtyřikrát denně.

Následující směs léčivých bylin velmi dobře čistí krev a používá se při kožních onemocněních a také při skrofulóze a křivici: 10 g dvouzubce, 5 g listů vlašského ořechu, 20 g natě violky trojbarevné, 15 g kořene lopuchu, 10 g květů hluchavky bílé, 10 g květů řeбриčku, 10 g listů černého rybízu a 15 g listů lesní jahody. Vše smíchat, vzít 20 g směsi, zalít 1 litrem protiové vody a vařit na mírném ohni 10 minut. Pít každou hodinu po skleničce na víno (30 ml) a dětem dávat jednu polévkovou lžici.

Stejná směs, do které se dále přidá 30 g listů medvědice léčivé a 15 g březových pupenů (stejná příprava a dávkování), se užívá při chronickém onemocnění ledvin.

Hořec

Užití kořenů hořce je rozmanité. Často se z nich připravuje čaj, ale používá se i lihová tinktura a nálev ve studené vodě a také se dělá víno z jeho překvašených kořenů.

Odvar

Odvar oddenků hořce (15-20 g na litr vody) se užívá vnitřně při pomalém trávení, zácpách, chybějící chuti k jídlu, bledničce, dně a artritidě. Zevní užití má při léčbě starých hnisajících ran. Vzhledem k tomu, že odvar nebo zápar oddenků a kořenů hořce se brzy kazí, připravuje se malá dávka.

Při dně výborně působí následující odvar: 3 čajové lžičky nadrobno nařezaných kořenů hořce se zalijí 3 sklenicemi nepřevařené vody a vaří se po dobu 7-10 minut. Odvar se pije během dne.

Lidovým prostředkem proti páchnoucímu pocení nohou je každý den před spánkem máčet nohy v teplém silném odvaru ze směsi dubové kůry a oddenků hořce - v poměru 3 díly dubové kůry a 1 díl oddenků hořce.

Prášek

Hnisající rány zasypat drobným práškem kořenů hořce, jenž je smíchaný rovným dílem s práškem květů heřmánku pravého.

Výluh

Pálení záhy pomine, jestliže se před obědem každý den vypije sklenička vína, v kterém se po dobu 21 dnů luhovaly nadrobno nařezané kořeny a oddenky hořce.

Kontraindikace: Není vhodné jej užívat při zvýšené kyselosti žaludku.

Jahodník obecný

Exaktní medicína doporučuje jíst lesní jahody při nemocech ledvin, ledvinových kamenech, při zdravotních potížích jater a žlučových cest a také při všech druzích katarů žaludku a nemocech sleziny.

Zápar listů lesních jahod 50 g na 1 litr vody se užívá pro očištění krve, při vyrážkách, vřidcích, ekzémch, křivici, skrofulóze, dně, gastritidě, onemocnění jater a sleziny, kataru tlustého střeva, hemoroidech a žloutence.

Sezóna jahod obvykle trvá 3-4 týdny. Kdyby se několik let za sebou správně využila, málokdy bychom se museli léčit.

Kdyby všichni, kdo trpí dnou, vředy, katary, kameny žlučových cest a ledvin, nemocným močovým měchýřem a slezinou, mohli doma předtím, než odjedou do lázní, provádět pravidelnou léčbu lesními jahodami, do velké míry by ovlivnili úspěch lázeňské léčby.

K vyhnání *tasemnice* je třeba jíst slanečky s cibulí a mnoha jahodami (každý den až 3 kg). *Tasemnice* vychází hlavičkou; kulaté hlísty, tenkohlavci a roupi také nesou lesní jahody a jsou vyhnáni pryč.

Lesní jahody jsou účinným prostředkem *při skleróze, vysokém krevním tlaku (hypertonie), zácpě, střevních potížích a průjmu.*

Mnohé formy starých zanedbaných *ekzémů* (ekzém hnisající, s trhlínami, sirupy, páchnoucími vředy), které nebyly vyléčeny různými drahými prostředky, se úspěšně zahojí díky lesní jahodě. Zralé lesní jahody se rozetrou a nanese se tlustá vrstva na čistou lňnou roušku, jež se přiloží na místa zasažená ekzémem. Lesní jahody se takto přikládají 3–4 dny a očišťují od

strupů, odstraňují tekutinu, ničí zápach a připravují nemocná místa pro následující etapy léčby - pro obklady, které musí vytáhnout horkost, a pro léčbu mastmi, jež je konečnou fází léčby ekzému.

Při léčbě se lesní jahody jedí syrové, ne vařené nebo sušené. Jedí se buď s mlékem, sladkou smetanou, kysanou smetanou nebo s cukrem (občas s vínem).

Jitrocel (větší a prostřední)

Odvar

Při gastritidách se může užívat odvar, který je připravený ze semen - 20 g na 200 ml vody, po 2 polévkových lžících třikrát denně.

10 g sušené suroviny (listy) na 200 ml vroucí vody, vařit 5-7 minut, přecedit a užívat po 1/2 sklenici třikrát denně.

Nálev

1 polévkovou lžící sušených a rozmělněných listů zalít ve smaltovaném nádobí sklenicí vroucí vody, přikrýt pokličkou a nechat vyluhovat ve vodní lázni 30 minut. Přecedit a pít po 1/2-1/3 sklenice třikrát denně.

Při rakovině žaludku a plic, průjmech a zánětu močového měchýře užívat nálev jitrocele třikrát denně po 1/2 sklenice před jídlem.

Při průjmech a bolestech střev pít nálev nebo odvar listů jitrocele po 1/2 sklenice třikrát až čtyřikrát denně.

V porodnictví a gynekologii se užívá nálev a odvar listů jitrocele při zánětu dělohy a výrůstcích. Pít po 1/2 sklenice třikrát denně.

Šťáva z listů jitrocele

Šťávu vymačkat v červnu nebo červenci z Čerstvých listů. Dobře se vymačkává šťáva z listů předem na 1-2 hodiny namočených. Jestliže chcete, můžete šťávu přefiltrovat přes plátěný pytlík. Užívá se po 30-50 ml (můžete s polévkovou lžící medu zředěnou v 1/2 sklenice protiové vody) třikrát denně před jídlem 2-4 týdny zvláště na jaře a podzim. Dobře pomáhá jako protizánětlivý prostředek při zánětech dýchacích cest a při snížené kyselosti žaludku.

při enteritidách a také při akutních a chronických zánětech tlustého střeva je možné užívat šťávu jitrocele vnitřně jednu polévkovou lžící třikrát denně 15 minut před jídlem. Léčebná kúra trvá 30 dní.

Jestliže se po kapkách nechá stékat vymačkaná šťáva z listů jitrocele při bolestech v uších, bolest se uklidní. Díky žvýkání kořene a stvolu nebo vyplachování odvarem jitrocele mizí bolest zubů.

Tinktura

20 g sušených rozmělněných listů jitrocele zalít 200 ml vodky nebo 70% lihu a nechat vyluhovat 14 dní na tmém místě. Přecedit a pít po 30 kapkách třikrát denně. Snižuje arteriální tlak.

Sirup

Mladé listy nařezat a pečlivě uložit do sklenice. Každou centimetrovou vrstvu hojně zalít medem (nebo prosypat cukrem). Hmotu utlačit a zaplnit jí celou sklenici. Jitrocel nechat vyluhovat v medu (cukru) přibližně 10 dnů a potom vzniklý sirup slít. Užívá se při zánětu horních cest dýchacích, při kašli k odkašlávání a také při žaludečních a střevních onemocněních.

Koupel z kořenů jitrocele většího

Rozmělněné kořeny jitrocele většího zalít vroucí vodou (50:1 000), vařit 20 minut a nechat půlhodinu vyluhovat. Koupel (36-37 °C) užívat během dne při hnisavém onemocnění kůže a ekzémech. Léčebná kúra je 12-14 koupelí.

Kalina obecná

Šťáva a bobule kaliny s medem se doporučují jako stahující prostředek a působí proti kašli, při bronchiálním astmatu a zvýšeném krevním tlaku. Z kůry kaliny se získávají preparáty, které zastavují krev. Nálev květů kaliny se využívá při kašli, chrapotu, zánětu horních cest dýchacích a také při žlučových a ledvinových kamenech. Šťáva se považuje za protinádorový preparát a prostředek snižující hladinu cukru.

Koupel z kořenů kaliny

Sušené rozmělněné kořeny kaliny zalít na 2 hodiny studenou vodou (30:1 000), vařit 20 minut a pak přecedit. Koupel (36-37 °C) užívat před spánkem při alergii, hysterii, nespavosti a revmatizmu. Léčebná kúra je 14-18 koupelí.

Kmín kořený

Semena kmínu se používají při pomalém trávení, pro povzbuzení činnosti žaludku a střev, proti plynatosti a jako osvěžující prostředek.

Odvar

Pro děti se používá odvar semen kmínu (lžička semen na sklenici vody). Vařit 5 minut z uzavřené nádoby a osladit cukrem (polévková lžice na sklenici odvaru). Dítěti dávat pětkrát až šestkrát denně po čajové

lžičce. Prostředek pomáhá proti plynatosti, zvláště tehdy, když dítě pláče a mne nožkou o nožku („buší do bříška“). Stejný odvar, ale bez cukru, se u dětí i dospělých užívá při klystýrech proti nadýmání.

Když ucho zateče ušními výměšky, ucho nebolí, ale oslabuje se sluch. V těchto případech se postupuje takto: Ve vrchní části hlavičky cibule se vyřeže kostka a nožem se prohlubuje a rozšiřuje otvor. Do tohoto prohloubení se nasype čajová lžička semen kmínu a uzavře se kostkou vyříznutou z cibule. Takto nadívaná cibule se peče. Z ještě horké cibule se vymačká šťáva a několik kapek této ještě teplé šťávy se nakaže do kanálu ucha a uzavře tamponem. Procedura se opakuje dvakrát denně do vymizení obtíží. Mezi lidmi existuje přesvědčení, že díky tomuto prostředku se zlepšuje sluch nejen při ušních výměšcích, ale i při šumu a šubání v uchu.

Dobře rozdrcená semena kmínu a listy máty peprné se zalijí vroucí vodou, vsype se žitná mouka, zamíchá se a tímto velmi teplým těstem se obkládají prsa kojící ženy při vytvoření abscesu. Léčba trvá několik dnů.

Komonice lékařská

Komonice léčí hlavně poškozené stěny cév, a proto je s velkým úspěchem užívána proti nadměrnému rozšiřování cév a hemoroidům. Používá se čaj, extrakt nebo také mast. Na čaj se berou 2 čajové lžičky nadrobno rozmělněné rostlinné suroviny na 250 ml horké vody a nechává se luhovat 10 minut.

Mast se dělá z rostlinného oleje nebo vepřového sádla a rostlinné suroviny. Při zánětu kloubů se jako bolest utišující prostředek doporučuje používat bylin-

né polštáře s komonicí. Užívá se i při ne zcela otevřených abscesech nebo vředech. Bylinné polštáře s komonicí, které jsou uloženy mezi prádlem, slouží jako výborný prostředek proti molům.

Květy a listy této rostliny se někdy aplikují i při nachlazení a horečce a mastí, jež je připravená ve směsi s přepuštěným kravským máslem, se léčily řezné rány.

Květy komonice smíchané rovným dílem s natí zeměžluče a květy podbělu léčí nemocné vaječníky. Užívá se po 1/3 sklenice záparu (polévková lžice směsi na sklenici vody) šestkrát denně po dobu tří až čtyř týdnů. Během léčby se doporučuje úplná pohlavní abstinence.

Kontraindikace: Při dlouhodobém užívání a předávkování vyvolává závrať, bolesti hlavy, nevolnost, zvracení, ospalost, někdy postižení jater, krvácení (pod kůží, ve svalech, vnitřních orgánech), a dokonce ochrnutí centrální nervového systému.

Kopřiva

Kopřiva podporuje činnost žaludku a střev, má žlučopudný a močopudný účinek, ovlivňuje krvetvorbu. Užívá se při léčbě zánětu močového měchýře, pyelonefritidě, glomerulonefritidě, nespavosti a při onemocnění horních cest dýchacích. Kopřiva zastavuje krvácení (včetně děložního a hemoroidního) a měsíčky.

Odvary a nálevy z kopřivy se užívají při léčbě furunklů, vředů, angín, rozpraskané kůže a jako výplachy při bělotoku.

Rostlina je součástí mnoha směsí žaludečních, projímavých a vitaminových čajů. Používá se i v průmyslově vyráběných léčivech - například je součástí Allo-

cholu, který se užívá při hepatitidě, zánětech žlučníku a onemocnění jater.

Preparáty z listů kopřivy se užívají i při epilepsii, hysterii, chronických zánětech průdušek, průjmech a onemocnění jater a žlučových cest. Oddenky pomáhají k odkašlávání.

Nálev

15 g listů zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu, přecedit a užívat po jedné polévkové lžici třikrát až čtyřikrát denně.

- Při cukrovce se doporučuje pít nálev kopřivy po 1/4 sklenice třikrát až čtyřikrát denně (kopřiva obsahuje sekretin, jenž stimuluje vytváření inzulinu).
- Při slabém vylučování moči se pije nálev z 50 g kopřivy na 1 litr vroucí vody po 200 ml třikrát denně.

Odvar

20 g listů kopřivy zalít 200 ml vroucí vody, vařit 3 minuty, ochlazovat 45 minut, přecedit a pít po 2 polévkových lžicích třikrát denně před jídlem.

Tinktura

200 g květnové kopřivy zalít 0,5 l vodky nebo 70 % lihu. Hrdlo láhve převázat gázou nebo rouškou. První den tinkturu nechat na okně a dalších 8 dnů v temné skříni. Přecedit, vymačkat, přefiltrovat a uchovávat v tmavé skleněné nádobě. Užívat po 1 čajové lžičce nalačno 30 minut před jídlem a 1 čajovou lžičku na noc před spánkem.

Čerstvá kopřivová šťáva

Šťávu vymačkat z rostlin čerstvě uřezaných v dubnu až květnu. Podporuje krvetvorbu. Stimuluje látkovou

výměnu, a proto je výborným prostředkem na zhubnutí. Doporučuje se při revmatizmu. Užívá se po 1/3-1/2 sklenice šťávy s polévkovou lžící medu třikrát denně půlhodiny před jídlem.

Šťáva kopřivy se pije po jedné polévkové lžici při furunkulóze, akné a různých vyrážkách.

Šťávou kopřivy smíchanou se solí se doporučuje mazat rakovinné vředy.

Pro posílení pohlavního pudu smíchat 1 čajovou lžičku rozmělněné kopřivy s vaječným žloutkem a kuchyňskou cibulí. Jíst po 1 čajové lžičce třikrát denně.

Vnější užití

Při myozitidě, neuralgických bolestech a revmatizmu kloubů pálit čerstvými kopřivami postižená místa.

Pro posílení vlasů a při plešatění oplachovat vlasy po umytí hlavy odvarem z listů kopřivy.

Kopytník evropský

Tato rostlina je jedovatá a její užívání musí být velmi opatrné.

Lidová medicína kopytník využívá jako močopudný prostředek - oddenky kopytníku se vaří v kozím mléce nebo užívají jako odvar. Čaj z kopytníku ulehčuje ženám menstruaci, ulevuje střevnímu traktu, podporuje trávení a užívá se při gastritidách, onemocněních jater a žloutence. Dávka: 3-5 g sušené rostliny na sklenici tekutiny. Nejlépe je užívat jej v mléce.

Prášek z oddenků nebo listů se používá v lidové medicíně hlavně k vyvolání zvracení, a když je potřeba i kýchání.

Zápar z natě kopytníku smíchaného se stejným množstvím květů smilů písečného je užitečný při žloutence. Dávka: 1 polévková lžice směsi na sklenici vroucí vody.

Uvolnění menstruační krve zvyšuje užití prášku z kopytníku, kterého se vezme na špičku nože a dá do sklenice mléka. Pije se nalačno jedna sklenice denně.

Při zánětu průdušek se kopytník používá ve směsi s dalšími léčivými rostlinami na odkašlávání v podobě odvaru v následující směsi: 2 g kopytníku, 3 g pence a 2 g lopuchu.

2 polévkové lžíce této směsi vařit v 0,5 litru vody 10 minut, potom nechat vyluhovat 20 minut, přecedit a pít po doušcích nejvýše 2 sklenice denně.

Existuje způsob, jak přinutit alkoholika skončit s alkoholem. U některých lidí tento způsob funguje a spočívá v tom, že do sklenice vodky se nalije polévková lžíce odvaru oddenku kopytníku, ale piják o tom nesmí vědět. Tato směs vodky vyvolává zvracení a silný odpor k alkoholu.

Kozlík lékařský

Kozlík lékařský se užívá v podobě nálevu z kořene nebo oddenku (1:30), lihové tinktury a éterického extraktu. Kořeny a oddenky jsou součástí různých léčivých směsí (proti plynatosti, žlučopudné a celkově uklidňující).

Čaj

Kozlík je možné pít jako čaj: 8–10 g rozmělněného kořenu je třeba zalít prudce vřící vodou. Aby neunikly éterické oleje, je třeba přiklopit sklenici talířkem tak, aby byla úplně těsná. Obsah sklenice se musí vypít během následujícího dne.

Příznivý léčivý účinek má kozlík lékařský při léčbě onemocnění spojených se zvýšenou funkcí štítné žlázy.

Vodní výluh

Vodní výluh z rozdrcených kořenů kozlíku lékařského (zalije se teplou vodou na pět hodin) v denní dávce 5-15 g na 180 ml vody se považuje za výborný uklidňující prostředek při bolestech břicha, nervových otřesech, křečích v děloze a při nespavosti.

Nálev kořenů kozlíku lékařského

Čajovou lžičku rozmělněných kořenů zalít sklenicí vody, nechat vyluhovat 8-10 hodin, vařit 10 minut, dát odstát a přecedit. Pít před spánkem v několika dávkách při bušení srdce a bolestech v oblasti srdce.

Dětem při bolestech břicha dávat každou hodinu po Čajové lžičce vodního výluhu kořenu kozlíku lékařského. Odstraňuje nadýmání a mírně projímá.

Lihová tinktura

Lihová tinktura (valeriánské kapky) se připravuje takto: 1 díl najemno nařezaných kořenů kozlíku lékařského se zalije 5 díly 70% lihu (silná vodka) a na teplém místě (do 25 °C) se nechá týden luhovat. Tekutina se slije, zbytek se vymačká, nechá odstát a přecedí se. Užívá se od 15 kapek do 3 ml tinktury denně.

Éterický extrakt

Éterický extrakt se připravuje takto: 1 díl nadrobno nařezaného (na hrubý prášek) kořene kozlíku nechat vyluhovat 4 dny ve 4 dílech 90% lihu, potom dolít 2 díly vody a ještě nechat luhovat 3 dny. Tekutinu slít, vymačkat zbytek, dát odstát a přecedit. Získá se čirá nažloutlá tekutina, které se užívá se od 15 kapek do 3 ml denně.

Šťáva kozlíku lékařského

Šťávu vymačkat v září nebo říjnu z čerstvých kořenů. Zlepšuje spánek, zbavuje duševního a nervového

napětí a užívá se při onemocnění žaludku a střev a při bolestech hlavy. Bere se po jedné čajové lžičce šťávy a medu třikrát denně (potřetí na noc).

Dětem při nervovém otřesu (leknutí) s křečemi dávat třikrát až pětkrát denně po 7–10 kapkách kozlíku lékařského v čajové lžičce vody. Kromě toho se děti koupají v teplém odvaru kořenů kozlíku lékařského (hrst na 1 litr vody). Koupel připravíme před spánkem a trvá 15 minut.

Kontraindikace: Je třeba se vyhnout velkým dávkám a dlouhodobému užívání kozlíku lékařského, protože v těchto případech kozlík lékařský tlumí trávení, vyvolává bolest hlavy, nevolnost a podrážděnost a narušuje činnost srdce.

Leknín

Při chronických srdečních onemocněních se připravuje směs z květů leknínu s květy hlohu sibiřského (2 polévkové lžice od každého). Směs zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu a pak přecedit. Pít jednu polévkovou lžici po každých dvou hodinách.

Nálev květů se užívá jako uspávající a uklidňující prostředek při nespavosti.

Kořeny se vaří v moštu z hroznového vína a odvar se dává pít při tuberkulóze a také kojícím ženám pro zvýšení tvorby mléka.

Výluh z listů se používá při močových kamenech.

Odvarem kořenů v pivu se myje hlava při vypadávání vlasů.

2-3 polévkové lžice čerstvých nebo sušených květů zalít vroucí vodou, zabalit do gázy a horké polštářky přikládat k bolavým místům k utišení bolesti.

2 polévkové lžice čerstvých okvětních lístků leknínu bílého dát do 0,5 l vroucí vody, vařit 15 minut, nechat vyluhovat 4 hodiny, přecedit a používat jako kosmetický přípravek.

2 polévkové lžice čerstvých květů zalít 1 sklenicí vroucí vody, nechat 1 hodinu luhovat a pak přecedit. Užívat 1/3 sklenice třikrát denně při nespavosti nebo ke snížení horečky.

Kontraindikace: Vnitřní užívání preparátů leknínu bílého, který je jedovatou rostlinou, vyžaduje mimořádnou opatrnost!

Lékořice

Čaj

Kořen lékořice je součástí mnoha léčivých čajů - především čistících krev, stimulujících látkovou výměnu a působících proti kašli a plicním onemocněním.

Nálev

Nálev z kořene lékořice (1 polévkovou lžici kořene lékořice zalít v termosce 1 sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 3-5 hodin) pít jednu polévkovou lžici třikrát až čtyřikrát denně jako prostředek na odkašlávání, protizánětlivý a protialergický.

Jako protialergický prostředek pít kořen lékořice v podobě nálevu po 1/2 sklenice třikrát denně.

Pro omlazení organismu zalít 1 čajovou lžičku sklenicí vroucí vody a užívat jednu polévkovou lžici třikrát denně.

Při léčbě žaludečních vředů a vředů na dvanácterníku je nutné pít nálev kořene lékořice po dobu 1 měsíce, udělat pauzu 15 dnů a potom kúru opakovat. Žaludeční vředy se po této léčbě obvykle neobnovují.

Odvar z kořene

Při užívání odvaru kořene lékořice (10 g na 200 ml vroucí vody) po 1/2 sklenice třikrát denně po dobu 3-4 týdnů u nemocných mizí bolesti, nevolnost, zlepšuje se chuť k jídlu, normalizuje se kyselost žaludečních šťáv a postupně mizí ze sliznice vředy.

Tinktura kořeně lékořice

Připravuje se v poměru 1:5. Užívá se po 30-40 kapkách třikrát denně při zhoubných nádorech, snížení funkčnosti vaječníků a v období klimakteria.

Prášek

Kořen lékořice může být užíván v podobě prášku po 2 g třikrát denně 15 minut před jídlem. Prášek z kořene lékořice je možné použít ve všech případech, kdy je indikováno použití preparátů z lékořice.

Při opruzeninách a proleženinách se používá prášek z kořene lékořice v podobě zásypu.

Sirup z lékořicového kořene

4 g hustého extraktu lékořicového kořene smíchat s 86 g cukrového sirupu a k získané směsi přidat 10 g lihu. Sirup se používá jako prostředek protizánětlivý, na odkašlávání a utišující.

Při alkoholismu se připravuje směs: 1 díl přesličky rolní a 1 díl kořene lékořice. 100 g směsi zalít 3 litry vroucí vody, vařit 10 minut na mírném ohni, nechat vyluhovat 1 hodinu a přecedit. Pít jednu sklenici třikrát denně 15 minut před jídlem.

Směs léčivých bylin

Při léčbě nachlazení se připravuje následující směs: 40 g rozmělněného kořene lékořice a 60 g květů lípy. 2 polévkové lžíce směsi zalít sklenicí vroucí vody, vařit ve vodní lázni 15 minut, přecedit, vymačkat a dolít

převařenou vodu do počátečního objemu. Užívat jednu sklenici dvakrát až třikrát denně.

Odvar ze semen kmínu a kořenů prvosenky jarní, lékořice lysé a violky vonné. Dezertní lžička směsi rozmělněných kořenů a čajová lžička semen kmínu se zalije 300 ml studené vody, nechá se vyluhovat 1 hodinu, vaří se 15 minut a po 5-7 minutách se přecedí. Pije se po 2 polévkových lžících třikrát až čtyřikrát denně při zánětu průdušek, astmatu a černém kašli.

Odvar z kořenů kostivalu lékařského, proskurníku, lékořice lysé a listů meduňky lékařské: Polévkovou lžící směsi ze stejných dílů jednotlivých částí je třeba zalít sklenicí studené vody, nechat vyluhovat 1,5 hodiny, vařit 10 minut a přecedit. Vypít na dvě dávky před jídlem při žaludečních vředech a vředech na dvanácterníku.

Kontraindikace

Dlouhodobé užívání lékořice vede ke zvýšení arteriálního tlaku, zadržování tekutin až vzniku otoků, poruchách v pohlavní oblasti - oslabení libida, rozvoj gynekomastie, omezení nebo vymizení ochlupení.

Levandule

Levandule se využívá jako prostředek protikřečový, močopudný a tonizující centrální nervový systém. Levandulový líh je výborné antiseptikum. V medicíně se levandule používá ve formě nálevu a tinktury.

Nálev

3 čajové lžičky rozmělněných květů zalít 2 sklenicemi vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu, přecedit a užívat po 1/2 sklenice třikrát až čtyřikrát denně. Při

srdeční neuróze se silným bušením srdce užívat nálev po 1/2 sklenice dvakrát až třikrát denně.

Pro stimulaci trávení a jako spasmolytický prostředek při gastritidách a bolestech v oblasti jater se užívá nálev levandule jednu sklenici jednou až dvakrát denně.

Éterický olej levandule se roztírá při rieuralgických bolestech, myozitidě a revmatizmu.

Olej levandule zředěný lihem se užívá při migréně a neurózách.

Koupele

Koupele s přidáním odvaru natě levandule se užívají jednou až dvakrát týdně jako uklidňující a celkově posilující prostředek.

Kontraindikace: Preparáty levandule jsou velmi silné, a proto je třeba je užívat velmi opatrně.

Lnice obecná

Lnice se často užívá v podobě mastí, nálevů a odvarů (ve vodě nebo mléce), k omývání, zábalům, obkladům, koupelím a sedacím koupelím při hemoroidech, různých kožních výsypech, ranách, ekzému, lišaji, dermatitidách, bradavicích a polypech. Také se jí myje hlava při svědění, lupech a vypadávání vlasů. Při hemoroidech se používá mast z čerstvé šťávy zelené natě lnice smíchané s lanolinem.

Z lnice převařené v tuku nebo sádle vzniká velmi účinná mast, která se aplikuje při zánětech, rozšíření cév a především při svědících hemoroidech.

Ze sušené natě se připravuje čaj: Vezme se vrchovatá čajová lžička rostlinné suroviny na 1/4 l vody, přivede se k varu a 10 minut nechá luhovat. Tímto ča-

jem se úspěšně léčí žloutenka, zadržování moči, zácpy a onemocnění sleziny.

Lnice se považuje za výborný prostředek na poškození kůže, pigmentaci (skvrny na kůži) a obecně na nečistou kůži. K tomuto účelu se vymačká šťáva z utržené natě a maže se jí kůže nebo se do kůže vtírá.

Odvarem se vyplachují nemocné oči a krk při angíně. Nálevem natě v teplé vodě se dělají obklady při plísňích a nálev se používá na ekzémy a pro lepší růst vlasů. V odvaru se koupou děti, které jsou náchylné k výše uvedeným nemocem.

Nálev

Polévkovou lžící sušené rozmělněné natě lnice zalít 2 sklenicemi vroucí vody, nechat vyluhovat 2 hodiny, přecedit a užívat po 1/2 sklenice třikrát denně před jídlem. Zevně se tento nálev užívá k omývání a obkladům při vyrážkách, akné, abscesech, vředech a furunklech.

Odvar

20 g natě lnice povařit v 0,5 l mléka. Získanou kašičku užívat k obkladům při hemoroidech.

Pro léčbu hemoroidů se aplikují obklady z odvaru 20 g natě v 0,5 l mléka, díky nimž se rychle zmenšují bolesti a omezují zánětlivé procesy.

Kontraindikace

Rostlina je jedovatá a její vnitřní užívání ve velkých dávkách může způsobit otravu.

Lopuch plstnatý

Odvar kořene lopuchu (50-60 g na 1 litr vody) se užívá vnitřně jako krev čistící prostředek při léčbě různých kožních onemocnění, při vředech, furunkulóze, vyrážkách, skrofulóze a křivici. Kromě toho se tento

odvar používá při různých onemocněních močových a pohlavních orgánů (včetně venerických nemocí) jako prostředek, který je močopudný a čistí ledviny a močovody. Tento odvar se také pije při chronických zácpách.

Při cukrovce je dobré pít odvar z kořenů lopuchu nebo z následující směsi: fazole, kořeny lopuchu a listy borůvek ve stejných dílech. 50-60 g směsi zalít 1 l vody, nechat před noc vyluhovat, ráno 5-7 minut vařit, ještě trochu luhovat, přecedit, lehce vymačkat zbytek a celý odvar vypít přes den v 6 dávkách.

Při dně pít čaj z následující směsi: 25 g kořenů lopuchu, 20 g oddenku pýru, 20 g natě dvouzubce, 30 g natě violky trojbarevné a 20 g rozrazilu lékařského.

40 g této směsi zalít 1 litrem vody a vařit na mírném ohni 15 minut. Přecedit a pít 3 sklenice denně (první nalačno).

Dlouho se nehojící rány se léčí mastí, jež se připravuje následujícím způsobem: 75 g rozmělněného čerstvého kořene lopuchu nechat den vyluhovat na teplém místě ve 200 ml slunečnicového oleje, potom vařit 15 minut na mírném ohni a přecedit.

Při vypadávání vlasů a při onemocnění kůže hlavy dvakrát týdně mýt hlavu v odvaru kořene lopuchu a květů měsíčku (20 g lopuchu a 10 g měsíčku na 1 litr vody). K těmto složkám je možné přidat ještě 15 g šišek chmelu.

Meduňka lékařská

Meduňka se užívá při neurózách, hysterii, nespavosti, zvýšené pohlavní dráždivosti, ateroskleróze a šumu v uších. Doporučuje se užívat nálevy a odvary

z ní při bolestech žaludku a střev, chudokrevnosti, zácpách, plynatosti a zvýšeném krevním tlaku.

Nálev

2 polévkové lžíce rozmělněné suroviny zalít 2 sklenicemi vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu, přecedit a vypít během dne ve 4 dávkách.

Při bušení srdce, těhotenské toxikóze a v klimakteriu se užívá nálev meduňky vždy půl sklenice třikrát denně.

Nálev meduňky je užitečný pro lidi staršího věku pro zmenšení křečí ve střevech, k posílení sekrece trávicích žláz a zlepšení chuti k jídlu, při obvyklém dávkování.

Při plynatosti, špatné činnosti gastrointestinálního traktu, neuralgiích a dušnosti se nálev meduňky užívá 2/3 sklenice třikrát denně před jídlem.

Při hysterických záchvatech a omdlávání nervové povahy se meduňka užívá v podobě nálevu (po 1/2 sklenice) nebo prášku - 4 g rozmělněné natě na 100 ml vody (jednorázová dávka).

Ve stejném dávkování je možné preparáty meduňky lékařské užívat při bolestivé menstruaci, k stimulaci měsíčku a jako prostředek k posílení tvorby mléka.

Nálev (k vnějšímu užití)

4 polévkové lžíce natě zalít 0,5 l vroucí vody a nechat 1 hodinu vyluhovat. Kaši z listů používat zevně při pohmožděninách, otocích a abscesech.

Kontraindikace: Při užívání nálevu z meduňky je nutné být opatrný. Při vnějším použití je neškodný, ale jestliže se pije, může působit příliš silně.

Okřehek

Extrakt okřešku se používá jako prostředek žlučopudný, protihlístový a horečku snižující po 20 kapkách třikrát denně.

Jako celkově posilující prostředek se extrakt okřešku menšího pije po 25 kapkách třikrát denně.

Při alergiích se užívá prášek a nálev okřešku menšího v obvyklém dávkování. Léčebná kúra trvá 1 měsíc.

Preparáty z okřešku menšího je možné užívat při zhoubných nádorech jakékoli lokalizace. Dávka preparátu musí být tehdy zvýšena jeden a půl násobně oproti obvyklé.

Nálev z natě

1 polévkovou lžící sušené rozmělněné natě zalít 200 ml vroucí vody. Nechat vyluhovat jednu hodinu a pevně uzavřít. Přecedit a pít po 1/3 sklenice třikrát denně.

Zevně se okřehek používá jako horký obklad při revmatizmu a dně. Nasype se do gázového pytlíčku, který se dá do vroucí vody na 3-5 sekund, počká se, až trochu vychladne, a přikládá se k nemocnému kloubu na 1-2 hodiny (upevní se obvazem).

Oman pravý

Kořen omanu se nejvíce používá k zlepšení trávení a látkové výměny. Mezi rostlinami na žaludek stojí oman mezi prvními hned po pelyňku a puškvorci.

Nálev

Při léčbě žaludečních vředů a vředů na dvanácterníku se užívá nálev omanu v poměru 2 polévkové lžičce rozmělněného kořene na 0,5 l vroucí vody. Užívat po 2 polévkových lžících třikrát až čtyřikrát denně.

Při snížené žaludeční kyselosti a zánětu žaludku a také při žaludečních vředech se třikrát denně užívá po 1/2 sklenice nálevu z 30 g kořene na 1 l vroucí vody. Omanové víno (10-15 g omanu na 0,5 l vína) se považuje za jeden z nejlepších prostředků při gastritidách a žaludečních vředech.

Odvar

Při dětském ekzému příznivě působí odvar následujícího složení: 2 sklenice odvaru oddenku omanu, natě hořce a natě řebříčku - každý po 5 g na 0,5 l vody. Směs vařit 10 minut a nechat vyluhovat 30 minut. Užívá se po polévkové lžici třikrát až čtyřikrát denně po jídle po dobu jednoho měsíce.

Polévkovou lžící rozmělněných oddenků a kořenů vařit ve 200 ml vody na mírném ohni 10 minut. Přecedit a užívat po 1/3-1/4 sklenice čtyřikrát denně půlhodiny před jídlem jako prostředek na odkašlávání a žaludeční problémy.

V gynekologii se oman užívá jako odvar při bolestivé menstruaci a při klesání dělohy.

Omanové víno

100 g rozmělněných kořenů zalít 1 litrem červeného vína, nechat 14 dnů vyluhovat, přecedit a užívat po 1/3-1/4 sklenice při vyčerpanosti a vysílení. Omanové víno se považuje za výborný domácí prostředek při ztrátě chuti k jídlu a celkové slabosti.

Směs léčivých bylin

1 čajovou lžičku kořene omanu a 1 čajovou lžičku mateřídoušky zalít jako čaj. Užívají děti při černém kašli po 1-2 čajových lžičkách každé dvě hodiny.

Suroviny (10 g oddenků omanu a 10 g oddenků lopuchu) rozmělnit, zalít 300 ml vody, vařit 10 minut,

přecedit a pít po 1/4 sklenice třikrát denně při revmatizmu.

Kořen jako odvar je užitečný i při onemocnění dýchacích cest. Preparát připravit jako směs léčivých bylin s kořeny proskurníku a lékořice použitých ve stejném poměru. 2 čajové lžičky směsi kořenů nechat vyluhovat ve 2 sklenicích studené vody po dobu 8 hodin a užívat se po 1/2 sklenice třikrát denně.

Kožní lékaři používají oman k vnějšímu užití v podobě masti při ekzému a svědění kůže.

Mast

Zamíchat 1 polévkovou lžící kořenů omanu, 1 polévkovou lžící šťovíku stěsnaného a 1 polévkovou lžící sádla.

Kořen omanu se v podobě horkého obkladu užívá pro léčení radikulitidy a při bolestivých kloubech.

50 g kořene vařit 20 minut v 200 ml vody, přecedit a užívat pro oplachování a vymývání.

Kontraindikace: Nálev a odvar z omanu jsou kontraindikovány při těhotenství.

Pampeliška (smetanka) lékařská

Odvary a extrakty z kořenů pampelišky lékařské povzbuzují chuť k jídlu, stimulují tvorbu žluči v játrech, pomáhají vylučování žluče, aktivizují sekreci trávicích šťáv v žaludku a střevech a mají močopudný účinek. Preparáty z pampelišky snižují hladinu cukru v krvi.

Směs léčivých bylin

Odvar kořenů pampelišky, jehlice, libečku a řešetláku - polévkovou lžící směsi ze stejných dílů složek zalít 400 ml studené vody, nechat 2 hodiny vyluhovat,

vařit 15 minut a přecedit. Pít denně 2 sklenice při obezitě a zácpě.

Nálev kořenů pampelišky, jehlice trnité, oddenků puškvorce a listů máty peprné - polévkovou lžící rozmělněné směsi zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 3 hodiny a přecedit. Vypít během dne při zánětu žlučníku nebo hepatitidě.

Odvar z kořenů mořeny barvířské, pampelišky, hořce žlutého a listů meduňky lékařské - polévkovou lžící směsi zalít 300 ml studené vody, nechat 2 hodiny vyluhovat, vařit 10 minut a přecedit. Pít ráno a večer po 2/3 sklenice při žlučových kamenech.

Ještě jedna směs léčivých bylin na žlučové kameny - odvar z oddenků kosatce, kořenů pampelišky, čekariky obecné a omanu pravého a listů máty peprné. Polévkovou lžící směsi zalít sklenicí vroucí vody a nechat vyluhovat 1,5 hodiny, vařit 10 minut a přecedit. Pít přes den po 1,5-2 sklenicích.

Pelyněk pravý

Šťáva z pelyňku pravého

Šťáva z pelyňku se vymačkává z natě v srpnu. Reguluje činnost žaludku a zvýšenou nebo sníženou kyselost. Pomáhá při nadýmání a katarálních onemocněních žaludku. Užívá se jedna polévková lžice šťávy s medem třikrát denně před jídlem.

Kromě toho čerstvá šťáva pelyňku pomáhá zastavit větší krvácení. Používá se v podobě obvazů namočených do šťávy.

Čaj

Čajovou lžičku sušené natě zalít 250 ml vroucí vody a nechat vyluhovat 10 minut. Pít třikrát denně

po sklenici tohoto trpkého nápoje, který pomáhá při pomalém trávení, pocitu přeplněného žaludku, plynatosti, žlučových kamenech, nedostatečném vylučování žluči, při žloutence, kamenech a písku v ledvinách. Kromě toho čaj z pelyňku aktivizuje cirkulaci krve a zlepšuje látkovou výměnu, a proto se doporučuje při obezitě a dalších poruchách látkové výměny.

Nálev

Při plynatosti a zácpě pít nálev pelyňku pravého po 1-2 polévkových lžících třikrát denně 30 minut před jídlem.

Po zhubnutí a těžkých nemocech se nemocným dává pít nálev nebo odvar pelyňku v obvyklém dávkování.

Pelyněk se odedávna považuje za ženskou bylinu. Má velké využití v porodnictví a gynekologii: Jestliže žena trpí amenoreou nebo dysmenoreou, užívá se nálev pelyňku po jedné polévkové lžici třikrát denně.

Pro zrychlení porodu a také pro snížení bolesti při těžkých porodech se pelyněk užívá ve stejném dávkování.

Sirup

Při onemocnění jater, žaludku, močových cest a ledvin se užívá sirup pelyňku pravého. Přípravuje se takto: 100 g natě se máčí ve studniční vodě 24 hodin, potom se vaří půlhodinu na mírném ohni v pevně uzavřené nádobě. Přidá se 400 g cukru nebo medu a vaří ještě 15–20 minut. Sirup se užívá po 1 dezertní lžičce třikrát až čtyřikrát denně půlhodiny před jídlem.

Koupeľ z kořenů pelyňku

Rozmělněné kořeny pelyňku Černobýlu zalít vodou, nechat luhovat 2 hodiny, vařit 10 minut a přecedit. Koupeľ (36-37 °C) užívat na noc při dně, neurózách a klímaťeriu. Léčebná kúra je 12–14 koupelí.

Směs léčivých bylin

Při jaterních kolikách lidová medicína doporučuje užívat 3 sklenice odvaru z následující směsi léčivých bylin: listy šalvěje, bobule jalovce a nať pelyňku. Ode všech vzít stejný díl. 2 polévkové lžice směsi zalít 500 ml vody, vařit 10 minut na mírném ohni, přecedit a dolít převařenou vodou do 500 ml.

Při zánětech tlustého střeva a dalších onemocněných střevního traktu se pije čtyřikrát až pětkrát denně nálev z listů pelyňku a šalvěje (od obou po stejném dílu).

2 polévkové lžice směsi zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 2 hodiny a užívat jednu polévkovou lžici čtyřikrát až pětkrát denně. Během léčby pít místo čaje vývar z rýže.

Pro odstranění nepříjemného zápachu z úst se připravuje nálev z pelyňku pravého, listů máty a šalvěje (vše po stejném dílu). 1 polévkovou lžici směsi léčivých bylin zalít 200 ml vroucí vody, nechat 1 hodinu vyluhovat a pak přecedit.

Odpařený lihový extrakt pelyňku se v lidové medicíně užívá jako protinádorový prostředek při rakovině dělohy a žaludku. Pije se s vodou po 20-25 kapkách třikrát denně před jídlem.

Kontraindikace: Pelyněk je jedovatá rostlina. Užití pelyňku pravého v těhotenství je kontraindikováno. Nesmí se užívat při žaludečních a dvanácterníkových vředech. S užíváním pelyňku se to nesmí přehánět, zvláště při chudokrevnosti. Dlouhotrvající a přílišné užívání pelyňku, dokonce i v malých dávkách může způsobit křeče, halucinace a také pomatenost!

Podběl

Podběl se užívá při všech druzích nemocí vzniklých z nachlazení a při zánětech v oblasti hrudi a krku. Sbírají se zcela rozkvetlé květy (březen-duben) a listy, které se objevily po rozkvetu byliny (do června). Listy a hlavičky květů dobře usušit ve stínu a pro užití smíchávat.

Čaj

Čaj z podbělu účinkuje proti zánětům, pomáhá při odkašlávání a čistí krev. Lze užívat i zevně při popáleninách, zánětech, abscesech a rozšíření žil.

Listy, šťáva

Čerstvé listy rostliny se přikládají k čelu při bolestech hlavy a šťáva z listů se kape při zánětu středního ucha.

Mnoho nemocí se léčí odvary a nálevy: skrofulóza, vodnatelnost, tuberkulóza plic, střevní katar a j. Dyměm ze suchých listů se utišovala bolest zubů a záchvaty astmatu.

Nálev

Při kašli z nachlazení dobře pomáhá nálev natě. Plnou polévkovou lžící sušených rozmělněných listů zalít sklenicí vroucí vody, nálev nechat luhovat půl hodiny, potom přecedit, nechat zchladit a pít po 2 čajových lžičkách až šestkrát denně. Na kašel se může připravit i odvar (stejná dávka), jenž se užívá třikrát až čtyřikrát denně po polévkové lžici. Občas se používá směs květů a listů a tento čajový výluh léčí i horní cesty dýchací. Tři polévkové lžice květů nebo listů zalít 400 ml vroucí vody, nechat vyluhovat 3-4 hodiny na teplém místě. Užívat po 1/2-2/3 sklenice třikrát denně půlhodiny před jídlem.

Při zánětlivých onemocněních žaludku a střev pít nálev ze 30 g listů na litr vroucí vody po jedné sklenici dvakrát až třikrát denně půlhodiny před jídlem.

Odvar

Silný odvar z podbělu a listů kopřivy žahavky zamezuje vypadávání vlasů a omezuje tvorbu lupů a svědění. Odvarem se myje hlava a potom se vlasy oplachují v bylinném nálevu. Dvě polévkové lžice sušených listů podbělu a kopřivy zalít sklenicí vroucí vody. Odvar nechat vyluhovat, přecedit a zbytek vymačkat do nálevu. Nálev se používá ještě k obkladům a zábalům při infekci kůže a abscesech.

Odvar z listů podbělu se užívá při zánětlivých onemocněních ledvin a močového měchýře.

15 g listů zalít sklenicí horké vody, vařit na mírném ohni 10 minut, nechat vyluhovat 1 hodinu, přecedit a užívat jednu polévkovou lžici čtyřikrát denně půlhodiny před jídlem.

Pro povzbuzení chuti k jídlu se užívá polovina sklenice odvaru podbělu třikrát denně před jídlem.

Směsi léčivých bylin

Při bolestivé a nepravidelné menstruaci se pije nálev z listů mochny husí a podbělu. Složky se berou stejným dílem.

Při onemocnění močového měchýře se smíchávají ve stejném množství sušené listy podbělu, medvědice a brusinek. Zalije se vroucí vodou a pije jako čaj.

Jako močopudný a potopudný prostředek se podběl užívá v následujících směsích léčivých bylin: 40 g listů podbělu, 40 g rozmělněných plodů maliny a 20 g natě dobromysli.

Dvě polévkové lžíce směsi zalít 200 ml vroucí vody, nechat vyluhovat (dobře zabalit) 2 hodiny na teplém místě. Užívá se jedna sklenice teplého nálevu na noc.

Při rlnicích onemocněních, chronických zánětech průdušek a nachlazení je prospěšné pít nálev z následujících bylin: plody anýzu, list brusinky, list podbělu, plody maliny a květy lípy.

Proskurník lékařský

Preparáty, které jsou připravené z kořene proskurníku (tinkтуры a odvary), se rozsáhle používají při onemocněních plic a horních cest dýchacích, jež jsou doprovázeny silným trýznivým kašlem. Užívá se jako prostředek proti katarům žaludku a střev.

V domácích podmínkách se při přípravě vodního výluhu zalijí dvě polévkové lžíce rozmělněného kořene 300 ml chladné převařené vody. Nechají se luhovat při pokojové teplotě 30 minut a je třeba je pravidelně míchat. Potom se tekutina slije (nevymačkává se zbytek), přecedí a přidá se 200 ml chladné převařené vody. Užívá se jedna polévková lžíce třikrát denně 20 minut před jídlem.

Kromě toho tento vodní výluh pomáhá proti zánětu ledvin a močového měchýře. Pije se neoslazený, nevelkými loky a několikrát s odstupem 1-2 hodiny a podle možnosti nalačno.

Odvar z proskurníkového kořene se doporučuje při zánětu sedacího nervu, kamenech v močovém měchýři a ztíženém močení.

Při zánětu dásní, mandlí a hltanu se užívá v podobě teplého nálevu ke kloktání.

Čtyři čajové lžičky kořene proskurníku nechat vyluhovat 8-10 hodin v 400 ml studené převařené vody a pak přecedit. Užívat po 100 ml třikrát až čtyřikrát denně 10-30 minut před jídlem.

Jednu dezertní lžičku květů proskurníku nechat vyluhovat 1-2 hodiny v 200 ml vroucí vody a užívat teplé, vždy dvě polévkové lžíce třikrát denně před jídlem.

Jednu polévkovou lžici rozmělněných listů nechat vyluhovat hodinu v 200 ml vroucí vody a pak přecedit. Užívat teplé, pít po 50 ml pozvolna po doušcích třikrát až čtyřikrát denně.

Dvě polévkové lžíce kořenů, květů nebo listů vařit v půllitru vody (4-5 minut), nechat vyluhovat dvě hodiny, přecedit a používat ke kloktání, zábalům, horkým obkladům a klystýrům při zánětlivých procesech ve střevech.

Šťáva proskurníku se získává v červnu a červenci. Při kašli se užívá jedna polévková lžíce šťávy a medu třikrát denně po jídle.

Ve směsi léčivých bylin se proskurník se svými protizánětlivými a změkčujícími schopnostmi používá k horkým obkladům, které dlouhou dobu udržují teplo na místě přiložení.

Pro vnější užití se rozmělněný kořen vaří ve vodě nebo mléce a přikládá jako náplast, což slouží jako prostředek pro otevření starých a hluboko ležících nežitů, dále při léčbě popálenin a zánětech očních víček (ječné zrno).

Puškvorec

Odvar

Čajová lžička rozmělněného oddenku puškvorce se zalije sklenicí studené vody, nechá se luhovat 5 hodin, vaří se 20 minut a pak se precedí. Užívá se po 50 ml jako kloktadlo při onemocnění ústní dutiny - při zánětu sliznice dutiny ústní, zánětu hrtanu, chronickém zánětu krčních mandlí a angíně.

Směs léčivých bylin

Rozmělněné kořeny proskurníku a lékořice lysé (po 1 čajové lžičce) se zalijí sklenicí studené vody, nechají se vyluhovat 2 hodiny, vaří se 10 minut a pak se precedí. Užívá se teplé dvakrát až třikrát denně při zánětu průdušek a zánětu plic.

Odvar z kořenů proskurníku, lékořice lysé, natě tymiánu a listů podbělu: Rozmělněné kořeny, natě a listy (po 1 čajové lžičce) se zalijí dvěma sklenicemi studené vody, nechají se luhovat 2 hodiny, vaří se 10 minut a pak se precedí. Teplý odvar se užívá dvakrát až třikrát denně při zánětu průdušek a zánětu plic.

Odvar z oddenku puškvorce, kořene kozlíku lékařského, natě zeměžluče a listů máty: Polévková lžice rozmělněné směsi ze stejných dílů jednotlivých složek se zalije sklenicí vroucí vody, vaří se 10 minut a pak se nechá odstát. Pije se 30 minut před obědem při chronické gastritidě a nedostatečné kyselosti.

Odvar z oddenku puškvorce, kořene andělíky lékařské, slupky pomeranče a natě zeměžluče: Dezertní lžičku rozmělněné směsi (v poměru 1:1:0,5:0,25) zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 2 hodiny, potom vařit 10 minut a precedit. Pít teplé po obědě při

gastritidě s hyposekrecí, snížené chuti k jídlu a zánětu tlustého střeva.

Koupel

Usušené oddenky puškvorce se nařežou nadrobno. Dvě polévkové lžice oddenků se zalijí litrem vroucí vody, vaří 20 minut, nechají vyluhovat 30 minut a precedí.

Koupel (35-36 °C) se provádí přes den nebo před spánkem při revmatizmu, dně, ekzému, alergických změnách kůže a vypadávání vlasů. Léčebná kúra je 10-12 koupelí.

Kontraindikace: Při zvýšené sekreci žaludečních šťáv neužívat kořeny.

Smil písečný

Smil písečný se nejčastěji pije v podobě odvaru - polévková lžice suchých květů se zalije dvěma sklenicemi studené vody a potom se vaří. Užívá se půl skleničky třikrát denně. Větší léčebný účinek však získáte, jestliže budete užívat kapky koncentrovaného extraktu z květů. Z květů této byliny se získává žlutý nahořklý prášek, který stejně jako tekuté preparáty smilu mění chemické složení žluči a prospívá gastrointestinálnímu traktu.

Odvar

Odvar z byliny a květů smilu se užívá k léčbě různých onemocnění jater (jako žlučopudný), močového měchýře a močových cest (jako močopudný) a také při onemocnění gastrointestinálního traktu. Smil se používá i jako anthelmintikum (škrtavky) a zastavuje krvácení. Odvar z květů a lihový extrakt z byliny se užívá zejména při léčbě některých kožních onemocnění.

Odvar smilu: 10 g rozmělněných květů smilu zalít 200 ml vody pokojové teploty, zakrýt pokličkou a zahřívat ve vroucí vodní lázni při častém míchání po dobu 30 minut, nechat zchladit 10 minut, přecedit a přidat převařenou vodu do počátečního objemu. Užívat po 1-2 polévkových lžících třikrát až čtyřikrát denně 10–15 minut před jídlem.

¹⁰ Použit 1 polévkovou lžici na 200 ml vody, vařit 10 minut a pak přecedit. Tento odvar prospívá při ischiasu, brnění nohou, bolestech při ledvinových kamenech, onemocněních močového měchýře, vodnatelnosti a obtížném a bolestivém močení.

Nálev

1 polévkovou lžici sušených květů zalít ve smaltované nádobě sklenicí vroucí vody, zakrýt pokličkou, ohřívat a pravidelně míchat ve vroucí vodní lázni po dobu 15 minut. Potom nechat 30 minut vyluhovat, přecedit a užívat po 1/2 sklenice dvakrát až třikrát denně půl hodiny před jídlem.

Žlučopudný čaj

1 polévkovou lžici směsi (květy smilu – 4 díly, listy vachty - 2 díly) zalít 2 sklenicemi vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu a pak přecedit. Užívat třikrát denně půlhodiny před jídlem.

V podobě nálevu a odvaru se preparáty smilu užívají při onemocnění močových a pohlavních orgánů.

Při bělotoku se nálev smilu využívá jak v čisté podobě, tak i ve směsi s natí kontryheli (1:1) pro výplachy (1 díl smilu, 1 díl kontryhele a 10 dílů vody).

Směsi léčivých bylin

Květy smilu se často používají ve směsích léčivých bylin:

10 g smilu, 10 g kukuřičných čnělek s bliznami, 10 g květů heřmánku pravého, 10 g pampelišky lékařské, 10 g plodů fenyklu obecného, 10 g pelyňku pravého, 10 g květů měsíčku lékařského, 10 g květů vratiče obecného, 10 g natě máty peprné a 10 g vlašovičnicku většího. Polévková lžice směsi se zalije sklenicí vroucí vody a nechá 1 hodinu luhovat. Přecedí se a užívá půl sklenice 30 minut před jídlem třikrát denně při onemocněních žlučových cest a bolestech při žlučových kamenech.

40 g květů smilu písečného, 30 g listů vachty trojlisté, 20 g listů máty peprné, 10 g plodů koriandru setého. Polévkovou lžici této směsi zalít 200 ml vroucí vody, vařit na mírném ohni 15 minut, nechat vyluhovat 40 minut a přecedit. Užívat půl sklenice třikrát denně jako žlučopudný prostředek při žloutence.

Kontraindikace: Preparáty smilu písečného jsou mírně jedovaté a při dlouhodobém užívání mohou vyvolat stagnaci jater a zvýšit krevní tlak, a proto se nedoporučují nemocným hypertonií.

Srdečník

Srdečník se užívá k léčbě hypertonie, stenokardie, kardiovaskulárních neuróz a také při vadách srdce a Basedowově nemoci. Odvar z této byliny uklidňuje centrální nervový systém, posiluje kontrakce srdečního svaly, pomáhá při dušnosti a zřetelně snižuje arteriální tlak. Jako lék na srdce je extrakt z natě srdečníku zcela neškodný, protože nemá žádné nežádoucí účinky.

Odvar

15 g nadrobno nařezané sušené natě zalít sklenicí vody a krátce vařit. Zchlazený odvar přecedit a pít 1-2 polévkové lžíce třikrát denně půlhodiny před jídlem.

Při poruchách menstruačního cyklu a při fibromyomech dělohy pít nálev srdečnicku jednu třetinu sklenice třikrát denně.

Při děložním krvácení zalít nat' srdečnicku vroucí vodou a pít jako čaj.

Během celého těhotenství pít čaj z natě srdečnicku pro zlepšení obecného stavu, krevního oběhu a spánku.

Šťáva

Při Basedowově nemoci se užívá čerstvá šťáva srdečnicku: 30–40 kapek na lžici vody. Aby ani v zimě nechyběla čerstvá šťáva, smíchat šťávu získanou z letní natě s lihem v poměru 1:1 a směs uzavřít do skleněné nádoby. Konzervovaná šťáva se užívá 20-30 kapek třikrát denně.

Tinktura

Připravuje se v 70% lihu v poměru 1:5. Nechá se vyluhovat 7 dnů na tmném místě a pak přecedí. Pije se po 30-50 kapkách třikrát denně.

Vnější užití

Zevně se nat' srdečnicku nejčastěji používá ve směsi léčivých bylin: 2 díly natě srdečnicku, 2 díly listu jitrocele většího, 2 díly šalvěje lékařské, 1 díl kořenu lékořice lysé a 1 díl květů heřmánku. 2 polévkové lžíce směsi zalít 300 ml vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu a přecedit. Užívat v podobě obkladů a zábalů při popáleninách, zraněních a proleženinách.

Směs léčivých bylin

Při zvýšeném krevním tlaku (první až druhé stádium hypertenze) se nat' srdečnicku nejčastěji používá ve směsi léčivých bylin: květy hlohu, nat' jmelí, nat' srdečnicku a nat' protěže. Ode všeho se užívá jedna polévková lžíce a směs se promíchá. Jednu polévkovou lžici směsi zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat dvě hodiny, přecedit a pít po 100-150 ml třikrát denně.

Při rozrušení, hysterii a klimakterických neurózách nabízí lidová medicína tuto směs léčivých bylin: 30 g listů máty, 30 g natě srdečnicku, 20 g kořenu kozlíku lékařského a 20 g šišek chmele. Dvě polévkové lžíce směsi léčivých bylin zalít 200 ml vroucí vody, nechat vyluhovat jednu hodinu a přecedit. Pít po 1/3 sklenice třikrát denně.

Kontraindikace: Preparáty srdečnicku se nedoporučuje užívat při nízkém tlaku a zpomalení srdečního rytmu. V příliš velkém dávkování je srdečnick nebezpečný. Za den se nesmí vypít více než dvě sklenice čaje.

Třezalka

Třezalka je léčivá v čerstvé i sušené podobě. Nat' třezalky má mnohostranné farmakologické vlastnosti, neboť je stahující, antimikrobiální, protizánětlivá, anestetická, antiseptická, rány hojící, močopudná, žlučopudná, stimulující a spasmolytická.

Je užitečná při popáleninách, vředech a hnisání, protože hojí rány. Odvary z ní se léčí nejčastěji onemocnění zažívacího traktu a jater. Tento výborný prostředek stahuje a povzbuzuje chuť k jídlu, zlepšuje činnost střev a je močopudný. Používá se u tuberkuló-

zy, dny a revmatizmu kloubů a léčily sejí i žaludeční vředy.

Nat' třezalky je známá jako protihlístový prostředek. Kořeny této rostliny se užívají při úplavici a tuberkulóze kostí. Nat' třezalky se užívá při nádorech jater a žaludku a zhoubném onemocnění kůže.

Nálev z natě třezalky se aplikuje jako kloktadlo a jeho současné vnitřní užívání podporuje odstranění nepříjemného zápachu z úst.

Třezalka se užívá pro přípravu hořkých extraktů - například koření k rybím pokrmům a náhražka čajovníkových listů. Čaj z třezalky je výborným lékem na deprese, zvýšenou nervozitu a migrény.

Nálev

10 g usušené natě třezalky zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat a užívat jednu polévkovou lžičku dvakrát až čtyřikrát denně po jídle.

Tři polévkové lžičky natě třezalky zalít polovinou sklenice vroucí vody, nechat vyluhovat dvě hodiny, přecedit a užívat jednu třetinu sklenice třikrát denně před jídlem. Léčebná kúra trvá 1-2 měsíce.

Odvar a nálev natě třezalky se odedávna užívá v lidové medicíně k léčbě rakoviny jater a žaludku.

Čaj z natě třezalky je možné pít jako ionizující prostředek (1:10).

Lihová tinktura

15–20 g natě nechat vyluhovat v 0,5 l lihu nebo vodky. Užívá se po 30 kapkách s vodou třikrát denně po jídle.

20-30 kapek lihové tinktury natě třezalky přidat do 1/2 sklenice vody a užívat k vyplachování při nepříjemném zápachu z úst.

Mast

Čerstvé listy třezalky a šalvěže hajní vzít ve stejném množství, rozetřít s čerstvým vepřovým sádlem, vymačkat přes gázu a uchovávat v uzavřené sklenici. Užívá se jako mast pro zahojení ran.

20% lihovou tinkturu natě třezalky užívat po 1 čajové lžičce třikrát denně při enterokolitidě.

Lihová tinktura natě se užívá také jako obklad při zatvrdlinách v prsu a při zhoubných nádorech různé lokalizace.

Třezalkový olej

První varianta: 25 g rozkvetlé natě promíchat s půl litrem olivového oleje a nechat týden fermentovat na teplém místě. Potom směs neprodyšně uzavřít a postavit na slunce. Olej postupně zčervená, a když zčervená dostatečně (průměrně za 6 týdnů), považuje se za hotový. Tehdy se slijí a skladuje neprodyšně uzavřený. Třezalkový olej se používá v podobě zábalů při léčení ran, vředů a popálenin. Považuje se za jeden z nejlepších prostředků na mastitidu a popraskané bradavky a léčí špatně se hojící vředy.

Druhá varianta: při léčbě žaludečních vředů a vředech na dvanácterníku se vnitřně užívá olej třezalky, který se připravuje následujícím způsobem: 500 g čerstvé natě se zalije 0,5 l bílého vína a 1 l rostlinného oleje. Směs se nechá vyluhovat 3 dny a potom se víno odpařuje na mírném ohni po dobu 2 hodin. Tato směs se pak nechá vyluhovat na temném místě 14 dnů a poté se přecedí. Berou se 1-2 polévkové lžičky třikrát denně. Směs lze použít zevně při popáleninách, ranách a vředech.

r

Sklenice čaje natě třezalky před spánkem chrání dítě před mimovolným močením ve spánky.

Kontraindikace: Dlouhodobé užívání vyvolává zúžení krevních cév a zvyšuje krevní tlak, a proto kúru přerušte na 2-3 týdny po dvou měsících užívání léčivých látek z třezalky.

Vlaštovičník větší

V jeho odvaru se na venkově koupaly děti, aby se zbavily svědění a skrořulózy. Způsobil, že jejich tělo bylo čisté. Pomocí vlaštovičníku se léčila kožní tuberkulóza (*lupus*), žloutenka a žlučové kameny. Šťávou z jeho kořenů se redukovaly pihy a bradavice a přezdívku „bradavičník“ dostala rostlina právě kvůli tomuto vnější využití. Vlaštovičníku se říká i „oční bylina“, protože se používal při onemocnění očí. Často vlaštovičník nahrazoval jód.

Vlaštovičník je doporučován zejména při předrakovinových stavech a po operaci zhoubných nádorů, protože zastavuje růst metastáz.

Vlaštovičník je účinný při zánětech žlučníku, cholangitidě, dně, revmatizmu, hemoroidech, černém kašli a bronchiálním astmatu.

Nálev

Jedna polévková lžice kvetoucí natě na 200 ml vroucí vody. Nechat vyluhovat jednu hodinu, pít třetinu sklenice třikrát denně. Pít při onemocnění jater a žlučových cest.

Při léčbě neuróz a vegetativní dystonie pít nálev nebo odvar z natě vlaštovičníku po 1/2-1/3 sklenice třikrát denně.

Při bronchiálním astmatu a černém kašli pít nálev natě s květy po 1/3 sklenice třikrát až čtyřikrát denně.

Při polypech nosohltanu vyplachovat nos a krk nálevem natě vlaštovičníku s natí heřmánku (1:1). Polévkovou lžici směsi zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat dvě hodiny a přecedit. Vyplachování a kloktání provádět třikrát až čtyřikrát denně.

Odvar

30 g natě zalít 0,5 l vroucí vody, vařit 5 minut, nechat vyluhovat 45 minut a přecedit. Pít půl sklenice třikrát denně 15 minut před jídlem.

Nálev a odvar natě v obvyklé koncentraci se užívá při vynechání menstruace a syfilidě. Pít dvě polévkové lžice třikrát denně před jídlem.

Vnější použití

V podobě nálevu se nať vlaštovičníku občas používá při léčbě svědících dermatitid (například ekzémů) ve stádiu akutního zánětlivého procesu a mokvání. Nejčastěji se používají vaničky s nálevem vlaštovičníku v poměru 10 g na 100 ml vroucí vody s následným ochlazením na 37 °C po dobu 15–20 minut každý den. Druhý nebo třetí den léčby se svědění u nemocných znatelně zmenšuje, odstraňuje se překrvení, otoky, mokvání a začíná hojení nemocné oblasti.

Zevně vlaštovičník dobře působí u rakoviny kůže, lupénky, systémovém lupu erythematodes, bradavicích, kuřích okách a při polypóze hrtanu a střev.

Při léčbě vyrážek se omývá tvář šťávou z vlaštovičníku jednou až dvakrát denně (opakovat dvakrát s odstupem 3-5 minut). Po prvním omývání se může množství vyrážek dokonce zvýšit, ale po 3–4 dnech obvykle mizí.

Sťáva

K přípravě šťávy z vlašovičnicku je třeba nadzemní čerstvé části rostliny omýt, umlít v mlýnku na maso, přecedit před několik vrstev gázy a nalít do lahví. Láhve důkladně uzavřít a postavit na temné místo. Ob den je třeba každou láhev otevřít a vypustit z ní vzduch. Když vzduch přestane z láhve vycházet, pořádně ji uzavřít, zalít parafinem a v tomto stavu je možné šťávu skladovat léta.

Při rakovině kůže každý den třikrát denně mazat kůži čistou čerstvou šťávou natě.

Při mastitidě mazat vlašovičnickovou šťávou oblast zánětu třikrát až čtyřikrát denně.

Při vnějším použití šťávy se nesmí zapomínat, že jakékoli mazání postižené oblasti je třeba provádět dvakrát (s odstupem 1-2 minut). První dávka působí na povrchové vrstvy kůže a připravuje základ pro druhou, která se vstřebává hlouběji do kůže a působí na její hlubší vrstvy.

Totéž pravidlo se týká léčby polypů v nose.

Šťáva vlašovičnicku se občas užívá po 1-2 ml s vodou a medem jako bolest utišující, uklidňující a projímavý prostředek.

Při onkologických onemocněních se pije šťáva vlašovičnicku podle schématu: začít u 1 kapky, každý den přidávat po jedné kapce až do 20 a potom po 1 kapce ubírat. Pít s mlékem.

Existuje metoda léčby rakoviny jater šťávou z vlašovičnicku s vodkou (1:1). Užívá se jedna čajová lžička třikrát denně a zapíjí vodou.

Lihová tinktura

Podle jiné metody se při onkologickém onemocnění vnitřních orgánů malé množství čerstvé natě a květů vlašovičnicku zalije lihem tak, aby líh zakryl surovinu. Nechá se vyluhovat sedm dnů a pak přecedí. Pije se po 20 kapkách tinktury a každý den se přidává po 1 kapce, dokud se nedosáhne 50 kapek. Tinktura se ředí vodou. Od 50 kapek znovu snižovat do 20 (každý den zmenšovat dávku o 1 kapku) a ukončit léčebnou kúru. Podle potřeby kúru opakovat za 15 dnů.

Tinktura z natě vlašovičnicku se doporučuje užívat při fibromu a fibromyomu dělohy.

Mast

Při léčbě lupénky, ekzémů, kuřích ok, papilomů, bradavic a kožní tuberkulózy se připravuje mast z prášku natě vlašovičnicku s vazelinou nebo neslaným máslem (v poměru 1:1) a maže se jím zasažená oblast dvakrát až třikrát denně.

Stejná mast a šťáva vlašovičnicku se užívá při léčbě onkologických onemocnění kůže.

K léčbě špatně se hojících vředů včetně zhoubných se navrhuje užívat následující mast: 2 díly natě vlašovičnicku, 1 díl natě rosnatky okrouhlosté, 2 díly rozkvetlých vrcholů třezalky a 1 díl květů měsíčku. Vše důkladně smíchat, rozetřít a přidat slunečnicový olej. Touto mastí mazat postižená místa.

Koupele

Při lupénce jsou vhodné teplé koupele z natě vlašovičnicku. Současně s koupelemi (na 12 l vroucí vody se použije 300 g suché nebo 500 g čerstvé natě, nechat vyluhovat 1 hodinu, přecedit) se vnitřně užívá nálev vlašovičnicku.

Vlčí mák

Okvětní lístky vlčího máku se užívají především ve směsích s dalšími léčivými rostlinami jako prostředek na odkašlání a uklidnění záchvatů kašle.

Směs utišující (dočasně) kašel: 10 g okvětních lístků vlčího máku a 5 g kořenů bedrníku zalít 2 sklenicemi vroucí vody na noc a ráno přecedit. Pít během dne po velkém doušku každou hodinu.

Směs ulehčující vykašlávání: 30 g okvětních lístků vlčího máku, 20 g květů bezu černého, 20 g květů lípy, 30 g květů divizny, 30 g květů slézu lesního, 20 g květů podbělu, 20 g květů pohanky a 30 g natě plicníku lékařského. 40 g této směsi zalít jedním litrem vroucí vody na noc. Ráno přecedit. Pít každou hodinu po 1/4 sklenice (sklenička na víno). Tato směs se doporučuje hlavně při silném kašli z nachlazení. Během léčby je nutný klidový režim na lůžku, protože směs vyvolává silné pocení.

Směs urychlující vylučování hlenu za jeho současného vydatného tvoření: 30 g květů slézu lesního, 20 g natě rozrazilu lékařského, 20 g listů podbělu a 30 g okvětních lístků vlčího máku. 40 g směsi zalít jedním litrem vroucí vody, přes noc nechat luhovat a ráno přecedit. Pít jednu polévkovou lžici třikrát denně.

Čaj, sirup

Z květů vlčího máku se připravuje čaj a sirup. Na čaj se použije vrchovatá polévková lžice sušených květů, která se zalije sklenicí vroucí vody. Za 10 minut se květy scedí a čaj se pije ještě teplý a oslazený medem. Čaj z máku se dává dětem proti kašli a kojencům při neklidu. Tento čaj se doporučuje jako prostře-

dek na odkašlávání při bolestech na hrudi, chrapotu a při zahlenění plic.

Sirup z květů máku svařených s vodou a cukrem se dává dětem při černém kašli.

Kontraindikace: Vysoké dávky jsou jedovaté.

Zeměžluč lékařská

Zeměžluč se užívá při léčbě plynatosti a při onemocnění jater, žlučníku a ledvin. V gynekologii se užívá k zastavení krvácení po potratu, pro urychlení stažení dělohy v poporodním období a také při zánětlivých onemocněních ženských pohlavních orgánů.

Odvar

V podobě odvaru a nálevu se zeměžluč v obvyklém dávkování užívá jako protihlístový prostředek, v klimakterickém období při sklonu k hypertonii a při onemocnění dysmenoreou.

Při tenkohlavcích se doporučuje užívat hustý odvar směsi stejného množství natě zeměžluče, květů smilvy listnaté a vratiče.

Při chronické hepatitidě a cukrovce se užívá jedna sklenice teplého nálevu z 20 g natě na 1 litr vody 1 hodinu před jídlem.

Tinktura

10 g sušené byliny zalít 200 ml vodky. Nechat vyluhovat 14 dní na teplém temném místě, pak přecedit a užívat po 20 kapkách dvakrát až třikrát denně před jídlem.

Nálev

10 g sušené natě na 200 ml vroucí vody nechat vyluhovat 1 hodinu, pak přecedit a užívat teplé po

1/2 sklenice dvakrát až třikrát denně 30 minut před jídlem.

Olejový extrakt

10 g sušené rozmělněné natě zalít 100 ml slunečnicového nebo olivového oleje a přidat 100 ml bílého vína. Odpařovat na mírném ohni 15-20 minut do úplného vypaření vína. Po převaření nechat vyluhovat na teplém místě 7 dnů a pravidelně protřepávat. Přecedit přes gázu a používat k léčbě dlouho se nehojících ran a vředů.

Prášek

Při plynatosti, dyspepsii a onemocnění jater a ledvin lze zeměžluč užívat v podobě prášku ze sušené natě - 1,5-3krát denně 1 hodinu před jídlem.

Odvar z natě zeměžluče se užívá zevně při rakovině prsu, rtu a jazyka.

Směsi léčivých bylin

Při chronickém zánětu žlučníku se doporučuje následující směs léčivých bylin: 2 g kořenu puškvorce, 2 g květů smilů písečného a 2 g natě zeměžluče. Směs zalít 2 sklenicemi vody a přes noc nechat vyluhovat. Ráno 5 minut převařit a přecedit. Užívat po 1/2 sklenice třikrát až čtyřikrát denně hodinu po jídle.

Při gastritidách se sníženou sekrecí: slupka pomeranče, listy vachty, nat' pelyňku pravého, nat' benediktu a nat' zeměžluče. Vzít ode všech po 20 g a zalít 1 litrem vroucí vody. Nechat vyluhovat čtyři hodiny, pak přecedit a užívat jednu sklenici třikrát denně před jídlem.

Při žaludečních vředech a vředech na dvanácterníku: 20 g natě zeměžluče a 80 g listů máty peprné. Dvě čajové lžičky směsi zalít jednou sklenicí vroucí vody, nechat luhovat 1 hodinu, přecedit a pít jednu sklenici třikrát denně 30 minut před jídlem.

Při chronické hepatitidě: 10 g plodů fenyklu, 10 g plodů kmínu, 10 g kůry řešetláku, 10 g listů maty peprné, 20 g natě řebříčku a 20 g natě zeměžluče. Polévkovou lžící směsi zalít 1 litrem vroucí vody, nechat vyluhovat 2 hodiny na teplém místě a pak přecedit. Pít po 1/4 sklenice třikrát denně před jídlem.

- Při chronických zánětech žlučníku a onemocnění jater je možné užívat následující směs léčivých bylin: 40 g natě třezalky, 40 g kořenu pampelišky, 15 g květů smilů listenatého, 10 g natě mochny husí, 10 g natě vachty trojlisté, 10 g květů heřmánku pravého a 10 g natě zeměžluče. Čajovou lžičku směsi zalít sklenicí vroucí vody, nechat vyluhovat 1 hodinu a užívat ráno a večer po 200 ml před jídlem.

Stromy a keře

Broskvoň

Jestliže se z listu broskvoně udělá horký obklad na břicho, vyženou se hlísti.

Bříza

Používá se téměř celý strom: březové listové pupeny (časné jaro), březová šťáva, listy, březový dehet a uhlí (získává se při pálení suchého dřeva) a také houba rezavec šikmý, který vyrůstá z kmene břízy. Předpokládá se, že všechny části břízy mají schopnost blahodárně ovlivňovat látkovou výměnu, odstraňovat z organismu nánosy a škodlivé látky při infekčních onemocněních.

Pupeny a listy břízy mají fytoncidní schopnosti. Odvar a nálev z nich se využívá jako močopudný a žlučopudný prostředek. Pro léčbu ekzémů se dělá teplá koupel z odvaru březových pupenů. Jedinečné vlastnosti mají lepkavé květnové lístečky břízy. Podle některých zjištění předčí ženšen, jenž obnovuje síly člověka, ale současně podporuje zvětšení zhoubných nádorů, jestliže už jsou v organismu.

Březové lístky nejen obnovují síly člověka a čistí krev, ale zároveň ničí zhoubné nádory. Nálev mladých listů se používá při ledvinové kolice a žloutence jako stimulační, protizánětlivý a kameny rozbíjející prostředek.

Odvar a zápar (10 g na 200 ml vody) z pupenů nebo listů se dává ženám v době menstruace pro ulehčení výtoku krve a v poporodním období (od dvanáctého dne po porodu) pro ulehčení a urychlení očisty po porodu.

Koupele v nálevu březových listů se doporučují při kloubním revmatismu a dně.

Březová šťáva

Šťáva se získává navrtáním kmene na jaře. Má protizánětlivé schopnosti a používá se při zánětu močových cest. Stimuluje fungování ledvin, podporuje vylučování kyseliny močové a zvyšuje vylučováním moči z organismu. Doporučuje se při artritidě způsobené špatnou látkovou výměnou. Užívá se po jedné sklenici šťávy s polévkovou lžící medu třikrát denně po jídle.

Preparát očištěného březového uhlí (karbolen) se používá jako adsorbující látka při otravě jedy a bakteriálními toxiny, při úplavici, plynatosti a jako prostředek proti křečím. V Rusku se dříve rozsáhle využívaly uhlíky (březové i lipové). Vytahovaly se z pece a dávaly do misky na stůl. Za starých dob lidé snědli denně několik těchto uhlíků, a tak si očišťovali střeva a chránili se před žaludečními obtížemi. Zvláště je mají rády děti. Uhlí jim pomáhalo od úžehu a bolesti hlavy v suchém a horkém období roku.

Cypřiš

Nejlepším druhem je temně zelený cypřiš. Jeho povaha je horká prvního stupně a suchá druhého stupně. Má svíravý účinek. Posiluje vlasy, které jsou pak díky němu tmavé. Nedovolí, aby člověk rychle zestárnul. Jestliže se jeho plody smíchají s fíky, pomůže to při vředu na nose, rozežírání maso a uvolňuje jej. Pomůže při pletení jazyka, slabosti střev a močového měchýře. Jestliže se člověk koupe v jeho odvaru, pomůže to při nachlazení. Horký obklad z cypřiše je užitečný při otocích varlat. Posiluje nemocné orgány, léčí vitiligo a pomáhá při všech horkých otocích, vyrážkách a bradavicích. Odstraňuje nemocný nehet a podporuje růst zdravého. Škodí plicím. Jestliže se vykuřuje jeho dřevem, potom zmizí všechny mouchy.

Cypřišové šišky mají povahu chladnou a suchou a stahující schopnosti. Jestliže z nich připravíte mast, pomůže při kýle. Zastavují krev a posilují nervy. Jestliže se rozdrťí, smíchají s fíky a směs se zavede do nosu, rozežere nadbytečné maso. Jestliže se svaří ve vodě a ženy se koupou v jejich odvaru, vtáhnou dovnitř výhřez dělohy. Škodí srdci. Jejich škodlivý účinek odstraňuje med. Náhradní surovinou je kůra granátovníku.

Drmek

Drmek roste na březích řek a také na písčítých místech. Jeho povaha je horká prvního stupně a suchá druhého stupně. Má stahující schopnosti. Jestliže se jeho semena nebo listy přiloží na záda, pak přemáhá pohlavní pud a ukončuje poluci. Jestliže se jím vykuřuje žena, také potlačí pohlavní pud. Jestliže se z jeho

dřeva udělá hůl a vezme se na cestu, potom se při chůzi neunavíte.

Dub

Povaha listu dubu je chladná a má stahující účinek. Jestliže se rozdrťí a nasype na těžko se hojící vředy, rychle je vyléčí a zahojí. Plodem dubu je žalud. Nejlepší je velký a sladký žalud. Jeho povaha je chladná čtvrtého stupně a suchá druhého stupně. Má stahující schopnosti. Pomáhá při onemocnění dásní a bolesti zubů a zastavuje krev. Jeho vnější skořápka je součástí směsi pro barvení vlasů, které jsou pak tmavé a lesklé. Posiluje a promývá žaludek. Zastavuje měsíčky a odstraňuje oslabení močového měchýře a také vytékání moči po kapkách. Posiluje pohlavní potenci. Je užitečný při otravě všemi druhy jedů. Klejoprskyřice dubu pomáhá při vitiligu. Užívaná dávka je 5,88 g, ale tráví se pomalu. Kůra dubu stahuje nejvíce ze všech jeho částí. Je lepší nejíst mnoho syrových žaludů, aby to neuškodilo močovému měchýři, ale osmažte je a smíchejte s cukrem a teprve potom jezte -jejich účinky jsou veliké.

Granátovník

Šťáva z granátového jablka obsahuje 8-10 % cukru, až 10 % kyseliny citronové, vitamin C a tanin. Šťáva granátového jablka aktivizuje chuť k jídlu a reguluje činnost gastrointestinálního traktu jako stahující a antiseptický prostředek. Šťáva granátového jablka se využívá při léčbě aterosklerózy a bronchiálního astmatu.

Hrušeň

Květ hrušně je užitečný pro srdce a mozek.

Jabloň

Jablka různých odrůd jsou skvělé biostimulátory. Velmi prospěšné je sníst jedno jablko denně. Jablka jsou užitečná při mnoha onemocněních, ale především jsou preventivním prostředkem a korigují stav gastrointestinálního traktu. Zvláště prospěšný je kompot z plodů planých jabloní, protože obsahuje vitaminy A, B, C, P, PP, soli vápníku, draslíku, železa, manganu a niklu a další látky užitečné pro člověka a zvláště pro dítě. Květ jabloně je užitečný pro mozek a srdce.

Jalovec obecný

Stále zelený jehličnatý keř vysoký 1-4 metry, jenž má rovný kmen a hnědostříbrnou rozbrázděnou kůrou. Vrchní větve jsou vztyčené vzhůru a spodní stoupají vzhůru nebo jsou rozprostřené. Jehlice má tvrdé, pichlavé a ostré a rozložené v trojčetných přeslenech. Květenství mají podobu malých žlutých oválných klásků, které jsou rozloženy pod vrcholky bočních větviček. Pestíky jsou zelené šištice, jež se skládají z devíti semenných šupin, z kterých se při dozrání semen vrchní šupiny výrazně rozrostou, srůstají mezi sebou a se semeny a vytvářejí bobule podobné šiště, šedavě černé s modrým nádechem, takzvané jalovčinky. Jalovec většinou roste v jehličnatých a smíšených lesích (nejčastěji v borových lesích různého typu) a také vytváří houští na otevřených písčitých místech.

Jalovčinky jalovce obsahují éterický olej, v kterém se nachází kadinen, kamfen, terpineol, borneol, pinen

a další terpeny, cukr, organické kyseliny (mravenčí, octová a jablečná), třísloviny a hořčiny, pryskyřice, vitaminy, glykosidy. V jehlicích je až 250 mg vitamínu C a v kořenech se nacházejí třísloviny a fytoncidy.

Užití

V lidové medicíně se při mnoha onemocněních užívají jalovčinky neboli jalovcové bobule (suší se a rozmělnují na prášek) a při tuberkulóze, zánětu průdušek, kožních nemocech a žaludečních vředech se užívá kůra jalovce. V oficiální medicíně se jalovčinky užívají při onemocnění ledvin, močového měchýře, cukrovce, dně, svrabu, ekzému a poruchách pohlavních funkcí, ale jen když jsou ledviny v normálním stavu.

V minulosti se ze šištice jalovce dělala cukr, mošt, sirup a marmeláda. Pomořané je přidávali do kysaného zelí. Ve francouzské a pobaltské kuchyni se sušené jalovčinky používají jako koření, které přidává vůni masu a drůbeži. Ze sušených a upečených šišticek se připravuje náhražka kávy.

Jalovec má výrazné fytoncidní účinky. Jestliže se v místech, kde roste jalovec, nacházejí lidé vyhublí po nemoci, zvyšuje se jejich chuť k jídlu a jejich stav se zlepšuje.

Odvar z větviček pomáhá při diatéze a éterický olej z nezralých jalovčinek při svrabu. Při léčbě rakoviny kůže (operativně nebo pomocí ozařování) se také dělají obvazy s éterickým olejem z jalovce obecného. Éterický olej rostliny má baktericidní účinek a dezodorační vlastnosti.

Přidání prášku z jehlic jalovce do jídla brzdí rozvoj nádorů u pokusných zvířat. Stejný vliv má i u lidí při

lidové léčbě nádorů kůže a prsu, ale tyto poznatky nejsou vědecky potvrzeny.

Koupel z větviček jalovce obecného

Rozmělněné větvičky jalovce obecného se zalijí studenou vodou, nechají vyluhovat 2 hodiny, vaří 15 minut a přecedí. Koupel (36–37 °C) se užívá na noc při alergii a svrabu. Léčebná kúra je 12-14 koupelí.

Jasan

Povaha plodů jasanu je horká druhého stupně a suchá třetího stupně. Zvyšují pohlavní sílu. Šťáva z větvi jasanu zlepšuje vidění a očišťuje oči. Pomáhá při bušení srdce, uklidňuje a posiluje srdce. Způsobuje, že je semeno hojné, a zesiluje pohlavní pud. Kůra tohoto stromu rozpouští hlen. Listy mají stahující účinek a vysušují zhoubné vředy. Užívaná dávka je 2,2 g. Škodí ledvinám. Jeho škodlivé působení odstraňuje tykev. Náhradní surovinou je vlašský ořech.

Jilm

Jestliže se jeho listy roztlučou a nasypou na vřed, zahojí jej. Jestliže se ve vodě svaří jeho listy, větve i kořen a odvar se nalije na zlomeninu, pomůže při srůstání kosti. Jestliže se ve vodě svaří jeho kořen nebo listy a odvar se vypije, rozpouští hlen. Odvaru je třeba dát 8,4 g a přidat trochu vína. Když se na stromě objeví plody, bývá na nich lepkavá látka. Jestliže se vezme a namaže se jí tvář, vyčistí se kůže. Když tato lepkavá vlhkost uschne, objeví se hmyz podobný muchničkám, jenž se živí listy tohoto stromu. Jestliže jeho kůru rozetřete s octem a namažete kůže při vitiligu, směs vám pomůže zbavit se ho. Jestliže se kousek

jeho kořene hodí do ohně, pak z konce kořene, který zůstal mimo oheň, bude vytékat šťáva. Jestliže se tato šťáva nakape do ucha člověka, jenž ohluchl v důsledku nemoci, vrátí se mu sluch. Jestliže se listy rozdrtí, vymačká se z nich šťáva a teplá se nakape do ucha, pak pomůže při hluchotě a rozežene otok.

Kaštan

Nejlepší je kaštan s velikými a sladkými plody. Jeho povaha je vyvážená a suchá prvního stupně. Má stahující účinek. Zastavuje chrlení krve, pomáhá při plicních onemocněních a způsobuje, že je tělo dobře živeno. Posiluje žaludek a je prospěšný při oslabení močového měchýře a výtoku moči po kapkách. Jeho škodlivý účinek odstraňuje med. Nejlepší je svařit kaštan ve vodě a sníst. Jeho škodlivé vlastnosti zmizí a on bude mít sladkou chuť. Jestliže jej ženy jedí mnoho, přibudou na váze. Náhradní surovinou je žalud.

Šťáva z jírovce maďalu:

Šťáva se vymačkává z čerstvých květů. Pomáhá při zánětu žil a trofických vředech na holeni. Užívá se jedna polévková lžice šťávy a medu třikrát denně před jídlem (je třeba kontrolovat krev pomocí rozboru krve).

Kdoule

Květ kdoule posiluje srdce a mozek.

Lípa

Květy lípy jsou velmi populárním lidovým potopudným prostředkem. Užívá se zápar v podobě horkého čaje na noc před uložením ke spánku. Jako potopudný prostředek.

puďný prostředek se květy lípy užívají samotné i ve směsích: 5 g květů lípy, 2 g květů divizny a 3 g květu bezu černého. Tato směs se zalije dvěma sklenicemi vroucí vody, přecedí, vymačká a pije teplá. Květy lípy se často přidávají do směsí pro léčbu různých nemocí, zvláště onemocnění žaludku, jater, střev a ledvin a na nachlazení.

Lupeny lípy roztlučené na těsto se používají jako změkčující prostředek při abscesech. Na abscesy se používají i listy lípy a mizní pletivo (seškrábané z vnitřní části kůry a ze dřeva po odstranění kůry). Mizním pletivem se mažou také popáleniny. Ze dřeva lípy se destilací získává tekutina, které se lidově říká „carská vodka“ a používala se k dezinfekci předmětů a oblečení po infekčních onemocněních.

Z uhlí lipového dřeva se připraví co nejdrobnější prášek, jenž se užívá po 3-4 čajových lžičkách denně při průjmů, nadýmání, říhání a úplavici. Tímto práškem se čistí zuby a léčí tuberkulóza krku. Začíná se od dávky „na špičce nože“, která se pak každý den zvyšuje. Desátý den se dojde až k polévkové lžici a tato dávka se pak užívá denně po dobu tří týdnů. Zároveň s práškem z uhlí se někdy užívá dvakrát denně 1 polévková lžice lněného oleje.

Mandarinka

Prášek ze sušené slupky mandarinky, jenž se vyluhoval ve vodě, se užívá pro zmírnění kašle a zlepšení odchodu hlenu.

Při onemocněních střev pomáhá prášek ze slupky mandarinky (1/2 čajové lžičky dvakrát denně) zlepšit trávení.

Extrakt z čerstvé slupky mandarinky se užívá při nevolnost po 25-30 kapkách třikrát až čtyřikrát denně 30 minut před jídlem.

Mandarinky zeslabují peristaltiku střev, a proto jsou užitečné při onemocněních, která jsou doprovázena průjmy.

V kosmetice se používá šťáva, dužnina a slupka plodů mandarinky na masky a pleťové vody.

Čajová lžička suché kůry mandarinky se smíchá s čajovou lžičkou kysané smetany a čajovou lžičkou žloutku. Masky se nanese na tvář na 20 minut - osvěžuje kůži tváře, dodává vitaminy a vyživuje. Léčebná kúra je 15–20 procedur.

Plátýnka namočená do šťávy mandarinky se přikládá na 20 minut k tváři a krku. Po jejich sejmutí přetřete kůži nejprve vlhkým tamponem a potom suchým tamponem. Proceduru provádějte dvakrát týdně. Šťáva mandarinky dodává vitaminy, vyživuje kůži a dodává jí krásnou matnost.

Ořešák vlašský

Ořešák vlašský je vysoký strom (až 30 m), jehož domovem je Balkán. V plané podobě roste na Krymu, Kavkazu a ve Střední Asii. Rostlina se rozsáhle pěstuje na Kavkaze, ve Střední Asii, Moldavsku a na Ukrajině. Kůra je černošedá nebo hnědá, listy má lichozpeřené, květy drobné, jednopohlavní a světle zelenkavé. Plody jsou kulaté peckovice s dužnatým oplodím. K léčebným účelům se používají plody (především zelené), listy, kůra a kořeny.

Listy obsahují hydrojuglon, flavonoidy, třísloviny (3 %), minerální soli, vitamin C, karoten, éteric-

ke oleje: zelené oplodí nezralých ořechů má až 25 % tříslovin, juglon s výrazným baktericidním účinkem, vitamin C (až 3 000 mg) a jód; kořeny obsahují třísloviny, jód, minerální soli, serotonin a nikotin (celkové množství 0,03 %).

Užití -

Preparáty z ořešáku vlašského se rozsáhle používají v lidové medicíně. Ještě v 17. století se listy užívaly k hojení ran. V současnosti se kašička z nich přikládá na rány nebo na popálenou kůži. Mast je možné připravit i ze sušených listů, které jsou vyluhovány v slunečnicovém oleji s přidáním vosku. Vodní extrakt z listů má výrazný vliv na některé formy tuberkulózy kůže, tuberkulózní lymfadenitidy a tuberkulózy hrtanu.

V lidové medicíně se listy a oplodí ořešáku vlašského tradičně využívaly při avitaminózách (zvláště při kurdějích), průjmů, bolesti zubů, dně, revmatizmu, onemocnění ledvin, jater, srdce a močového měchýře, furunkulóze, ateroskleróze a cukrovce, alergii, křivici, exsudativní diatéze, zánětu lymfatických uzlin, zvýšeném krevním tlaku a pro aktivizaci laktace u kojících žen.

Kůra z kořenů, která je nasbírána na podzim, je slabé projímadlo. Jádra plodů mají široké využití jako potravina a vysokou kalorickou hodnotou (z 1 kg plodů více než 8 500 kilokalorií). Z hlediska množství vitamínu C překonává oplodí ořechu černý rybíz osmkrát a skoro padesátkrát citrusové plody. V jádrech je mnoho vitamínu E. Preparáty ze zralých jader výborně působí při otravě těžkými kovy (rtuť, olovo, stříbro), při ateroskleróze, onemocněních jater a nemoci z ozáření.

Podle zkoumání pokusných zvířat působí z ořechu extrahovaný juglon a elagová kyselina protinádorově. Preparáty z listů a oplodí zvyšují srážlivost krve a v důsledku toho je jejich užívání nutné kontrolovat. Čerstvé listy ořešáku vlašského jsou fytoncidní a chrání žíly člověka.

Koupele z listů a kůry kořenů ořešáku vlašského

Rozmělněné listy a kůru kořenů ořešáku vlašského zalít studenou vodou, nechat vyluhovat půl hodiny, vařit 10 minut a přecedit. Koupele (36-37 °C) užívat na noc při ekzému, furunkulóze a strumě. Léčebná kúra je 14-18 koupelí.

Platan

Povaha platanu je chladná a suchá druhého stupně. Má vysoušecí schopnosti. Jestliže se listy a kůra namočí v octu, svaří a udělá se výplach, posílí se zuby, uklidní bolest a zastaví krvácení z dásní. Horký obklad pomůže při bolestech kolena. Platan škodí prsům. Jeho škodlivý účinek odstraňuje mléko. Náhradní surovinou je kůra granátového jablka.

Růže

Nejllepší je voňavá červená růže. Její povaha je chladná a suchá prvního stupně. Má vysušující a posilující účinky. Její vůně pomáhá při bolestech hlavy horké povahy. Je užitečná pro srdce (posiluje jej) a odstraňuje bezvědomí. Prospívá žaludku, játrům a orgánům břicha. Růže odstraňuje nepříjemný zápach potu z podpaží. Vyvolává kýchání. Jestliže člověk leží v posteli, jež je pokryta okvětními lístky růže, pak se výron semene při pohlavním aktu přerušuje. Náhradní surovinou je leknín.

Šťáva z růže

Šťáva posiluje žaludek a mozek. Uklidňuje bolesti hlavy horké povahy, posiluje srdce a pomáhá při bušení srdce. Rozveseluje srdce a posiluje smyslové orgány, jestliže se jí maže tělo, pije se nebo se k ní přivoní. Jestliže používá k výplachu, pak posiluje dásně. Pokud se vypije, odstraňuje slabost srdce. Růže vyvolává zalehlost hrudi. Její škodlivé účinky odstraňuje růžová zavařenina. Jestliže se vypije 29,4 g čerstvé růžové vody, prožene dvanáctkrát.

Růže šípková

Dužina, která se nachází uvnitř plodů, se vyndává, aby neškodila plicím. Jestliže se svaří ve vodě a z tohoto odvaru se udělá koupel, pomůže to při hemoroidech a uklidní bolest a pálení. Květ šípku má výraznou vůni. Jeho povaha je vyrovnaná. Jestliže se šťávou šípku maže tvář, ochrání před škodlivým působením slunce. Užívaná dávka je 5,88 g. Ucpává, ale jeho škodlivé účinky odstraňuje med. Podle jiných údajů je jeho povaha horká a suchá prvního stupně. Je užitečný pro nervy. Šípek pomáhá při pihách a otevírá ucpaný nos. Zahřívá hlavu a také mozek. Jestliže se rozmělní a maže se jím tělo, způsobí, že bude pach těla příjemný. Jestliže se jeho plody usuší a piji každý den po 2,2 g po dobu několika dnů, zachová šípek pohlavní sílu a nedochází k předčasnému stárnutí.

Koupel z kořenů šípku

Rozmělněné kořeny šípku se zalijí vodou (50:500), nechají 2 hodiny vyluhovat, vaří se 20 minut, luhují 30 minut a přecedí se. Koupel (36-37 °C) se užívá v jakoukoli denní dobu při ochrnutí a parézách dol-

ních končetin, revmatizmu, revmatické polyartritidě a ischiasu. Léčebná kúra je 14–18 koupelí.

Tomel

Tomel je opadavý ovocný strom, jenž dosahuje výšky až 15 metrů. Patří do čeledi ebenovitých. Listy jsou celistvé, velké a kožnaté. Květy jsou jednopohlavní nebo oboupohlavní, drobné a v paždí listů nebo samostatné. Plodem je velká dužnatá bobule až 12 cm v průměru, která je žlutá, oranžová nebo jasně červená.

Na světě existuje až 2 000 odrůd tomelu. V Rusku se setkáváme pouze s jedním druhem - tomelem obecným neboli kavkazským.

Plody tomelu obsahují okolo 2 % bílkovin, 1,5 % škrobu, až 25 % cukru, organické kyseliny (citronová a jablečná), olej, vitaminy, draslík, železo, měď, mangan, tříslo viny...

Plody tomelu se rozsáhle používají jako protizánětlivý prostředek při dyspepsii.

Prášek z plodů se užívá po 1-2 g třikrát denně při průjmech.

Extrakt z plodů

Plod průměrného rozměru se rozmělní, zalije 300 ml vroucí vody, nechá 1 hodinu vyluhovat a přecedí. Pije se jedna sklenice dvakrát až třikrát denně.

V čerstvé i sušené podobě prospívají plody tomelu lidem, již překonali těžkou nemoc a také nemocným chudokrevností.

Směs prášku sušených plodů tomelu s otrubami (1:1) se doporučuje jako zásyp při omrzlinách a poraněních.

Dužninu tomelu nebo kašičku z celého plodu je užitečné přikládat k vředům a furunklům pro jejich rychlejší zrání.

V kosmetice se využívá dužnina plodů tomelu pro přípravu masek, pleťových vod a krémů. 1 čajová lžička šťávy tomelu se smíchá s 1 polévkovou lžící medu, 1 žloutkem a 1 polévkovou lžící rostlinného oleje. Aby byla směs hustá, přidává se trochu škrobu. Maska se přiloží na tvář na 15 minut a potom smyje teplou vodou. Doporučuje se pro stárnoucí a ochablou kůži, protože vyživuje a ionizuje kůži tváře.

Tenká vrstva kašičky z plodu se přiloží na tvář na 10 minut a potom smyje studenou vodou. Maska se doporučuje pro povadlou kůži. Léčebná kúra je 10-12 procedur.

Topol bílý

Má vysušující vlastnosti. Jestliže se rozmělní a vpraví s medem do oka, pak se zostří zrak. Jeho plody však škodí plicím. Jejich škodlivý účinek odstraňuje lékořice. Náhradní surovinou je platan.

Trnka obecná

Trnka je rozvětvený keř, který je vysoký 1- metry. Mladé výhonky mají načervenalou barvu a mladé listy jsou z obou stran ochmýřené. Květy jsou samostatné. Plod je kulatá nebo okrouhle kuželovitá peckovice černé barvy s voskovým povlakem. Ve stepích roste odlišný druh trnky, jenž se liší větším plodem.

Rostlina je rozsáhle rozšířena v mírném pásmu evropské části Ruska, na Sibíři a v podhůří Střední Asie a Karpat. Trnka roste většinou na jižních svazích su-

chých lesů, v roklích a na suchých strmých březích řek a jezer.

Plody trnky jsou velmi hořké a teprve po prvních mrazících získávají nasládlou příchut' švestek.

V květech trnky byly objeveny pryskyřice, minerální soli, pentozany, hormony růstu rostlin, flavony, glykosidy a kyselina kyanovodíková. V bobulích, listech a kořenech je mnoho tříslovin, obsahují kyselinu jablečnou, pryskyřice, flavonoidy a pektinové látky. V peckách se nachází kyanogenní glykosid amygdalin (až 3 %) a mastný olej (až 37 %).

Užití

Zkušenost lidového léčitelství a homeopatie nasvědčuje tomu, že všechny části rostliny působí léčivě na organismus. Plody trnky obecné mají výrazné stahující účinky a používají se v tradiční medicíně při průjmecích, ale ne jako lék, ale jako potravinářský výrobek.

Jako jídlo se používají čerstvé plody, z nich připravené kompoty, extrakty, odvary a ovocné rosoly. Květy uvolňují zažívací trakt a užívají se při zácpách (i u dětí) a také při onemocnění jater. V homeopatii se květy léčí hnisavá onemocnění kůže a také neuralgie. Odvar kořenů a mladých výhonků se v lidové medicíně používá k výplachům při gynekologických zánětlivých onemocněních. Listy získané v období květu slouží jako močopudný a uvolňující prostředek. Známý homeopat A. P. Popov napsal: „Čaj z listů se doporučuje zvláště lidem, kteří vedou sedavý způsob života." Mírně také snižují množství cukru. Pro nemocné cukrovkou je užitečné, když užívají plod rost-

liny. Mladé dřevo trnky je výborný prostředek na snížení horečky.

Vrba

Její chuť je hořká a trpká. Má úžasné schopnosti. Zvláště silně se projevuje na jaře, když do sebe nasává sílu jarního slunce a sněhové vody. Na Květnou neděli (týden před Velikonocemi) se naši předci šlehali vrbovými proutky. Vzali mnoho vrbových větviček (jako metlu) a začali se jimi šlehat - od chodidel postupovali výše k srdci a potom od chodidel k zádům. Síla, která byla shromážděná ve vrbových větvičkách, přitom přecházela do lidského těla a člověk se cítil jako znovuzrozený. Metlou z vrby se dobře vymetá smetí z domu, ale toto smetí je nutné spálit. Vrbové větvičky mohou sejmout bolest hlavy - položí se dvě větvičky křížem krážem na hlavu člověka a uvážou se šátkem. Vytahuje bolest hlavy horké povahy.

Nejlepší je jíva se žlutými květy. Její povaha je chladná a suchá prvního stupně. Její šťáva pomáhá při horké bolesti hlavy. Jestliže se svaří a odvarem umyje hlava, pak pomůže při lupech a odstraní je. Její vůně posiluje srdce a její olej prospívá žaludku. Jestliže se udělá horký obklad z listů jívy s octem a přiloží na oblast sleziny, rozhání zatvrdliny. Jestliže se člověk koupe v odvaru z ní, pomůže to při dně, ale škodí to mozku. Náhradní surovinou za její květy jsou květy vinné révy. Vdechovat vůni jejích květů je užitečné pro lidi s temperamentní povahou. Posiluje mozek. Jíva je škodlivá pro hrud'. Jestliže se její listy svaří a odvar se vypije, vypudí větry z těla. Jestliže se listy vymačkají a šťáva nakape do ucha, odstraní se

hnisavý výtok. Jestliže se kůra kořene svaří ve vodě a odvarem se omyjí vlasy, obarví se na černo.

O vlastnostech stromů

Keltové (staří předkové Francouzů, Angličanů a Irů) žili v hustých pralesích a na základě své zkušenosti zjistili spojení mezi člověkem a stromem. Tvrdili, že strom stejně jako člověk má určité povahové rysy, přednosti a nedostatky a také vyžaduje určité podmínky k životu. Podle nich má každý člověk svůj strom, který léčí nemoci a pomáhá zbavit se únavy. Když je člověk nemocný, znepokojený a nespokojený, je třeba, aby šel ke svému stromu, dotkl se kmene, postál u něho nějakou dobu a strom mu určitě pomůže.

Stromy a jejich přiřazení k lidem podle narození:

| | |
|------------|---|
| Jabloň - | 23. prosince - 1. ledna, 24. června - 4. července. |
| Jedle - | 2.-11. ledna, 5.-14. července. |
| Jilm - | 12.-24. ledna, 15.-25. července. |
| Cypřiš - | 25. ledna - 3. února, 26. Července - 4. srpna. |
| Topol - | 4.-8. února, 5.-13. srpna. |
| Modřín - | 9.-18. února, 14.-23. srpna. |
| Borovice - | 19.-28/29. února, 24. srpna - 2. září. |
| Vrba - | 1.-10. března, 3.-12. září. |
| Lípa - | 11.-20. března, 13.-22. září. |
| Líska - | 22.-31. března, 24. září - 3. října. |
| Jeřáb - | 1.-10. dubna, 4.-13. října. |
| Javor - | 11.-20. dubna, 14.-23. října. |
| Ořešák - | 21.-30. dubna, 24. října - 2. listopadu. |
| Jasmín - | 1.-14. května, 3.-11. listopadu. |

Kaštan - 15.-24. května, 12.-21. listopadu.
 Jasan - 25. května - 3. června,
 22. listopadu - 1. prosince.
 Habr - 4.-13. června, 2.-11. prosince.
 Fíkovník - 14.-23. června, 12.-20. prosince.
 Dub - 21. března (jarní rovnodennost).
 Bříza - 21. června (letní slunovrat).
 Olivovník - 23. září (podzimní rovnodennost).
 Buk - 21.-22. prosince (zimní slunovrat).

V přírodě existuje energetická výměna mezi jakýmižkoliv živými bytostmi a neživými předměty. Pomocí biolokace se podařilo zjistit, že některé stromy mají schopnosti odebírat energii a jiné ji předávat. Nejdříve odebírají špatnou patogenní energii a pak dávají univerzální energii vesmíru - *pránu*. Kandidát matematických věd A. F. Ošatin pomocí přístrojů odhalil materiální nositele prány - mikroleptony. Jsou to velmi lehké mikročástice s hmotností několikrát menší než elektron.

U 94-96 % lidí odsávají energii osika a topol. Pro některé je takovým stromem smrk. Osika je mistr v odsávání energie jak u lidí, tak i u bakterií. V osikovém dřevu se nikdy neuhnějí hniloba. Na tyto vlastnosti osiky je dokonce poukázáno v Dal'ově slovníku: „Osikou se zařikává horečka a svědění; z její kůry se vyřeže trojúhelník (každá strana znamená jméno Svaté trojice: Otce, Syna a Ducha svatého). Třou se jím do krve dásně a pak se opět přiloží na své místo. Osikové poleno pomůže, jestliže se pletou nohy nebo bolí hlava. Jestliže čarodějové a čarodějnice bloumají po smrti nebo se převrací v hrobě, přibíjejí se osikovým

kůlem. Aby zelí nezksylo, klade se do něho osikové polínko."

Energii předává dub (skoro všem lidem), bříza, borovice a kaštan. Odebírat a dávat energii může nejen samotné dřevo, ale i z něho vyrobený nábytek. Tato vlastnost stromů se odráží v přísloví: „V borovém lese se veselí, v březovém hájí oženit a v smrkovém lese uškrtit." Vzpomeňme ještě na jednu zvláštnost - metly do lázně se dělají převážně z břízy a dubu, což není náhoda.

Praktická doporučení pro bioenergetickou výměnu

Najděte stromy, které odčerpávají a poskytují energii. Ustříhnete proužek staniolu (z čokolády, bonbónů) dlouhý 10–15 centimetrů a široký 2-5 milimetrů. Vezměte jeden konec ukazovákem a palcem a pomalu přistupujte ke stromu. Jestliže se konec proužku staniolu, jenž je volný a směřuje dolů, začne vychylovat ke stromu, znamená to, že má odsávací schopnosti, jestliže je tomu naopak, pak dodává energii.

Nechodte k malým, nebo dokonce nemocným stromům, protože mají málo energie. Jděte k velkým a krásným stromům.

Naleznete velký a krásný strom a snažte se s ním spřátelit. Starejte se o něho, pozdravte se s ním, když přijdete a rozlučte se, když odcházíte. Děkujte mu a buďte k němu upřímní jako k nejlepšímu příteli. To vám umožní zapojit se do intenzivní bioenergetické výměny. Strom vám bude s chutí dávat svou energii a získávat ještě větší z vesmíru, což se na něm příznivě projeví.

Nenechávejte v ložnici nábytek a rostliny, které odsávají energii. Můžete onemocnět, jak se to přihodilo jedné ženě, jež onemocněla astmatem. Nad postelí měla květináč s rostlinou, která odsávala energii. Když ji sundala, poprvé za mnoho let spala klidně.

Kdy je třeba využít stromy odsávající energii a kdy vyživující? Odvést energii je nutné tehdy, když je v organismu nadbytek energie. Tento stav se projevuje bolestí hlavy, srdečními neurózami, osteochondrózou, strumou, bolestí jater a také záněty, popáleninami a zraněními.

Doplnění energie je třeba provést, když pociťujete v organismu její nedostatek. Tento stav se projevuje častými angínami, nachlazeními, žaludečními a střevními poruchami, artritidami a také chronickými onemocněními.

Kovy a minerály

Zlato

Nejlepší zlato je čisté a bez příměsí. Jeho povaha je vyvážená. Jestliže se podrží v ústech, pomůže při onemocnění krku. Jestliže se vpraví do oka, posiluje zrak. Jestliže se tělo maže zlatem nebo se zlato rozdrťí a užije, pomůže to při bušení srdce a posílí to srdce. Jestliže se spálí zlatem kůže nad srdcem, rychle to vyléčí srdce. Jeho užívaná dávka je 0,18 gramů. Prolužuje život a léčí otravy. Škodí močovému měchýři. Jeho škodlivé působení odstraňuje med. Náhradní surovinou je stříbro. Jestliže se zavěsí na krk dítěte zlatý prsten, přestane křičet a plakat a ochrání jej to i před epilepsií. Kdo bude nosit na prstu zlatý prsten, již neonemocní zánětem prstu. Kdo má při sobě zlato, nepozná smutek. Čím více bude zlata, tím radostněji bude u srdce.

Stříbro

Nejlepší je čisté stříbro. Jeho povaha je chladná a suchá druhého stupně. Posiluje a vysušuje hnis a krev. Jestliže rozdrťíte stříbro a vpravíte jej do oka, posílí obal oka. Stříbro patří mezi prostředky, které posilují srdce. Pomáhá při hemoroidech. Jestliže se čisté stříbro podrží v ústech, zažene žízeň. Odstraňuje zápach z podpaží. Jeho užívaná dávka je 0,18 gramů. Škodí močovému měchýři. Náhradní surovinou je tyrkys.

Měď

Její povaha je horká a suchá druhého stupně. Má očišťující a vysušující vlastnosti. Odstraňuje bílý zákal v očích. Její užívaná dávka je 1,47 gramů. Škodí vnitřnostem. Z měděné nádoby není vhodné pít vodu a jíst, protože onemocníte elefantiázou.

Cín

Nejlepší cín je měkký. Jeho povaha je chladná a vlhká. Jestliže se použije obklad s kouskem vaty na pohlavní úd, odstraní poluci. Škodí střevům. Jeho škodlivé účinky odstraňuje klystýr.

Olovo

Jeho povaha je chladná a suchá. Hemoroidy a výsypy, které se vytvoří okolo řitního otvoru, zmizí, jestliže se z olova udělá hmoždír a palička a rozetře se v něm olivový olej nebo olej růže či kdoule a mažou se jím tyto oblasti. Jestli se udělá z olova prsten a navlékne se na prst, vyvolává vyčerpání těla. Jestliže se olověný prsten navleče na strom, který nenese plody nebo je pouští, utuží se a přinese hojnou úrodu.

Železo

Jeho povaha je chladná a suchá a má vysušující schopnosti.

Magnetit

Tento kámen k sobě přitahuje železo a jeho povaha je horká a suchá. Má proplachující účinek. Jestliže jej žena bude držet během porodu, potom snadno porodí.

Toho, kdo jej bude držet, přejdou bolesti rukou a nohou. Pomáhá také při křečích, ale škodí játrům. Jeho škodlivé účinky odstraňuje lékořice.

Diamant

Jestliže se rozlomí, pak se rozštípne na třech místech. Jeho povaha je chladná a suchá. Říká se, že jeho síla je velmi veliká.

Jantar

Dobry jantar je čistý a průzračný. Jeho povaha je chladná a suchá druhého stupně. Má stahující a vysušující schopnosti. Jestliže se jantar rozdrť a mažou se jím zuby, pak jim dodá lesk, očistí je, vybělí a posílí. Posiluje orgány břicha. Potlačuje pohlavní potenci. Zastavuje krev, ať teče odkudkoli. Otok zmizí, jestliže se k němu přiváže jantar. Jeho užívaná dávka je 2,2 gramů. Škodí hlasu. Nejlepší jantar je průzračný, má barvu vosku nebo je červený se žlutavým nádechem. Říká se, že obsahuje trochu tepla, a jestliže bude těhotná žena nosit jantar, nepotratí a úspěšně dítě donesí. Jestliže se jantar pálí, vzniká velmi příjemný kouř - tím se pravý jantar odlišuje od napodobenin. Litevsky je jantar *gintaras* ~ ochránce před nemocemi. Byly v něm objeveny soli jantarové kyseliny, která je biostimulátorem širokého rozsahu. Jako palivo se spaluje v nemocných buňkách a v oslabených orgánech obnovuje životní procesy. Pomáhá při onemocnění brzlíku. U většiny lidí odsává energii, a proto je užitečný při hyperfunkci štítné žlázy, ale je kontraindikován při hypofunkci.

Tyrkys

Pomáhá při žaludečních vředech. Nejlepší tyrkys je z Níšápuru. Jeho povaha je chladná a suchá. Rychle jej ničí olej.

Jaspis

Barvou je podobný masu. Jestliže se pověsí na krk nebo ruku, zbavuje zlých duchů. Jestliže si jej neplodná žena přiváže nad pohlavní orgány, pak rychle otěhotní. Jestliže se pověsí na krk, pomůže při onemocnění žaludku.

Nefrit

Nejlepší je zelený. Je velmi užitečný pro žaludek. Jestliže se přiváže k bedrům rodičky, pak snadno porodí.

Smaragd

Je to zelený kámen. Nejlepší je průzračný smaragd. Jeho povaha je chladná a suchá. Má vysušující schopnosti. Jestliže se zavede do oka, posiluje jej a očistí jej od bílého zákalu. Je užitečný při všech onemocněních žaludku a zastavuje krvácení. Jestliže muž a žena vypijí prášek z tohoto kamene, pak žena otěhotní. Jestliže se nosí na sobě, pomáhá při otravě jedy, malomocenství a vitiligu. Léčí opaření vroucí vodou. Jeho užívaná dávka je 0,18 gramů. Škodí močovému měchýři.

Aristoteles řekl, že jestliže někdo sní kousek smaragdu o hmotnosti 8 zrn ječmene, ochrání se před působením jedů a zvířecího bodnutí. Je nutné jej užít dřív, než jed pronikl do těla, aby se zabránilo poškození,

vypadávání vlasů a loupání kůže. Jestliže se člověk bude na něho dívat, zlepší se mu zrak.

Perla

Nejlepší je čistá a lesklá perla. Její povaha je chladná a suchá druhého stupně. Rozředí vředy. Vysušuje mokré vředy, posiluje oči, chrání je před nemocemi a odstraňuje bílý zákal. Posiluje zuby a dodává jim lesk. Ředí krev v srdci a uklidňuje bolest. Je užitečná pro těhotné ženy, protože chrání plod. Jestliže se perla podrží v ústech, posílí srdce. Jeho užívaná dávka je 0,36 gramů. Škodí močovému měchýři. Jeho náhradní surovinou je dvojité dávkování korálu a perleti.

Křišťál

Je velmi užitečný pro toho, kdo s sebou trhá ve spánku. Jestliže se jím namažou bradavky žen, pomůže těm, které mají potíže s vylučováním mléka.

Alabastr

Jeho povaha je chladná a suchá druhého stupně. Člověku, jenž jej má zasazený do prstenu, nebudou hrozit čáry ani uhrančivý pohled, a spřátelí se dokonce i s nepřitelem. Urození lidé v Indii z něho dělali poháry a pili víno. Jestliže se rozdrťí a práškem se mažou zuby, čistí je.

Korál

Jeden jeho druh je bílý a druhý červený. Vhodnější je červený druh. Jeho povaha je chladná a suchá druhého stupně. Má vysušující schopnost. Posiluje srdce. Jestliže se zavede do oka, posílí obal očí, zastaví slzo-

tok a dodá očím jas. Posiluje zuby a dodává jim lesk. Jestliže se pověsí nad žaludek nebo játra, uklidní bolest. Jeho užívaná dávka je 1,47 gramů. Škodí plicím. Náhradní surovinou je jantar.

Pyrit (markazit)

Nejlepší pyrit má barvu zlata. Jeho povaha je horká a suchá druhého stupně. Má stahující schopnosti, zlepšuje zrak a dodává očím jas. Jestliže se pyrit pověsí miminku na krk, přestane křičet a plakat. Škodí plicím. Jeho škodlivé účinky odstraňuje mléko.

Hematit, krevel

Nejlepší hematit je jasně červený. Jeho povaha je chladná prvního stupně a suchá druhého stupně. Má stahující a vysušující schopnosti. Chrání oči před nemocemi, léčí vředy a zastavuje slzotok. Je užitečný při ekzému očí. Pomáhá při rozpraskaných rtech. Léčí vředy plic a zastavuje chrlení krve. Zastavuje měsíčky, jestliže se vypije nebo zavede do pochvy. Jeho užívaná dávka je 2,2 gramů. Škodí plicím.

Malachit

Jeho chuť je sladká. Jeho povaha je chladná a suchá. Odstraňuje z očí bílý zákal, jestliže se rozdrtí s perlou. Patří mezi jedovaté léky. Je užitečný při všech druzích mokvavých vředů.

Jachont¹⁸

Nejlepší jachont je červené a granátové barvy. Jeho povaha je chladná a suchá. Pomáhá při bušení srdce

a slabosti srdce. Povznáší duši a vede k rovnováze. Zabraňuje polucím. Říká se, že jestliže jej bude nosit žena, pak jí vyschne mléko. Způsobuje srdci velikou radost.

Svou podstatou vyživuje duši, posiluje přirozenou teplotu a očišťuje krev. Chrání před morem. Jeho užívaná dávka je 0,18 gramů. Náhradní surovinou je zlato ve stejném množství.

Lazurit

Nejlepší je průzračný lazurit. Jeho povaha je chladná druhého stupně a suchá třetího stupně. Má silné stahující schopnosti. Rozveseluje srdce silněji než všechny ostatní léky. Pomáhá při melancholii, nočních můrách a při onemocnění vyvolaném černou žlučí. Očišťuje srdce a krev. Zahání strach a starosti. Je užitečný při onemocnění ledvin, odstraňuje bradavice a zlepšuje stav vředů. Před použitím je třeba jej omýt. Škodí žaludku. Jeho užívaná dávka je 1,47 gramů.

Ametyst

Tento kámen má fialovou barvu s načervenalým nádechem. Jestliže člověk bude mít tento kámen při sobě, zbaví se dny. Jestliže jej před tím, než si lehnete, položíte pod své lůžko, zbavíte se ďábelského pokušení.

Karneol

Nejlepší je červený a průzračný kámen. Jeho povaha je chladná prvního stupně a suchá druhého stupně. Má očišťující a stahující schopnosti. Posiluje zrak, odstraňuje bílý zákal a zastavuje slzotok. Posiluje zuby

a dodává jim lesk. Posiluje srdce. Kdo si jej zasadí do prstenu a ten si navleče na prst, zvítězí u soudu nad svým nepřítelem. Jeho užívaná dávka je 1,47 gramů. Škodí krku. Jeho škodlivé účinky odstraňují semena tykve. Jeho náhradní surovinou je jantar.

Mramor

Nejlepší je bílý a měkký mramor. Jeho povaha je chladná druhého stupně a suchá prvního stupně. Má očišťující schopnosti.

Popel

Jeho síla je podobná síle těch látek, z kterých vznikl. Nejlepší je popel dubu. Jeho povaha je horká a suchá a má vysušující schopnosti. Popel vinné révy pomáhá při vředech ve střevech.

Mastek

Dobrá je průzračný talek (mastek). Jeho povaha je chladná prvního stupně a suchá druhého stupně. Má stahující schopnosti. Pomáhá při otocích prsů a varlat. Škodí žaludku.

Jíl

Jeho povaha je vyvážená stejně jako podstata člověka. Rozveseluje srdce a pomáhá při všech typech otrav jedy. Jíl povznáší duši, posiluje ji a zbystřuje smyslové orgány. Nejlepším druhem je ten, který voní po kopru a lepí se na jazyk. Jeho užívaná dávka je 2,94-5,88 gramů.

Skalice

Nejlepší je zelená skalice. Její povaha je horká a suchá druhého stupně. Má stahující a pálivé schopnosti. Vysušuje hemoroidy, okamžitě zastavuje menstruaci a pomáhá při pištěli. Jestliže se rozdrťí a zavede pomocí brku do nosu, vyčistí mozek. Jestliže se smíchá se šťávou meruňky a smění se vypláchne řitní otvor, posílí jej to a zabrání to výhřezu. Odstraňuje ztuhlost.

Síra

Nejlepší je žlutá síra. Její povaha je horká a suchá druhého stupně. Rozředuje a suší hnis a krev. Vykuřování sírou pomůže při onemocnění plic a chronickém kašli, který vznikl z chladu. Jestliže se vykuřuje proti hemoroidům, vyléčí je to a vytáhne. Jestliže se namaže kůže octem, pomůže to při leprě, vitiligu, oparu a ekzému. Užívaná dávka je 1,47 gramů. Škodí játrům. Její škodlivé účinky odstraňuje meloun.

Sádrovec

Nejlepší sádrovec je bílý a lesklý. Jeho povaha je chladná prvního stupně a suchá druhého stupně. Má stahující a vysušující schopnosti. Jestliže se sádrovec smíchá s růžovou vodou a mažou se tím ženská prsa, nedovolí jim tato směs, aby se zvětšovala.

Sůl

Nejlepší je bílá sůl. Její povaha je horká a suchá druhého stupně. Má očišťující a rozpouštěcí schopnosti. Odstraňuje větry z těla. Chrání před plesnivěním, hnitím a tlením. Pohlcuje hustou vlhkost. Jest-

liže si posolíte jídlo, které má chladnou povahu (sýr, ryby), pak se jeho povaha změní a bude horká a suchá. Vyvolává průjem a zvracení. Očišťuje žaludek a hrud' od lepkavého hlenu. Sůl je užitečná pro lidi s vlhkou přirozeností (kapha), ale škodí vyčerpaným lidem. Její užívaná dávka je 1,47 gramů. Jestliže se konzumuje mnoho soli, je důsledkem otupění krve, ztráta jasu v očích, úbytek semene a také ekzém a svědění.

Brusný kámen

Jeho povaha je chladná a suchá. Má očišťující schopnosti. Jestliže se z něho udělá horký obklad na prsa, nedovolí jim zvětšit se.

Soda

Nejlepší je bílá soda. Její povaha je horká a suchá druhého stupně. Má očišťující schopnosti, odstraňuje atrofii a pomáhá rozmělnit jídlo. Díky ní zmizí pihy a také vyrážka na tváři. Jestliže se jejím vodním roztokem omývá tělo, ničí vši. Pomáhá při bílém zákalu v očích. Podněcuje hustou vlhkost. Jestliže se z ní udělá horký obklad, rozežene otok sleziny. Jestliže se z ní a ze šťávy fíku udělá klystýr, pomůže při kolice. Jestliže se jí maže ve směsi s olejem nebo medem pohlavní úd, vyvolává pohlavní touhu. Soda odstraňuje větry z kýlního vaku. Náhradní surovinou je borax.

Energeticko-informační výměna mezi člověkem a nerostem

Již víte o energeticko-informační výměně u rostlin a stromů. Některé rostliny mohou absorbovat patogenní energii člověka a jiné mu předávat dobrou ener-

gii, která lidský organismus vyživuje. Tentýž jev je pozorován i v říši minerálů a kovů. Zjistilo se, že bez ohledu na své malé rozměry vyzařují kovy a minerály silné energetické pole. Jestliže pole minerálu (kovu) rezonuje s polem člověka, posiluje ho, jestliže ne, pak jej ničí a vede k vážným nemocem.

Následující případ vyprávěl J. Andrejev: Jeden muž nosil na ruce náramek z barevně ladících nerostů. Náramek byl velmi krásný a muž jej sundával jej zřídka. Za nějakou dobu se u něho objevily obtíže, ale lékaři nedokázali zjistit příčinu jeho nemoci. Ukázalo se, že příčina spočívá v náramku. Kameny náramku svým polem nerezonovaly s polem člověka, což vedlo k postupnému vyčerpávání energie organismu. Když muž náramek sundal, rychle se uzdravil.

Následující informace vám pomohou zvolit si pro vás nejvhodnější kov nebo minerál podle toho, v kterém znamení jste narozeni:

Beran (21. března - 20. dubna): hyacint, briliant, železo.

Býk (21. dubna - 21. května): achát, rubín, měď.

Blíženci (22. května - 21. června): ametyst, perla, rtuť.

Rak (22. června – 23. července): chryzolit, smaragd, stříbro.

Lev (24. července - 23. srpna): beryl, karneol, zlato.

Panna (24. srpna - 23. září): onyx, safír, platina.

Váhy (24. září - 23. října): karneol, opál, měď.

Štír (24. října - 22. listopadu): topaz, ocel.

Střelec (23. listopadu - 21. prosince): smaragd, tyrkys, plech.

Kozoroh (22. prosince - 20. ledna): chalcedon, granát, olovo.

Vodnář (21. ledna – 19. února): safír, ametyst, radioaktivní uran.

Ryby (20. února - 20. března): jaspis, akvamarín, žádný kov.

Černý diamant odpovídá Slunci.

Diamant (v arabštině „nejtvrdší“) odpovídá Měsíci.

Zlato odpovídá Slunci - zahřívá.

Stříbro odpovídá Měsíci - chladí.

Zasazení kamenů

Beryl a karneol se zasazují do zlata. Hyacint do stříbra. Perla se doporučuje nosit pouze v náhrdelníku. Ostatní drahé kameny se zasazují do zlata nebo stříbra podle přání.

Magické vlastnosti drahých kamenů

Achát - přináší vítězství nad protivníkem.

Ametyst - poskytuje zdravý úsudek a chrání před opilstvím.

Beryl - podporuje pracovitost, ochraňuje před nepřáteli a vyvolává lásku.

Hyacint - způsobuje neplodnost a chrání před vodnatelností.

Diamant - chrání před nepřáteli a u žen během porodu odstraňuje nebezpečí.

Granát - poskytuje zdraví a ochraňuje při cestování.

Smaragd - posiluje zrak a chrání nevinnost.

Korál - chrání během epidemií.

Černý onyx - vyvolává smutek a zlé sny.

Perla - chrání čistotu.

Safír - pomáhá uspět a poskytuje čistotu.

Karneol - přináší štěstí a úspěch.

Selenit - vyvolává lásku.

Topaz - vyvolává lásku.

Chalcedon - ochraňuje před nebezpečím při cestování.

Chryzolit - chrání před dnou.

Jaspis - chrání před nenávisť a jedem.

Tkaniny

Tkaniny mají obrovský vliv na náš organizmus, protože jsme s nimi v neustálém kontaktu. Noste pouze přirozenou tkaninu a podle ročního období si vybírejte látky s teplými nebo chladivými vlastnostmi.

Respektujte zvláštnosti své konstituce a volte oblečení, které ji nepotlačuje, ale uvádí do rovnováhy.

Hedvábí

Jeho povaha je téměř horká. Má pálivé a vysušující schopnosti. Jestliže se spálí a potom sní, rozveselí srdce a zastaví se bušení srdce. Jestliže se nespálí, bude jeho síla ještě větší. Oblečení z něho hřeje mírně jako bavlna. Jeho užívaná dávka je 0,36 gramu. Říká se, že kdo nosí hedvábnou košili, nebudeme mít vši. Hedvábí očišťuje tělo od nadbytku hlenu a černé žluči, posiluje ho. Vyhání starosti ze srdce, povznáší rozum, zlepšuje zrak a zvyšuje pohlavní sílu. Škodí při horkosti. Jeho škodlivé účinky odstraňuje oblečení ze lnu.

Len

Lněné plátno chladí tělo a nedrží se v něm vši. Jestliže se celou zimu nosí lněné oblečení, Člověk je vyčerpaný. Jestliže jej nosí v létě, přibere na váze. Za dávných časů si ženy na Rusi chránili břicho, v kterém probíhalo mystérium vzniku nového života. Nosily oblečení ze lnu. Lněné plátno je nasycené životodárnou silou Země, Slunce a vody. Navíc se na takové

plátno (na podolek košile) vyšívaly ochranné znaky. Vždyť přece na ženě závisí pokračování rodu a to, jaké děti se jí rodí: zda silné a zdravé, nebo nemocné a slabé. Dnes jsme na to zapomněli. Dívky, a dokonce i dospělé ženy nosí kratičké šatičky a vystavují se na odiv zlým očím. Pohled však má zvláštní energii, což je vědecky dokázáno. V krátkých šatech je dívka nebo žena bezbranná před působením temných sil a před nemocemi. Ochraňujte se kvůli svým budoucím dětem!

Vlna, vlněná látka

Její povaha je horká a suchá. Má hřející a vysušující schopnosti. Při jejím nošení se tělo vyčerpá. Nejlepší je obléci si lněné spodní prádlo. Nošení vlněného oblečení je užitečné pro játra a ledviny. Nejlepší vlněná látka je utkaná z vlny jehnátká. Říká se, že jestliže si chodec přiváže na krk kousek vlněné tkaniny, pak ať jde jakkoli dlouho, neunaví se. Jestliže použijete polštář ze zaječí srsti, budete dobře spát. Jestliže se zaječí srst s lékořicí zavede do pochvy, pomůže to otehotnět.

Bavlna

Nejlepší bavlna je bílá. Povaha semen bavlníku je horká prvního stupně a vlhká druhého stupně. Jeho semena zvláčňují, uvolňují a posilují pohlavní potenci. Olej bavlníku pomáhá při hemoroidech a chladné povaze ledvin a dělohy. Zvětšuje pohlavní úd. Oblečení z bavlny zahřívá tělo a zvláčňuje jej. Oblečení z hrubé bavlněné tkaniny působí stejně jako vlněné, ale nevyčerpává tělo. Semena bavlníku očišťují kůži

od neštovic. Dávka je 5,88 gramů semen. Škodlivé účinky bavlníku odstraňuje kořen lékořice. Náhradní surovinou jsou mandle a mák setý, kterých se užívá stejná dávka.

Syntetické materiály

Syntetické oblečení a obuv nás izolují od okolního prostředí, což ochromuje bioenergetickou výměnu a brání v přístupu volných elektronů k akupunkturním bodům. Výsledkem je, že pomalu, ale jistě chřadneme. Všimněte si, že dnešní lidé, zvláště středního a staršího věku, se velmi rychle unaví.

Další léčivé prostředky

Čpavek

Jeho povaha je horká a suchá druhého stupně. Má stahující a vysušující schopnosti.

Holubinec

Obsahuje v sobě nejvíce tepla ze všech druhů výkalů. Pomáhá při všech onemocněních chladné povahy a při otoku tvrdém jako kámen (smíchá se s lněným semenem a přiloží na otok).

Za tři dny zmizí lepra, jestliže se k uzlinám přiloží následující směs: holubinec a ječná mouka se svaří a rozetřou se s malým množstvím dehtu, aby vznikla mast, která se potom přikládá se směsí holubince a mouky z lněných semen. Horký obklad se pak musí ještě jednou vyměnit a přiložit nový.

Jestliže se vypije holubinec červeného holuba s 8,8 gramy skořice, rozmělní se a rozpustí ledvinový kámen, který se pak vyloučí. Holubinec je velmi užitečný i při kolice. Je to pozoruhodný prostředek.

Kadidlo

Nejlepší je bílé kadidlo. Jeho povaha je horká druhého stupně a suchá prvního stupně. Způsobuje zajizvení. Posiluje rozum a léčí zapomnětlivost. Pomáhá při rakovině. Léčí vřed oka. Vykuřování vyvolá růst řas. Odstraňuje svědění. Posiluje srdce, duši a žaludek a odstraňuje nadbytek vlhkosti. Rozpouští kameny a vysu-

šuje vředy. Jeho užívaná dávka je 1,47 gramu. Spaluje však krev.

Kopyto

Nejlepší je kopyto velkého živočicha. Má vysušující schopnosti. Popel všech druhů kopyt zastavuje krvavý průjem a léčí vředy ve střevech. Jestliže se vykuřuje kopytem koně a žena bude stát nad párami, potom snadno porodí dítě. Jeho škodlivé účinky odstraňuje olej.

Moucha

Nejlepší je zelená moucha. Její povaha je horká a vlhká. Má změkčující schopnosti. Pomáhá při nemoci očí, vypadávání řas a ječném zrně. Jestliže se její popel smíchá s medem a namaže se jím kůže, pomůže při plešatosti a také při štípnutí včely.

Mumio

Staří Tibeťané o původu mumia říkali: V létě, když slunce rozpaluje kameny a skály, „potí se“ kovy, které se v nich nacházejí. Tento pot vystupuje ven podobně jako míza škumpy fermežové, tuhne a vytváří mumio. Lidé jej nazývají „krev hor“. Drahy mumia se od sebe liší barvou kovu, z kterého vznikly: zlaté, stříbrné, železné, měděné a cínové.

Existuje mumio, jež se vytváří jako výsledek kvašení exkrementů zvláštního druhu hlodavců, kteří žijí vysoko v horách a živí se vysokohorskými bylinami. Výsledkem kvasných procesů v místech, kde jsou nahromaděny exkrementy těchto hlodavců (v norách, dí-

rách), je neobyčejně léčivá hmota, jež se považuje za druh mumia a využívá se k léčení.

Velmi dávno byl objeven proces mumifikace a „odborníci“ na ni se naučili získávat mumio z těl zvířat, a dokonce i člověka. Toto mumio se nesmí vnitřně užívat, tak lze použít pouze lékárenské mumio.

V Střední Asii se za nejlepší druh mumia považuje černé. Získává se vysoko v horách Pamíru a Ťan-šanu. Jeho povaha je horká prvního stupně a suchá druhého stupně a má rozpouštěcí schopnosti.

Pomáhá při ochrnutí a zkroucení tváře, při pohmožděninách. Říká se, že ve směsi s vepřovým sádlem léčí hluchotu. Pomáhá při onemocnění jater. Užívaná dávka je 1,47 gramu. Škodí slezině. Svou podstatou posiluje srdce a pomáhá při všech otocích a nemocech chladné povahy. Při bušení srdce pomůže 0,36 gramu mumia. Stejně množství mumia s odvarem petržele a čerstvým mlékem pomůže při vředech močového měchýře.

Očištěné mineralizované mumio je temně hnědá, mazlavá a lepkavá hmota, která vlivem tepla rukou měkne a má specifický pryskyřičný pach. Při jeho rozpouštění ve vodě vznikne malá usazenina a má hořkou chuť.

Dávkování a užívání mumia

Vnitřně se horské mumio užívá díky své výborné rozpustnosti spolu se šťávami, vodou, medem, čajem a mlékem. Zevně se používá jako mast nebo kapky, které jsou připraveny se šťávami, lihem či medem.

Je vhodné, aby se mumio užívalo vnitřně nalačno ráno a večer před spánkem. První léčebná kúra trvá

25-28 dnů a při pokročilém stádiu nemoci se opakuje za 10 dnů.

Množství mumia pro jednorázové užití je 0,2-0,5 g v závislosti na váze těla: do 70 kg - 0,2 g, do 80 kg - 0,3 g, do 90 kg - 0,3-0,4 g a více než 90 kg - 0,4-0,5 g.

Mumio je vhodné rozpustit v poměru 1:20 v mléce nebo ve vodě, přidat podle chuti med. Mumio můžete také střídavě ředit šťávami (hroznová, okurková), odvary natě petržele a borůvek, kmínu a vaječnými žloutky.

Užívání mumia při různých onemocněních

Při bronchiálním astmatu, chronických zánětlivých a alergických onemocněních, kašli, angíně, rýmě, kataru horních cest dýchacích a kýčání se užívá 0,2-0,3 gramu mumia ve směsi s mlékem nebo kravským tukem nebo medem. Vnitřně se užívá nalačno večer před spánkem 1:20 a také se toutéž směsí maže na noc povrch zanícené části krku pomocí tamponu, nebo se kloktá (při angíně).

Podle onemocnění je nutné provést 1-3 léčebné kúry. Léčebná kúra trvá 25-28 dnů a po ní následuje desetidenní pauza.

Při neplodnosti mužů i žen, útlumu pohlavní funkce a nekvalitním semenu mužů se užívá mumio vnitřně po 0,2-0,3 g spolu se šťávou z mrkve nebo rakytníku či borůvek jednou až dvakrát denně nalačno ráno a večer před spánkem (v poměru 1:20). Léčebná kúra trvá 25-28 dnů. Požadovaného výsledku se někdy dosáhne, jestliže se smíchá mumio s vaječnými žloutky

a šťávami určitých léčivých rostlin. Posílení pohlavní funkce se znatelně pociťuje již 6.-7. den.

Při hemoroidech se užívá vnitřně nalačno dvakrát denně (ráno a večer před spánkem) po 0,2 g na jednu dávku. Zároveň se maže řitní otvor a konečník do hloubky 1 cm mumiem ve směsi s medem v poměru 1:5-1:8. Vnitřně se užívá 25 dnů a pak následuje desetidenní přerušení. Poté se kúra opakuje, a tak se pokračuje až do vyléčení. Mazání se aplikuje 3-4 měsíce s měsíčním přerušením.

Při zanedbaných hemoroidech dochází k vyléčení až po 6-8 měsících, ne dříve. Nejlepší je užívat mumio ve směsi s broskvovým olejem nebo hovězím tukem (rovným dílem) - brát vnitřně a zároveň mazat (na kúru je nutné značné množství mumia).

Roztokem mumia se mažou hnisavé, zanícené a infekční rány a popáleniny: poranění 1-10% roztokem a napadená místa 2-3% roztokem a mastí.

Při hnisavém zánětu ucha a zhoršení sluchu se mumio užívá vnitřně po 0,2-0,3 g ve směsi s mlékem a medem. Zesiluje odtok hnisu a je protizánětlivé.

Při bolestech hlavy, migrénách, mrazení, závratí, epilepsii a obrně lícního nervu se užívá mumio vnitřně po 0,2-0,3 g ve směsi s mlékem a medem v poměru 1:20. Bere se dvakrát denně (ráno nalačno a večer před spánkem) po dobu 25 dnů, a jestliže je nemoc zanedbaná, opakuje se léčebná kúra za 10 dnů.

Při dyspepsii (pálení žáhy, zvracení, říhání) se mumio užívá vnitřně po 0,2 g s mlékem nebo medem (rozpustit v polévkové lžici čaje nebo vroucí vody). Bere se dvakrát denně (ráno a večer před spánkem) po dobu 24-25 dnů. K vyléčení dochází 10.-15. den.

Při koktání se užívá směs mumia s medem v poměru 1:5 nebo 1:8 po 0,2 g extraktu. Léčbu je třeba provádět po dobu 4-6 měsíců.

Při ženských onemocněních, poruchách tkání ženských pohlavních orgánů (eroze a další) se před menstruačním cyklem a po něm na postižené místo přikládá rouška namočená v roztoku 4% mumia, která se upevňuje tamponem. Léčebná kúra trvá 2-3 týdny a potom se podle potřeby za 10 dnů opakuje. Spolu s prováděnou léčebnou kúrou se doporučuje jednou denně užívat mumio také vnitřně, protože to zkracuje dobu léčby.

Během léčby se doporučuje zdržet se pohlavního styku. Léčbu provádět na noc.

Při krvácení z nosu se nakape do každé nosní dírky směs 0,1 g mumia s kafrovým olejem v poměru 1:5, 1:8 (po 0,2 g na užití). Krvácení zmizí po dvou léčebných kúrách, z nichž každá trvá 25 dnů. Mezi kúrami je desetidenní přestávka.

Při tuberkulóze kostí (kyčelního a kolenního kloubu a páteře) se vnitřně užívá po 0,1-0,2 g dvakrát denně po dobu 25 dnů ve směsi s mlékem a medem v poměru 1:20. Kúra se opakuje po desetidenní přestávce.

Při krvácení z plic se vnitřně užívá směs 0,2 g mumia se sirupy (višňový nebo broskvový) v poměru 1:20. Směs se užívá dvakrát až třikrát denně (večer před spánkem). Nutné jsou 3-4 léčebné kúry po 25 dnech s desetidenní přestávkou. Při těžké formě se v léčbě pokračuje. Mumio lze užívat ve směsi s medem a mlékem ve stejném poměru.

Při zlomenině kostí, zranění hrudníku, vymknutí, pohmožděninách, natažení svalů, trofických kožních

vředech, otocích a popáleninách se preparát užívá vnitřně v dávkách 0,2-0,5 g spolu s mazáním nemocného místa. Léčebná kúra musí trvat 25-27 dnů a střídá se s deseti dny pauzy. Jestliže je to nutné, pokračuje se v mazání po celou dobu léčby bez přerušení.

Při zánětu žil (včetně zánětu hlubokých žil a žil dolních končetin) se mumio užívá vnitřně po 0,25-0,3 gramu dvakrát denně ve směsi s medem a mlékem (1:20) po dobu 20-25 dnů, po nichž následuje desetidenní přestávka. U nemocné končetiny zmenšuje bolest, oteklost a rozsah zasažené oblasti, zvětšuje množství erytrocytů, normalizuje rychlost sedimentace erytrocytů a také počet leukocytů a zvyšuje množství hemoglobinu.

Při paradentóze se mumio užívá vnitřně po 0,2 g jednou až dvakrát denně (večer před spánkem) s mlékem a medem nebo s vodním roztokem 1:20 se současnou zevní aplikací mumia v podobě 5% roztoku. Kúra trvá 25 dnů.

Při radikulitidě a onemocnění periferních nervových kmenů a orgánů opěrného a pohybového systému se bolestivé oblasti mažou po dobu 5-6 minut 8-10% roztokem mumia (nejlépe lihovým). Léčebná kúra trvá 20 dnů a pak je 10 dnů přestávka. Současně se užívá vnitřně s mlékem a medem v poměru 1:20 (0,2 g) a mažou se bolestivé části těla. Dochází k rychlejšímu snížení tonusu zaníceného svalu a mizí bolest a svědění.

Při ekzému končetin je nutné končetiny (ruce nebo nohy) napařit ve vodní koupeli z 5-6% roztoku mumia, které se zároveň užívá vnitřně po 0,2 g dvakrát denně (ráno a večer před spánkem) se šťávou rakytní-

ku nebo rybízu. Napařování končetin je nejlepší provádět před spánkem po dobu 30-35 minut. Kúra trvá 25 dnů a znovu se opakuje po desetidenní přestávce.

Toto onemocnění vyžaduje systematickou a pravidelnou léčbu. Při ekzému je možné místo napařování končetin provést natírání a masáž postižené části těla roztokem mumia s rakytníkovou šťávou a lihem.

Myšinec

Jeho povaha je horká. Jestliže se smíchá s kadidlem a vínem a vypije se, rozpustí močový kámen. Jestliže se zavede do oka, zmizí bílý zákal.

Pijavice

Její povaha je chladná a vlhká. Saje špatnou krev z nemocného místa (na tváři nebo v nose). Jestliže se usuší, rozetře s olejem lilie a maže se jí pohlavní úd, zvětší se. Náhradní surovinou za pijavici je dešťovka.

Pivo

Připravuje se z ječmene a medu. Povaha tohoto nápoje je podobná povaze čistého hroznového vína. Má ředící schopnosti. Pomáhá při růži a odvádí moč. Snižuje horkost a mírní ostrost šťáv. Odstraňuje nevolnost, ale vyvolává zvracení. Jestliže se smíchá s kdoulí, posiluje žaludek a pomáhá při špatném trávení. Škodí ledvinám a močovému měchýři. Jeho škodlivé účinky odstraňuje med.

Sláma

Lepší je v ní neležet, protože podporuje vznik ochrnutí a onemocnění nervů. Poležet ve slámě z ječmene

je užitečné pro člověka s horkou povahou. Jestliže se spálí bobová sláma a jejím popelem se mažou ztemnělá místa ekzému, očistí je a odstraní černé skvrny.

Slina

Nejlepší slinu má postící se člověk. Její povaha je horká a vlhká prvního stupně. Má rozpouštěcí schopnosti a podporuje trávení. Pomáhá při krvácení do oka a bílém zákalu. Odstraňuje pihy a rozháání krevní podlitiny. Dětská slina léčí hemoroidy, jestliže se jí spolu s rebarborou mažou. Slina dětí s horkou povahou léčí ekzém. Veliký fyziolog I. P. Pavlov dokázal, že slina má léčivé vlastnosti.

Vaječná skořápka

Její povaha je chladná a suchá druhého stupně. Jestliže se omyje, rozmělní a zavede do oka, zmizí bílý zákal. Jestliže se smíchá s jádry melounových semínek a maže se jí kůže, tak očišťuje od jizev a rovněž odstraňuje pihy.

Víno

Víno bývá sladké, nakyslé nebo trpké. V malém množství víno uvolňuje, zvyšuje teplotu, povzbuzuje odvahu, usnadňuje spánek a léčí krevní oběh. Příliš velké množství vína narušuje duševní schopnosti, vede k neopatrnosti a ztrátě ostýchavosti. V první fázi opilosti člověk provádí lehkomyšlné činy, ignoruje běžné zvyky a slušné chování a cítí se šťastný. V druhé fázi je jako rozzuřený slon, jedná hříšně a překračuje své morální hranice. V poslední fázi opilosti leží člověk

bez duše jako mrtvý, nic si nepamatuje a kolem něho je jen temnota.

Vlasy

Povaha lidského vlasu je vyvážená, ale také horká a suchá a má vysušující schopnosti. Jestliže se lidský vlas rozemne v olivovém oleji, pak pomůže při otocích hlavy. Vykuřování vlasy je užitečné při křečích dělohy. Jeho náhradní surovinou je vlna. Jestliže se spálí lidský vlas a udělá se z něho zásyp na výhřez řítního otvoru, vtáhne jej dovnitř.

Jestliže vypadávají vlasy, je možné umýt hlavu směsí z vejce, chmelu a medu. Pro čistotu pleti je dobré použít extrakt z květů měsíčku a šťávy okurky.

Vosk

Nejlepší je žlutý vosk. Jeho povaha je vyvážená, spojuje a má změkčující účinek. Jestliže v noze uvázla tříska a nejde vytáhnout, smíchá se vosk s černým dehtem a touto směsí se místo namaže a tříska vyjde ven. Během epidemie moru je užitečné vykuřovat voskem.

Žába

Nejlepší je zelená sladkovodní žába. Její tuk pomáhá při vytrhávání zubů. Jestliže se její krev smíchá s mravenčími vajíčky a čpavkem a směsí se mažou místa, z kterých jsou odstraněny chlupy, pak již nevyrostou. Kůže žáby má vytahující schopnosti. Jeden člověk si v bažině poranil nohu. Rána začala zahrňovat a hrozila amputace nohy. Vzal žabu z bažiny, kde si poranil nohu, stáhl z ní kůži a položil ji na nemocné

místo. Tvrdě spal dva dny (předtím bez velké dávky prášků na spaní nemohl usnout) a obvaz pak spálil, protože celý nasákl hnisem. Za týden rána zarostla. Zjistilo se, že žabí kůže obsahuje látky, které neutralizují jedy, včetně hadích.

Žížala

Nejlepší je červená žížala. Její povaha je horká a suchá. Jestliže se sní s vínem, bude hojné mléko i moč, kámen se rozmělní a pomůže při žloutence. Ve směsi s octem odstraňuje malé i velké hlísty. Jestliže se žížala roztluče s mlýnským prachem a přiloží se k bradavicím, odstraní je. Jestliže se omyje, usuší, rozmělní, pročistí, smíchá se sezamovým olejem a touto směsí se maže pohlavní úd, zvětší se. Jestliže se sní, může uškodit žaludku. Její škodlivé účinky odstraňuje čekanka.

Léčba pomocí vody

Protiová voda

V domácích podmínkách se *protiová voda* získává následujícím způsobem: Dejte pramenitou vodu (nebo převařenou odstátou vodu z vodovodu) do mrazáku. První tenký led, který se vytvoří, je tvořen těžkou vodou. Hrncem vyjměte, vodu přelijte do druhé nádoby a vraťte zpět do mrazáku. Led vyhoďte. Pak počkejte, dokud voda nezmrzne do 1/2-2/3 svého počátečního objemu. Až k tomu dojde, hrncem vytáhněte a nezamrzlou vodu slijte - to je lehká voda s příměsí. Zbýlý led je protiová voda očištěná na 80 % a obsahující izomery, které jsou pro probíhání biologických procesů v organismu nejpříznivější. Led roztopte a používejte k pití a přípravě jídla.

„Živá“ a „mrtvá“ voda

„Živá“ a „mrtvá“ voda se získává elektrolýzou. Připravuje se následujícím způsobem: Nádoba s obyčejnou vodou se rozdělí přepážkou z pevné nepromokavé plachty viny a do každé části se umístí elektroda. Do elektrod se pustí stejnosměrný proud. Voda u anody se při rozkladu molekul sytí kyslíkem, získává kyselou vlastnost a její pH dosahuje 3–4. U katody se aktivně uvolňuje vodík a vzniká zásadité prostředí, jehož pH je 10–11.

„Mrtvá“ voda je kyselá, má vynikající dezinfekční vlastnosti a používá se při nejrůznějších infekcích. „Živá“ voda je zásaditá a pomáhá při překyselení (například při pálení žáhy) a také podporuje vyrovnávání přebytečného záporného náboje těla.

Upozornění: Při elektrolýze se každý kov okysličuje a vylučuje do roztoku své vlastní ionty, a proto je žádoucí, aby byla anoda vytvořena z co nečistšího grafitu. V opačném případě bude organismus spolu s vodou přijímat i přebytek iontů z anody.

„Živou“ a „mrtvou“ vodu je možné s velkým úspěchem využívat při různých očištných procedurách - klystýrech, kloktání, výplachu vagíny a pod. Tyto druhy vody se doporučuje užívat při léčbě ženských onemocnění.

Nejprve se použije „mrtvá voda“ (okyslí organismus, zničí hnilobu a obnoví zdraví). Když bude infekce zničena, použije se „živá“ voda pro urychlení hojení sliznice.

Při gynekologických onemocněních je nutné vagínu vyplachovat „mrtvou“ vodou třikrát až pětikrát denně a na konci dne vodou „živou“. Tuto vodu je také možné použít v klystýrech. Při dysbakteriích užívejte kyselou „mrtvou“ vodu. Po 2-3 klystýrech (jeden klystýr denně) udělejte 1-2 klystýry s „živou“ vodou. Tento postup provádějte několikrát.

Přibližně stejně se postupuje i při zánětech tlustého střeva.

„Živá“ a „mrtvá“ voda mohou být velmi dlouho skladovány a přitom neztrácejí své vlastnosti.

Zařízení na přípravu „živé“ a „mrtvé“ vody se prodává v lékárnách.

Levitovaná voda

Voda může existovat jak v prostoru (nádobu), tak v podobě plochy (rozlitá po ploše), a proto si lze představit, že se voda v prostoru skládá z mnoha vrstev. Ukazuje se, že čím větší je plocha, tím větší jsou energetické možnosti vody. Obyčejným promícháváním vody je možné zvětšit její plochu -jedna vrstva vody sklouzává k druhé, druhá k třetí atd. S vodou, která je tímto způsobem nasycena energií, se v přírodě setkáváme velmi zřídka. Je to voda horských potoků. Voda s hojností mikrovířů se nazývá *levitovaná*. Obsahuje obrovské množství energie.

Levitovaná voda v souladu s výzkumem vědců pomáhá při normalizaci látkové výměny a snadno proniká do pórovitého prostředí. Příznivé posuny v obrazu krve nemocných se projevují již po šesti týdnech pravidelného příjmu levitované vody (přibližně 1,5 litru denně).

Levitovanou vodu je možné získat i v domácích podmínkách - voda nebo nápoj se dá do mixéru, mění se rychlost otáček a zpracovává se po dobu 20-40 sekund.

Křemenná voda

Léčebné vlastnosti křemene byly poznány až zcela nedávno, i když naši pradědové k očištění vody vykládali dna studní křemenem. Nejčastěji se používal černý křemen, jenž dokáže způsobit, že dokonce i zatuhlá voda bude pitná.

Do láhve o obsahu 3-5 litrů (lze i 10 a více litrů) nalijte vodu a postavte ji na světlé místo (ale nesmí na ni svítit slunce - to je závazná podmínka!). Na dno

láhve dejte kousek jakéhokoli křemene a přikryjte ji gázou.

Za 2-3 dny bude voda připravena k použití. Jestliže ji chcete pít jen tak, je lepší vodu napřed převařit, zchladit a potom do ní vložit křemen.

Tato voda zlepšuje zdravotní stav, zvyšuje odolnost organismu proti nemocem, normalizuje stav gastrointestinálního traktu a látkovou výměnu, účinně hojí ranky na kůži a v ústech, zastavuje krvácení z dásní.

V místnosti, kde stojí láhev s touto vodou, se očišťuje vzduch.

Urinoterapie

Moč - *urina* (z latiny) je tekutina, kterou vylučuje lidský organismus močovými cestami. *Urinoterapie* je léčba pomocí moči.

Složky uriny a jejich vlastnosti

Podíváme se na působení uriny na lidský organismus:

1. Hlavní složkou uriny je voda. Voda v lidském organismu a čerstvě vyloučená urina obsahují zvláštní tekuté krystaly. Přírodní voda tyto tekuté krystaly nemá a její molekuly jsou rozloženy neuspořádaně. Předpokládá se, že náš organismus vynaloží na vytvoření těchto struktur v jednom litru vody 25 kilokalorií z vlastní energie. Jestliže tedy aplikujeme urinu vnitřně, šetříme svou vlastní energii, již jsme dříve plýtvali na vytváření těchto struktur. Při pravidelném užívání uriny po dobu několika let se toto šetření může významně projevit na prodloužení délky života člověka.

Voda, která prošla lidským organismem, obsahuje informace o něm. Je to výsledek interakce životní síly člověka a tekutiny a v důsledku této interakce se změní struktura tekutých krystalů.

Jakákoli nemoc má informačně-energetický základ, který se zapisuje v tekutinách organismu. Jestliže takovou tekutinu se „zapsanými údaji o nemoci“ vpravíte do organismu, pak díky tomu najde zdroj „zapsané“ nemoci a pomocí interference ji přemůže. Právě ten-

to jev je základem homeopatické léčby - podobně se léčí podobným. Z tohoto pohledu je naše vlastní urina nenahraditelná tekutina, jež je přirozeně nabitá všemi energiemi a všemi informacemi o našem organismu. Je schopná „odstraňovat“ rozmanité zdroje patologie, a tím očišťovat organismus od nemocí, které se již projevíly nebo ještě dozrávají.

Mnohé potíže u člověka, jenž léčí jednu nemoc, jsou důsledkem ničení zárodků budoucích nemocí. Nebojte se zhoršení, protože přejde za 2-3 dny, maximálně za týden - závisí to na zrající nemoci.

2. Právě vyloučená urina je kyselá a kyselé prostředí samo o sobě uzdravuje.

V přírodě existují dva druhy buněk - rostlinné a živočišné. Rostlinné buňky existují v zásaditém prostředí a živočišné buňky v kyselém prostředí. Lze onemocnět kvůli tomu, že vnitřní prostředí, které je normálně kyselé, začne být zásadité - hnilobné. Hnilobné prostředí je příznivé pro rozmnožení rostlinných buněk, jež svou činností ještě více posilují hnilobné procesy. Takto dochází k tomu, že základem většiny nemocí je tentýž proces - alkalizace s následným hnitím. Abyste se v organismu vyhnuli jakýmkoli hnilobným procesům, je třeba spolehlivě jej okyselit látkami, které obsahují bezpečné kyseliny. Nejlépe je to možné udělat pomocí vlastní uriny. Vždyť tato tekutina byla vyrobena vlastním organismem! Toto zakyselení zbavuje jakýkoli patologický proces jeho základu - alkalizace, hnilobných procesů a dosahuje se rychle a trvale vyléčení.

Urina je nejkyselejší ráno a nejméně kyselá po sněžení jídla. Proto je ranní moč nejužitečnější.

3. V urině je rozpuštěno mnoho solí, a proto je elektricky vodivá. Jestliže nějakým způsobem zvýšíte koncentraci solí, například část vody z uriny odpaříte, pak její elektrovodivá schopnost zesílí. Jestliže takovou urinou mažete tělo, dosáhnete výrazného zvýšení přílivu energie v podobě volných elektronů. Výsledkem bude, že v organismu budou výrazně aktivovány všechny fermentační procesy. Člověk je zdravý do té míry, nakolik jsou aktivní jeho enzymy. U nemocného nebo staršího člověka jsou většinou tyto procesy zpomaleny. Masáž urinou, zvláště odpařenou, dovoluje lidskému organismu doslova načerpat energii a aktivovat fermentační procesy, což vede k celkovému uzdravení.

4. Povrchové napětí uriny je 85-95 % povrchového napětí vody. Malé povrchové napětí zvyšuje povrchovou aktivitu tekutiny, což se projevuje tím, že se v povrchové vrstvě na hranici rozdělení prostředí (tekutina - vzduch, tekutina - olej) vytvoří vrstva, jež má zvýšenou energii, a v níž chemické reakce probíhají aktivněji. Tímto způsobem díky malému povrchovému napětí dokáže urina rozpouštět látky mnohem lépe než voda a díky zvýšené aktivitě povrchu může okysličovat a rozkládat látky chemickou cestou. Například vosku podobné kamínky v játrech a žlučníku, ledvinové kameny a kameny v močovém měchýři se mohou díky okysličování urinou rozpustit a vstřebat.

5. Vzhledem k tomu, že specifická hmotnost krve je 1,052-1,061 jednotky a uriny 1,016-1,024 jednotky, je urina méně viskózní než krev. Z toho vyplývá ještě jedna vlastnost uriny: Při vnitřním užití i při zevním užití v podobě obkladů způsobuje, že hustší tekutiny

(krev a žluč) jsou tekutější, ředí tromby a shluky hlenu v nejrůznějších místech organismu.

Druhy uriny a jejich schopnosti

Zvláštnost užívání uriny spočívá v tom, že jí existuje několik druhů, z nichž každý má kromě společných vlastností i svůj specifický vliv na organismus.

1. První, střední a poslední část proudu uriny

Existuje určitý druh energie, jež neustále „vyživuje“ program rozvoje lidského organismu a udržuje jej v stabilním stavu. A. I. Bějnik ji nazval „energie času“ (*chronální energie*). V podstatě je to individuální potenciál životních sil člověka. U každého člověka je jí přísně určené množství a se ztrátou životní síly nastupuje stáří.

V močovém měchýři se životní energie odráží od jeho stěn a koncentruje v jeho středu. Proto je střední část uriny, jež se nachází v močovém měchýři, nejvíce nasycena životní energií, která odpovídá za zdraví a délku života člověka. Jestliže ztrácíte tuto energii, ztrácíte život; jestliže budete tuto energii (v podobě pití uriny nebo masáže) vracet, prodloužíte si život. Užívání střední části uriny se také říkalo „technika, jež přináší úspěch“.

První a poslední část proudu uriny obsahuje málo životní energie. Navíc obsahuje škodlivé energie, které jsou vytlačeny ze středu močového měchýře.

2. Sudé a liché množství doušek uriny

Urinu je třeba vypít buď naráz, nebo v lichém počtu doušek. Je to kvůli *interferenci* (vlnový jev). Podstata interference spočívá v tom, že dvě stejné vlny se poskládají nad sebou a mohou se neutralizovat, nebo

vzájemně posílit. V prvním případě vliv uriny bude nulový a v druhém posílený. Jestliže člověk pije urinu a přerušit pití, pak následující hlty se mohou na základě interference vzájemně potlačit. Jestliže se urina vypije naráz, k žádnému potlačování nedojde.

Interferenci a dodržování lichého počtu hltů používají doktoři Sučuk a Zubov při nabíjení vody - ve zvláštním přístroji ozářují vodu určitým zářením.

3. Ranní, denní, večerní a noční moč

A. Proud uriny má různou kvalitu podle denní doby. Od 3 do 15 hodin v našem organizmu převládá kyselé období a od 15 do 3 (místního času) zásadité. První moč proto lépe podporuje hojení poranění a vstřebávání otoků, ničí hnilobné procesy a normalizuje vnitřní prostředí organismu. Při výše uvedených obtížích je proto lépe používat tento druh uriny.

B. Ranní moč je nejužitečnější tím, že je nasyce na hormony. Dvě hodiny před probuzením se aktivuje hypotalamus, hypofýza a potom všechny ostatní žlázy. Například vrchol sekrece glukokortikoidů v nadledvinkách a aktivita štítné žlázy a slinivky břišní spadá do časných ranních hodin. Z tohoto důvodu je ranní moč nejužitečnější. Nikdy nepromarněte příležitost použít tento hormonální koktejl. Zvláště užitečná je tato urina při ženských onemocněních (formou pití, zavedení tamponů), protože umrtvuje a lépe hojí poškozené sliznice pohlavních orgánů.

Ranní moč je kontraindikována při některých druzích onkologických onemocnění, které jsou vyvolány nadměrnou produkcí hormonů.

C. V druhé polovině dne a večer je moč nasyce na látkami a produkty denního metabolismu. Je jí možné používat jako potravinový produkt. V noci je vylučována moč související s nemocemi: Je nutné jí užívat brzy ráno (lichý počet doušek) pro vlastní uzdravení.

D. Aktivita ledvin se během dne mění. Ráno a přes den ledviny vylučují vodu, elektrolyt, produkty výměny dusíku; v noci kyseliny, čpavek a vodíkové ionty. Tento fakt ještě jednou ukazuje, že pro okyselení organismu se lépe hodí noční urina, která se vylučuje hned po probuzení. Ta je také nejužitečnější ve všech ohledech, a proto jí používejte ve všech případech: při nemoci i jako celkově posilující prostředek.

E. Vzhledem k tomu, že v našem organizmu probíhá postupné střídání aktivity orgánů, odráží se to na množství a kvalitě látek obsažených v urině. Například jestliže jsou aktivní játra (od 23 do 1 hodiny), pak v tu dobu bude v moči více látek produkovaných játry a jejich metabohtů; jestliže slinivka břišní (od 9 do 11 hodin), pak jejich produktů a metabolitů. Proto je důležité k normalizaci funkce kteréhokoli orgánu znát dobu jeho fungování a tehdy odebrat urinu. Poté ji aktivovat (například ji nechat na temném a chladném místě nebo dovést k varu a prudce zchladit) a pak používat tehdy, když daný orgán pracuje. Například vás bolí žaludek. Ten je aktivní od 7 do 9 hodin. Odeberte moč, která se vylučuje v tuto dobu, umístěte ji do chladničky při teplotě 2–4 °C na 3–4 dny a potom ji užívejte od 7 do 9 hodin ohřátou na teplotu čerstvé nadojeného mléka s cílem léčivě působit na žaludek. Takto je možné postupovat s jakýmkoli jiným orgánem a dosáhnout uzdravení.

4. Urina čerstvá, odstátá, stará, velmi stará, odpařená, zmrazená, ochlazená, urina nasycená různými látkami a aktivovaná urina

V urině právě vyloučené z organismu začínají probíhat specifické procesy, které postupem času velmi mění její vlastnosti.

Čerstvá urina

Tato se užívá hned po svém vyloučení organismem. Má dva druhy: od člověka zdravého a nemocného. Zdravému člověku se doporučuje užívat jako prevence onemocnění, podpora hormonální rovnováhy a za účelem hospodárnosti energetických a materiálních zásob organismu. Pro nemocného je univerzálním lékem.

Odstátá urina

Při chladnutí urina ztrácí řadu vlastností, což vede ke ztrátě životní energie, teploty, struktury tekutých krystalů. Výsledkem je, že přichází o řadu užitečných vlastností.

Urina je odstátá více než hodinu po svém vyloučení z organismu a postupně z ní mizí životní síla. Především se ztrácí fluorescence a vnitřní struktura. Jestliže se používá (pití, masáže), pak do sebe přijímá energii organismu s cílem obnovit původní fluorescenci a strukturu. Je možné a potřebné ji odpařovat.

Velmi stará urina

Jestliže se v urině objeví zápach čpavku, je to znamení rozkladu bílkovin a změna kyselého pH na zásadité. Jestliže na tuto urinu použijeme tvrzení profesora B. P. Filatova o biogenních stimulatorech, jedná se o léčivou tekutinu. Nedoporučuji ji používat k pití, protože může dojít k popálení sliznice jícnu a žaludku.

Velmi starou urinu lze používat zevně jako prostředek, jenž posiluje a stimuluje organismus díky změně jejího pH z kyselého na zásadité a rozpuštění různých usazenin kyselého původu. Žiravý čpavkový zápach pomáhá otevřít póry kůže a podporuje lepší pronikání uriny do organismu člověka. Navíc výsledky výzkumu vědců ukazují, že čpavkový zápach může stimulovat práceschopnost člověka. Jestliže si vzpomeneme na doporučení léčitelů, pak urinu se čpavkových zápachem lze dobře využít pro detoxikaci - odstranění toxinů z organismu, zničení hlístů, očištění cév, odstranění ucpávek, odtržení hnijící tkáně. Sám zápach čpavku (amoniaku) slouží jako prostředek odstraňující toxiny. Výsledkem je očištění organismu.

Několik způsobů užívání velmi staré uriny:

K čištění tlustého střeva od nečistot a parazitů se užívají klystýry s jedním litrem staré uriny, z které vychází slabý čpavkový zápach. Je „odležená“ nejvíce 2-3 dny při teplotě 20 °C. Urina se silným zápachem se nehodí, protože může způsobit popáleniny sliznice tlustého střeva.

K očištění cév a odstranění jejich ucpávek se přikládají obklady z podobné moči; je ji možné použít k očištění zranění a povrchu těla přikládáním obkladů na postižená místa. Nejprve se používá urina se slabým zápachem a postupně se zvyká na stále silnější zápach.

K rozpuštění usazených solí lze také přikládat obklady. Čím delší dobu je sůl usazena, tím více zápachající urina se používá. Aby nedošlo k popálení, namaže se kůže předtím lehce olivovým nebo slunečnicovým olejem.

Močopud - urina odpařená na jednu čtvrtinu své-
ho počátečního objemu. Močopud získáte následující-
m způsobem: Do smaltované nebo skleněné, ale ne
kovové nádoby nalít 400 ml jakékoli uriny (čerstvé,
staré, dětské, smíchané a j.), postavit ji na oheň a va-
řit, dokud nezůstane 100 ml. To je močopud. Uriny
můžete vzít 1 litr, 2 litry a tak dále, ale při odpaření
musí zůstat jedna čtvrtina počátečního objemu. Velmi
dobrou kvalitu má močopud z uriny, která je sesbírána
během dne, ale ještě lepší je urina dítěte do 5 let.

Močopud díky osmóze do sebe nasaje a udrží v so-
bě usazeniny, vodu, hlen, parazity, ale při tom nic ne-
dráždí, ale naopak pomáhá obnovit. Odlehčuje celému
vylučovacímu systému. Účinek užití močopudu je jak
vnitřní, tak i zevní.

Močopud mění svou chuť a barvu. U běžného člo-
věka má velmi hořkou chuť. Hořká chuť má zvláštní
„odtrhávací“ schopnost, jež znamená, že močopud při
kontaktu s polypy tlustého střeva, žaludku, otoky a tak
dále způsobí, že buňky těchto cizorodých útvarů odu-
mírají, odtrhávají se a paraziti vycházejí ven. U mno-
ha lidí po prvních klystýrech s močopudem vycházejí
hlísti, polypy a podobně, na něž nezabraly tradiční
klystýry s vlašovičnickem a dalšími složkami.

Močopud je možné i pít, ale zároveň je třeba pečli-
vě kontrolovat stravování. Jestliže jej člověk vědomě
změní a bude konzumovat kaše, ovoce (v zimě suše-
né ovoce), zeleninu (v zimě dušenou), med, bylinné
čaje, ořechy a luštěniny, pak se u něho vytvoří urina,
která obsahuje málo solí. Po odpařování nemá tako-
vá urina výraznou hořkou chuť a obsahuje málo solí.
Močopud má medovou barvu a pach je svěží, příjem-

ný a balzámový (jako kadidlo). Stimuluje práci srdce
a díky zlatavé barvě působí na „temnou“ patologickou
energii, již vyhání z organismu. Močopud ohromuje
svými léčivými schopnostmi.

Zmrazená urina

Zmrazování moči se provádí v mrazicí části led-
ničky. Postaví se do ní hrnec s močí nashromážděnou
za den a mrazí se tak dlouho, dokud v ní nezůstane
polovina, třetina nebo čtvrtina kapalná a zbytek se ne-
přemění na led. Aby v chladničce nebyl zápach, lze
kastrůlek přikrýt celofánovým sáčkem, který se pevně
uváže.

Výsledkem zmrazování bude led. Dostatečné kon-
centrace moči dosáhnete, jestliže zmrzne 1/2-3/4 te-
kutiny. Led vyhod'te. Zbylá část nasycená minerály,
organickými látkami, neobyčejnými krystaly bude
koncentrovaná a lze ji v chladničce uchovat velmi
dlouho. Při teplotě 0 °C je možné ji skladovat neome-
zeně dlouho.

Zmrazenou moč lze užívat různě. K odstranění tep-
loty a utlumení horečky je vhodná vychlazená v po-
době obkladů a vnitřnímu užití. Ve všech ostatních
případech je možné ji ohřát a užívat. Nedoporučuje
se ji ohřívát více než na 40-50 °C, protože se užitečné
látky začnou rozkládat.

Pomocí zmrazené moči dětí (od jejich narození
do 10 let), těhotných žen (do 3-5 měsíce těhotenství,
a dokonce i výše) a zdravých mladých lidí je možné
dělat „léčivé hormonální koktejly“. Čím mladší je dítě
nebo kratší doba uplynula od začátku těhotenství, tím
silnější je omlazující účinek na organismus staršího
člověka.

Ochlazená urina

Jestliže se čerstvě vyloučená urina dá na chladné (-3 až -4 °C) a temné místo, pak v ní vlivem nepříznivých podmínek vzniknou biologicky aktivní látky. Je to třetí způsob, jak získat z uriny biologicky aktivní látky, ale nejlepší je odpařování.

Urina nasycená různými látkami

Když se přidají do uriny různé byliny a jejich směsí, zvýší se v močopudu obsah stopových prvků, což je vhodné pro nasycení organismu stopovými prvky. Například při odpařování dáte do uriny dvě čajové lžičky suché čepelatky a tuto urinou použijete v podobě obkladů pro minerální „přikrmování“ organismu. Je možné ji přidat do vody při koupeli pro celkové omlazení organismu.

Smícháním uriny s medem nebo cukrem měníme její chuť a nevědomý člověk, když užívá takovou urinou, si myslí, že pije „zvláštní“ lahodný odvar z bylin. Odvar močopudu lze využít ke stimulaci fyzické a duševní práce, ale také pro zvykání si na urinou v první etapě, pro léčbu dětí a pod.

Aktivovaná urina

Jestliže necháme urinou projít přes magnetotron, dobijeme ji. Díky tomu bude aktivnější. Jestliže jakoukoli urinou přivedete k varu, přestaví svou vnitřní strukturu, aby skrz sebe nechala projít velký proud tepelné energie. Abychom tuto strukturu upevnili a potom využívali její zvýšenou úroveň energie k posílení organismu, je třeba urinou poté, co ji dovedeme k varu, prudce ochladit (například v tekoucí vodě). Výsledkem takového ochlazení bude, že dříve získaná superstruktura se „vtiskne“ a vy ji budete moci využít.

Je nutné ji užívat hned po ochlazení (na teplotu čerstvě nadojeného mléka), jinak se struktura rychle rozpadne. Hojivá síla aktivované uriny je několikrát silnější a je možné ji na rozdíl od zmagnetizované uriny užívat neustále.

Zmagnetizovanou urinou je nejlépe používat zevně do koupelí s cílem zvýšit celkovou energetickou úroveň těla. Zvláště vhodná je v případech znehynění a odvodňování - vyrovnává celkový náboj organismu.

Prudce ochlazená čerstvá urina se používá při nemocích a obtížích různého původu vnitřně v podobě pití a zevně v podobě obkladů.

Pomocí kombinování metod můžete ještě zvýšit působení této uriny na organismus. Například jste urinou odpařili do jedné čtvrtiny počátečního objemu, prudce ochladili a hned nechali projít přes magnetotron, namočili do ní bavlněnou látku a udělali obklad. Takovou urinou můžete nalít do termosky, která udrží superstrukturu delší dobu a podle nutnosti použít v obkladech.

5. Urina novorozenecká, dětská, mužská a ženská, těhotných žen, dospělých a stařecká

Novorozenecká urina

Urina dětí v prvních dnech jejich života je velmi kyselá. Velká část dusíku, který je součástí uriny, se vylučuje v podobě močoviny.

Kromě toho je moč novorozenců nasycena informací o rychle se rozvíjejících životních procesech. Tyto zvláštnosti novorozenecké uriny lze dobře využít k potlačení hnilobných a kvasných procesů, když je vnitřní prostředí organismu zásadité a hnije zažíva.

Vnější vyjádřením tohoto hnutí je zápach. Lidem s takovým zápachem těla se doporučuje tuto urinou pít a lidem s dysbakterií tlustého střeva a dalšími poruchami provádět pomocí ní klystýr.

Novorozenecká urina pomáhá při hničících, dlouho se nehojících ranách, gangréně a dalších podobných onemocněních. Díky tomu, že obsahuje mnoho močoviny, ji lze používat jako přirozený močopudný prostředek k odstranění nadbytku tekutin z organismu, ke snížení tlaku cerebrospinální tekutiny, nitrolebečního a nitroočního tlaku, k uzdravení ledvin (zvláště jestliže v nich jsou různé infekce). Posiluje trávicí procesy, potlačuje různá infekční onemocnění, rozpouští v krvi tromby a užívá se také při onkologických onemocněních (vnitřně pití a zevně obklady).

Dětská urina

Její předností (od 1 měsíce do 12-13 let) je nasycenost imunními látkami a programem rozvoje. Člověk, který si přeje zbavit se infekčních, virových a nádorových onemocnění, musí kvůli posílení imunity současně s užíváním dětské uriny očistit vlastní organismus i na buněčné úrovni. K tomu se využívá hladovění a urina, je třeba ovládat své pocity a rozum, správně se stravovat a vést aktivní způsob života. Jako doplňkový prostředek k posílení imunity je možné použít čerstvou dětskou urinou k obkladům a mazání.

Mužská a ženská urina

Má charakteristické zvláštnosti, jež závisí především na hormonálním složení a také intenzitě „zmagnetizování“ mužským nebo ženským základem. Z tohoto důvodu se doporučuje, aby dárce uriny měl stejné pohlaví jako vy. V mimořádných výjimkách a na krát-

kou dobu je možné použít i urinou člověka opačného pohlaví. Dětská urina (od 1 roku do 10 let) vzhledem k tomu, že obsahuje málo hormonů, které jsou zodpovědné za pohlavní odlišnost, může být používána osobami opačného pohlaví, ale nejvýše 1-3 měsíce. Čím mladší je dítě, tím delší užívání uriny, čím starší, tím kratší.

Urina těhotných žen

Je zvláště užitečná a zvláštní. Na složení uriny a jejích vlastnostech se odráží práce organismu matky, fungování dělohy, placenty a organismu dítěte. Takový jedinečný soubor látek a „zapsaných“ funkcí již nikde jinde není.

Urina dospělých (zvláště od 18 do 30 let)

Je z hlediska energie a hormonálního složení vyvážená. Je vhodné ji používat pro vyrovnání fungování organismu člověka ve věku od 40 let výše. K léčbě onemocnění je nutné užívat pouze svou urinou. Jestliže jste se rozhodli využít dárce uriny k stimulaci vlastního organismu, pak si vyberte mladého a zdravého člověka stejného pohlaví a se stejnou konstitucí jako vy.

Seznamte se s jeho způsobem života, zvyky a stravováním. Vnímejte jeho vztah k vám.

Stařecká urina

Vzhledem k tomu, že člověk v tomto věku žije jako bezpohlavní bytost, má sníženou imunitu a narušenou rovnováhu hormonálních funkcí, je to nejméně vhodná urina, kterou je možné použít pouze k léčbě svých různých nemocí a obtíží. Jiní lidé ji mohou užívat pouze tehdy, když je nutné bezodkladně spustit vylučování moči a podobně.

Postupy urinoterapie

Cesta uriny po organizmu člověka při jejím užití ústy

V dutině ústní urina dezinfikuje (proto musí mít kyselou reakci), přemáhá hnilobné procesy a léčí mandle. Jestliže se dlouho kloktá v ústech a krku (okolo 5 minut), posiluje sliznici úst, zabraňuje zubnímu kazu a dezinfikuje zubní sklo vinu díky přechodu stopových prvků z uriny do zubů. Nejlépe je podobnou proceduru provádět večer před spánkem.

Mnozí lidé, kteří se vážně zajímají o urinoterapii, používají urinu místo zubní pasty. Nedráždí sliznici úst, posiluje zuby a dezinfikuje ústní dutinu (zubní pasta nebo prášek vysušují a dráždí).

Kloktání uriny uzdravuje kořeny zubů. Díky „odsávání“ vychází z kořenů zubů hnis a další infekce a do kořenů vstupují minerální látky, což v konečném výsledku vede k posílení zubů.

Přes jícen se urina dostává do žaludku, přitom očišťuje a posiluje sliznici jícnu. V žaludku se urina dlouho nezastaví. Díky rozpouštěcím a odsávajícím schopnostem očišťuje žaludek od patologického hleny. Tomu pomáhá i hořkost, která je v ní obsažena. Díky osmóze nasává tekutinu, a tak proplachuje sekreční buňky žaludku, jež díky tomu lépe fungují. Vzhledem k tomu, že obsahuje enzymy, hormony a protizánětlivé látky, podporuje léčbu a posiluje sliznice. Kyselé vlastnosti uriny přemáhají procesy, které vytvářejí žaludeční vředy, protože tyto vředy jsou destruktivním (rozkladným) procesem, jenž je vyvolán hnitím. Užívání uriny radi-

kálně řeší všechny tyto problémy, čímž se objasňují výborné výsledky při léčbě žaludečních vředů a vředů na dvanácterníku. Urina musí být málo slaná, a proto během léčby vyřaďte kuchyňskou sůl, jezte více zeleniny a kaše a pijte čerstvě vymačkané šťávy.

Ze žaludku postupuje částečně rozředěná urina do dvanácterníku a dále do tenkého střeva. Díky osmóze pokračuje v nasávání vody ze střev, a tak očišťuje stěny dvanácterníku. Projevuje se to zlepšením chuti k jídlu a normalizací váhy. Urina pomáhá normalizovat mikroflóru, a zároveň tak zbavuje tělo houževnatých dysbakterií a nemocí, které jsou s nimi spojeny.

Dál do tenkého střeva urina nepostupuje s výjimkou těch případů, kdy se používá ve velkém množství. Tehdy prochází celým gastrointestinálním traktem a vyvolává uvolnění (projímací účinek) a očištění. Takto se projevuje pouze první 1-3 týdny, protože v dalších se urina vstřebává a projímací účinek je méně výrazný nebo zcela mizí. Stolice je přirozená.

V tenkém střevě probíhá natolik silné rozředění uriny vodou, že kvůli osmóze se začíná vstřebávat. Je třeba vědět, že léky a látky škodlivé pro organizmus jsou zadržovány střevní stěnou (tenké střevo plní také vylučovací funkci) a odstraňovány přes řitní otvor ven. Tím se objasňuje účinek očištění uriny při jejím opakovaném zavedení, kdy se zakalená tekutina mění na průzračnou, která při vyloučení z organismu již není tak nasycena škodlivými látkami, ale odchází jako nadbytečná voda. Škodlivé látky se dostávají ven střevy.

Když se vstřebá skrz stěnu tenkého střeva, dostává se do krve. Zde se začínají projevovat kladné a léčivé vlastnosti látek, jimiž je nasycena. Urina, která se užívá časně ráno nalačno, se vstřebává jen málo změněná; jestliže se urina užívá během dne, pak se vlivem trávicích enzymů mění.

Když se urina dostane do krve, rozřeďuje ji a způsobuje, že je tekutější. Protože se veškerá krev z gastrointestinálního traktu dostává do jater, tak se první příznivé působení projevuje právě na ní. Játra se očišťují, normalizuje se jejich funkce a žluč je méně viskózní. Zředění žluče napomáhá tomu, že se pevné konglomeráty a nánosy, které se v ní vytvořily, postupně rozřeďují a mizí. Jestliže jsou v močovém měchýři kameny, pak jsou rovněž vystaveny působení uriny a také se postupně rozpouštějí. To je jedna z příčin úspěšné léčby žloutenky a žlučových kamenů vlastní urinou.

Když urina projde játry, látky, jimiž je tvořena, jsou roznášeny krví do celého organismu a mají na něho následující kladné účinky: interferenční vliv na ložiska, kde se vytvářejí nemoci; hormonální regulace díky zpětnému spojení se žlázami s vnitřní sekrecí; přítomnost rozpouštěcích činitelů (enzym urokináza a další) pomáhá rozpouštět tromby v krvi a aterosklerotické pláty na stěnách cév; močovina jako přirozený močopudný prostředek odvádí vodu, která vyvolává otoky; působí protirakovinně, včas přemáhá mikroskopická ložiska nádorů a působí preventivně proti vzniku nádorů; stimuluje činnost srdce a ledvin a pomáhá organismu, aby byl po všech stránkách zdravý.

Když urina projde všemi tkáněmi našeho organismu, zanechá vše nepotřebné v oblasti střev, promyje,

očistí a stimuluje. Urina v podobě nadbytečné tekutiny, která se vytvoří v ledvinách, očišťuje a uzdravuje ledvinovou tkáň. Urina se poté vylučuje ven v podobě strukturované vody, která je nasycená informacemi o našem organismu.

Jestliže je v organismu člověka zánět, jenž je vyvolán nemocí jakéhokoli orgánu nebo tkáně, přemůže jej díky okyselení prostředí a zničené obnoví pomocí bílkovin. Právě tento účinek uváděl Armstrong, když říkal, že žádná jiná léčba kromě urinoterapie nepomáhá obnovení poničených orgánů.

Jestliže budete pít dětskou urinu, pak k výše uvedenému přidejte ještě posilující vliv na imunitu a omlazující účinky.

Cesta uriny po organismu člověka při jejím užívání v klystýru

Při užití uriny ústy působíme převážně na horní část gastrointestinálního traktu. Užitím uriny při klystýrech je umožněno ovlivňovat tlusté střevo, ale nezasahuje se do tenkého střeva. Pití a klystýry umožňují působit na celý gastrointestinální trakt.

Urina (její různé druhy: odpařená do 1/2-1/4 počátečního objemu, dětská, aktivizovaná chladem, nasycená stopovými prvky atd.) je nejlepší prostředek pro klystýry. Splňuje hlavní kritérium - bezpečnost. Nelze předávkovat. Dezinfikuje oblast tlustého střeva a nevyvolává podráždění stěn. Přirozeným způsobem normalizuje pH prostředí, přemáhá patogenní mikroflóru tlustého střeva a neničí normální mikroflóru. Díky osmóze nasává do oblasti střeva vodu a stěny tlustého střeva očišťuje. Svými protizánětlivý-

mi schopnostmi urina výborně obnovuje sliznici, jež je zničena zánětem tlustého střeva. Vyhání radikálně, ale jemně všechny parazity, kteří žijí v tlustém střevu. Urina odlehčuje tlustému střevu, normalizuje jeho činnost, a pozvedává tak imunitní ochranu a zlepšuje kvalitu života.

Cesta uriny po organizmu člověka při jejím užívání přes nos

Proplachování nosohltanu zaváděním uriny přes nos a její vyplivování ústy je velmi silný uzdravující léčebný prostředek. Nosní dutina je hojně opatřena nervovými zakončeními a podráždění různých částí sliznice nosu ovlivňuje jak funkci jednotlivých orgánů a systémů, tak i celý organismus.

Jak vyplachovat nosohltan (rada čtenáře):

„Nyní vyplachuji nosohltan urinou. Je to velmi dobré při rýmě. Chci se podělit o radu, jak vyplachovat nosohltan malým dětem. Vezmeme balónek (na klystýr) a nabere do něj urinu. Dítě nakloníme nad vanu (je lepší to dělat ve dvojici) a promýváme nejprve jednu nosní díрку. Aby dítě urinu z nosu nepolklo, hned přidržíme jazyk a vypláchneme balónkem krk. Veškerý hlen vyjde ven. Totéž provedeme i s druhou nosní dírkou. Abychom lépe vypláchli Highmorovy dutiny, je třeba před tím, než nalijeme do nosu urinu, dítěti nahnout hlavu na stranu a až potom vyplachovat. Účinek uvidíte sami. My jsme tak léčili při bronchitidě a všichni se divili, že jsme dceru za týden vyléčili. Aby vyšel hlen z hrudi, pak před tím, než nalijeme urinu, stlačíme lžičkou kořen jazyka a dítě pak odřihne hlen, který moč vytáhne. Tchýně tímto způsobem

zachránila svého muže před bronchiálním astmatem. Od narození míval bronchitidy a ve dvou letech mu selhala plíce. Tchýně říká, že když začala poprvé čistit, vycházely černo-zelené chuchvalce. Tehdy to však nedělala urinou, ale solným a sodovým roztokem, protože urinoterapie ještě nebyla známa. Bylo to před 18 lety a o tomto způsobu jí pověděla zdravotní sestra."

Čichové receptory, které leží v nosní dutině, jsou úzce spojeny s hypotalamem, který spolu s hypofýzou kontroluje činnost většiny žláz s vnitřní sekrecí. Když se urina s látkami, jež jsou v ní obsažené, dostává do dutiny nosní, dráždí tyto látky čichové buňky a sliznici a zároveň působí na hypofýzu. Kromě toho látky, které jsou obsaženy v urině, jsou schopné proniknout do mozku přes kost čichovou a projevit své působení přímo. Toto působení se řetězově rozšiřuje na celý organismus: hypotalamus - hypofýza - endokrinní buňky - žlázy - buňky organismu. Tak se realizuje zdvojená zpětná vazba, která přes urinu pomáhá vyrovnávat a koordinovat činnost organismu, jeho vnitřního prostředí, a tedy vyléčení a uzdravení organismu.

Metody užívání uriny prostřednictvím klystýrů Očista tlustého střeva

Nejlépe je začít s klystýry s vlastní urinou, kterou před použitím ohřejete. Starou urinu převaríte a ochladíte na teplotu čerstvě nadojeného mléka. Vzhledem k účinnosti těchto klystýrů je dávkování malé - od 500 do 1 000 ml uriny na jednu proceduru. Po 10–15 procedurách, jež se provádějí přes den (po vyprázdnění), je vhodné udělat stejný počet klystýrů

s odpařenou urinou. Klystýry lze provádět s urinou odpařenou do 1/2 nebo 1/4 počátečního objemu. Dávkování je třeba postupně zvyšovat (od 50 do 500 ml) a přidávat s každou následující procedurou po 50–100 ml. Když dojdete k 500 ml, začnete dávkování postupně snižovat. V budoucnosti je třeba podobné klystýry provádět podle zdravotního stavu.

Urinu je možné doplnit solemi a stopovými prvky (například z čepelatky). Při odpařování se do uriny dá polévková lžice suché čepelatky nebo se přidá bylinný čaj (čím rozmanitější složení bylin, tím lépe). Ze 2 litrů můžete při odpařování do 1/4 počátečního objemu získat 500 ml odpařené moči, která je nasycená stopovými prvky a solemi. Mimochodem lépe se skladuje a má jiný pach.

Výplachy specifické pro ženy

Urina účinně ovlivňuje ženskou pohlavní oblast. Výplachy pochvy urinou a tampony z ní pomohou obnovit sliznici a vyléčit mnoho ženských onemocnění. K tomu je potřeba pravidelně vyplachovat pohlavní orgány čerstvou a odpařenou urinou pomocí gumového balonku. Potom tuto proceduru provádět jako prevenci.

Metody užití uriny přes kůži

Očista organismu přes kůži

K očistě je vhodná masáž nebo mazání těla urinou odpařenou do 1/4 počátečního objemu. Objevení výsypu na kůži ukazuje, že očistný proces začal a usazeniny vycházejí přes kůži. V masírování nebo mazání těla pokračujte až do úplného očištění kůže. Jestliže je výsypů

příliš mnoho, počkejte 1-2 dny (lze hladovět) a poté znovu provádějte masáž. Zároveň s tímto zbavováním organismu nánosů aplikujte klystýry, protože tak ulehčíte organismu práci a urychlíte očistný proces.

Léčba, energetická stimulace a „přikrmování“ organismu stopovými prvky

K tomuto cíli je vhodná masáž, mazání a také koupele s přidáním uriny. Procedura trvá od 15 minut do 2 a více hodin. Obklady na spodní část chodidel skvěle stimulují energii organismu.

K léčebným cílům je vhodnější chladem aktivovaná dětská a stará urina (ale ne více než 2-3 dny odstátá).

K vstřebání solí se výborně hodí velmi stará urina, která je odpařená do 1/4 svého počátečního objemu. Její štiplavost (díky čpavku) rozšiřuje póry kůže a zvýšené množství solí pomáhá díky osmóze „vytahování“ usazenin z organismu. Jestliže se naopak po užívání takovéto uriny objeví zhoršení, pak zkuste odpařenou urinou. Jestli bude vyvolávat potíže, jež nepatří mezi reakce na očistu, pak procedury přerušte, protože probíhá „přetahování“ solí z uriny do nemocného místa na základě pravidel osmózy. V tom případě použijte jiné očistné procedury (léčbu šťávami, hladovění a j.).

K energetické stimulaci je vhodná urina, která je aktivizovaná magnetickým polem a odpařená na 1/4 počátečního objemu. Odpařenou urinou můžete navíc aktivovat magnetickým polem.

Cílevědomé působení na nemocné orgány

K cílevědomému působení použijte masáž částí těla a také obklady z uriny.

Metoda cílevědomého působení na nemocné orgány je neuvěřitelně jednoduchá. Namočte vlněnou látku do odpařené uriny. Přiložte ji na kůži, shora přikryjete celofánem nebo voskovaným plátnem a upevněte elastickým obvazem.

Aby si kůže zvykla a nedošlo k silným reakcím organismu, nechte obklad jen jednu hodinu. Dobu postupně prodlužujte a ponechávejte obklad na celou noc. Ráno kůži opláchněte teplou vodou.

K cílevědomé stimulaci oslabených a nemocných orgánů je vhodné mazat kůži nebo přikládat obklady v souladu s dobou práce orgánů během dne, lunárním cyklem a ročním obdobím.

Na obklady vyzkoušejte různé druhy uriny a zůstaňte u té, která je pro vás nejvhodnější.

Velmi dobré jsou obklady nohou z různých druhů uriny, kdy se namáčí vlněná nebo bavlněná ponožka do uriny a obléká se na nohu. Na ponožku se natáhne celofánový sáček a nahoru ještě jedna ponožka. Nechá se působit přes celou noc.

Pro kosmetické účely je nejlepší používat urinou čerstvě aktivovanou (chlad, magnetické pole) nebo odpařenou. Mazejte si jí tvář, ruce a krk. Po uschnutí opakujte tuto proceduru ještě několikrát a umyjte teplou vodou bez mýdla (poslední omytí proveďte chladnou vodou). Tyto části těla můžete masírovat urinou, již potom umyjete. Je užitečné vysledovat, kolik uriny vaše kůže vstřebává (20-30 ml stačí). Výsledkem bude, že kůži na tváři a rukou budete mít nádhernou.

K růstu vlasů je nejvhodnější stará, dětská a aktivovaná **urina**. Tyto druhy uriny lze vtírat do kořenů vlasů nebo z nich dělat zábaly.

Jak mazat tělo urinou

Při mazání **používejte** lehké hladící pohyby rukama. Působení lze zesílit až do objevení lehké bolesti a potom znovu přejít na hladivé pohyby. Jestliže se během hladovění (pije se jen voda a urina) neprovádí mazání urinou, pak se příznivého účinku hladovění ne vždy podaří dosáhnout kvůli velkému zatížení srdce. Jestliže se tělo maže urinou, pak se zatížení do značného stupně snižuje a hladovění probíhá mnohem snadněji.

Zvláštní doporučení, kterých je nutné se držet při zavádění uriny přes kůži: V první a třetí fázi lunárního cyklu je nejlépe vpravovat látky, jež se nacházejí v **urině**, dovnitř organismu. V druhé a čtvrté fázi lunárního cyklu je organismus zaměřen na vylučování, a proto používejte urinou pro očištění kůže.

Po masáži a dalších procedurách, které souvisejí s kůží, urinou opláchněte po oschnutí kůže za 2-5 minut teplou vodou a potom chladnou. Poté se utřete ručníkem.

Při těžkých onemocněních je třeba dělat masáž nebo automasáž dvakrát až šestkrát denně od 15 do 2 hodin. Tehdy se zřetelně projeví léčebný účinek.

Způsoby použití uriny přes oči, nos a uši

Prevence a léčba organismu

K prevenci a léčbě je vhodné promývat nosohltan jednou, dvakrát i vícekrát denně podle stupně onemoc-

nění organismu. Jestliže je v urině velmi mnoho soli, a dráždí proto nosohltan, zřed'te ji teplou vodou. K prevenci je nejlepší použít vlastní čerstvou urinu a urinu dětskou a aktivovanou chladem (před použitím ohřát). K léčbě kromě uvedených způsobů použít i odpařeně druhy uriny (1/2, 1/3, 1/4) buď rozředěné s čerstvou urinou, nebo i bez ní.

Obnovení sluchu a prevence ušních onemocnění

Kapat různé druhy uriny do uší po 5-10 kapkách několikrát denně. Lze vyzkoušet všechny druhy uriny a vybrat si tu, která je pro vás nejvhodnější.

Kapání uriny do očí

Tato procedura dovoluje očistit a uzdravit oči. Kape se z kapátka po 3, 4, 5 i více kapkách do každého oka. Procedura se opakuje jako prevence jednou denně. Ve vážnějších případech lze provádět i častěji až do úplného uzdravení. Kapání z kapátka můžete nahradit ranním vyplachováním očí.

Pravidla při užívání uriny ústy

Předtím, než začnete aplikovat urinu přes ústa, se seznamte se základními pravidly:

1. musí se použít střední dávka (proud) uriny s výjimkou případů hladovění; z ranní (první) uriny je třeba vždy brát pouze střední část;
2. urinu je třeba vypít najednou;
3. nejvhodnější je ranní urina, zvláště mezi třetí a šestou hodinou;
4. je třeba denně vypít nejméně jeden litr tekutin (nejlépe protiové vody);

5. není vhodné užívat urinu, jestliže aplikujete medikamentózní léčbu; mezi ukončením užívání léků a začátkem urinoterapie musí být odstup nejméně 2-4 dny;

6. při intenzivních formách užívání uriny ústy (tříkrát i vícekrát denně) se musí z jídelníčku vyřadit sůl a je nutné používat méně bílkovin. Vyhněte se rafinovaným a syntetickým produktům: cukru, jemně namleté mouce, konzervám, salámům a sýrům. Některým lidem se doporučuje vyřadit mléčné výrobky. Kořeněná jídla způsobují, že pach a chuť uriny jsou nepříjemné, a proto je vypusťte z jídelníčku.

K zahojení dutiny ústí a mandlí

Je třeba kloktat čerstvou urinou po dobu 0,5-2 minut. V případě silného postižení sliznice dutiny ústní a při hnisajících mandlích (folikulární angína) je nutné po jedné minutě kloktání čerstvé uriny kloktat urinu odpařenou do 1/2 a dokonce 1/4 počátečního objemu (jestliže došlo ke změně stravování a urina již není tak nasycená solemi). K tomu lze ohřát na teplotu čerstvě nadojeného mléka dříve odpařenou urinou (je možné ji uchovávat v chladničce) v množství 50 ml a kloktat.

K posílení zubní skloviny

Čerstvou urinou je třeba vyplachovat ústa po dobu 30 minut. Lze použít i odpařenou urinu až do 1/2 počátečního objemu a také urinu nasycenou solemi čepelatky. Která urina je pro vás nejvhodnější, rozhodněte na základě vlastní zkušenosti. Při dlouhotrvajícím vyplachování navíc probíhá léčba organismu prostřednictvím chuťových buněk, jež leží na jazyku.

Uzdravení žaludku a dvanácterníku

K uzdravení žaludku a dvanácterníku se užívá čerstvá urina nalačno před jídlem dvakrát až třikrát denně po 100 ml. Postupně se k čerstvé urině přidává odpařené do 1/2 počátečního objemu: například 80 ml čerstvé a 20 ml odpařené; za 2 dny 70 ml čerstvé a 30 ml odpařené a tak dále, dokud nedosáhnete potřebné kombinace nebo účinku. Kromě těchto druhů uriny lze použít dětskou a aktivovanou chladem. Všechny tyto druhy uriny pomáhají obnovit sliznici a léčí vředy. Zároveň je užitečné věnovat pozornost svému stravování a způsobu života. Jestliže nenaleznete příčinu nemoci, pak bude účinek léčby krátkodobý.

K potlačení dysbakteriózy v tenkém střevě pít čerstvou (aktivovanou chladem nebo dětskou) urinou dvakrát až třikrát denně před jídlem po 50–100 ml. Vyloučit jídlo z kvasnic. Nejíst po 16. hodině.

K léčbě žlučových kamenů a jaterních onemocnění pít třikrát denně před jídlem 50–100 ml uriny najednou.

Při jakémkoli infekčním onemocnění pít v období zhoršení nemoci najednou 50-100 ml.

K zvýšení imunity pít dětskou urinou jednou až dvakrát denně po 50-100 ml.

Jako potravinový doplněk a prevenci pít po 100-200 ml dvakrát až čtyřikrát denně. Lze osladit medem nebo cukrem.

K rychlému očištění celého gastrointestinálního traktu pít veškerou urinou shromážděnou za den po dobu dvou až čtyř dnů. Proceduru je vhodné za týden zopakovat. Takto užívat tuto urinou v druhé a čtvrté fázi lunárního cyklu. K posílení účinku lze k běžné urině přidat odpařenou.

Jako močopudný prostředek a při srdečních onemocněních pít dvakrát až třikrát denně 100 ml uriny, dokud nedosáhnete požadovaného účinku.

Kombinace urinoaterapie a hladovění umožňuje nejsilněji ze všech ozdravných prostředků působit na organismus a stimulovat životní sílu k zotavení.

Jedinečné způsoby očisty organismu

Očista tlustého střeva

Klystýry se od pradávných dob považují za neúčinnější a nejdostupnější prostředek k očištění nejen tlustého střeva, ale i celého organismu. Pomáhají člověku zbavit se 80 % nemocí, a proto tento jednoduchý a účinný způsob obnovení zdraví nepřehlížejte.

Klystýry stimulují tlusté střevo k vyprazdňování. Dělalji se pomocí 50–100 ml gumových balonků. V 50–100 ml teplé vody se rozpustí 1 čajová lžička kuchyňské soli nebo oleje nebo mýdla. Pro klystýry lze použít čerstvou nebo odpařenou urinu.

V případě úporné zácpy se dělají klystýry z jednoho druhu oleje - 50 až 200 ml rostlinného oleje (slunečnicového, olivového, sezamového, lněného, koprného) se ohřeje na teplotu těla a zavede pomocí gumového balonku.

Léčivé klystýry léčí nejen sliznici tlustého střeva, ale také se vstřebávají do krve a podporují uzdravení organismu jako celku. K získání léčivých směsí se do teplé vody přidávají různé látky a odvary z bylin.

V tomto případě je lépe použít malý objem léčivého klystýru (od 50 do 200 ml) a udělat jej na noc.

Například nálev heřmánku podporuje zastavení tvorby plynů v tlustém střevě a má slabě stahující účinek na sliznici. Zavaří se polévková lžice heřmánku na

200 g vody. Na jeden klystýr se používá 4-6 sklenic nálevu.

Při chronických zánětech tlustého střeva se užívá roztok hypermanganu (voda pak musí mít bledě růžovou barvu).

K vyloučení polypů a parazitů se používají klystýry z uriny odpařené do třetiny nebo čtvrtiny počátečního objemu. Při patologii na sliznici, která je způsobena bakteriemi, je nejlepší užívat „živou vodu“ (voda se zásaditými vlastnostmi).

Jak správně provést očištný klystýr

Je k tomu třeba Ezmarchova nádoba a gumová hruška o objemu nejméně 100 ml. Klystýr je vhodné provádět po vyprázdnění tlustého střeva ráno nebo večer.

Nalijte 1-1,5 litru uriny do Ezmarchovy nádoby, pověste ji do výšky, která nepřesahuje 1,5 metru nad úroveň podlahy. Konec trubice namažte olejem nebo vazelínou. Zmáčkněte trubici, aby tekutina nevytekla (jestli má kohoutek, uzavřete jej). Klekněte si a lokty se opřete o podlahu (pánev musí být výše než ramena), zaveďte trubici do hloubky 10-25 centimetrů a vpusťte kapalinu do tlustého střeva.

Potom je třeba si lehnout na záda a zvednout pánev. Užitečné je udělat stoj na ramenou nebo dát nohy za hlavu. V této poloze zůstaňte 30-60 sekund. Potom klidně ležte na zádech nebo pravém boku 5–15 minut, dokud se neobjeví silné nutkání na stolicí. Když se dočkáte nutkání, jděte na toaletu.

Mikroklystýry

Při energetickém narušení rovnováhy organismu (dehydratace, sucho a snížení schopnosti organismu vytvářet teplo) se užívají klystýry s mlékem a olejem.

Pomocí gumové hrušky se tato směs zavede dovnitř do tlustého střeva (tuto proceduru se doporučuje provádět do západu slunce). Potom je třeba ležet. Většinou organismus udrží tuto směs tak dlouho, jak je potřebné. Výsledkem této procedury je, že sucho a chlad, které v organismu vyvolávaly výše uvedené jevy, jsou absorbovány a neutralizovány. Suchost a tuhost se neutralizuje vlhkostí mléka a jsou zmírněny olejem. Chlad zmizí vlivem teploty, která je obsažena v mléce a jež se navíc objevuje při jeho kysání. Po 2-3 takovýchto mikroklystýrech je stolice většinou měkká a lehká. Kromě toho se přirozeně normalizuje mikroflóra střeva.

1. směs: 100 ml mléka, 20 g přepuštěného másla - pomáhá při zácpě, tvrdé stolici, plynatosti a vysušeném a dehydratovaném organismu.

2. směs: Základ je stejný jako u první směsi (mléko a přepuštěné máslo), k tomu trošku zázvoru nebo pepře (černého nebo červeného). Tato směs navíc v organismu potlačuje hlen a zvyšuje jeho schopnost vytvářet teplo, a proto ji lze doporučit plnějším a flegmatickým lidem.

3. směs: Základ je stejný jako u první směsi, ale navíc se přidává 1/2 čajové lžičky (5–10 g) kuchyňské soli, jež zesílí účinky první směsi.

4. směs: Základ je stejný jako u první směsi, navíc se přidává 1/2 nebo 1 polévková lžice nasyceného odvaru pelyňku, nebo 1/2 čajové lžičky rozmělněného česneku. Pomáhá při žlučnických obtížích.

Vyzkoušejte všechny varianty a vyberte si tu pro vás nejvhodnější.

Očista jater pomocí bylin

Kromě olivového oleje a citronové šťávy se k očištění používají i prášky z bylin.

První den (předvečer léčby): Do 21. hodiny připravit prášek ze semen kopru, fenyklu, koriandru a kmínu (po 1 čajové lžičce). Semena nasypat do mlýnku na kávu a semlít na moučku. Jestliže nemáte semena fenyklu, pak místo něho vezměte dvě dávky semen kopru (fenykl je silnější než kopr). Prášek vysypte do skleničky.

Kopr, fenykl, koriandr, kmín a anýz mají výrazné „větrné“ vlastnosti a způsobují, že je žluč tekutější. Játra a žlučník nutí stahovat se a vypuzovat žluč a spolu s ní i usazeniny.

Kromě toho mají semena těchto rostlin výrazné fytoncidní vlastnosti a silně působí na patogenní organismy, které pobývají v gastrointestinálním traktu, játrech, žlučníku i samotné žluči.

5 čajových lžiček listů senny umlít v mlýnku na kávu a nasypat do druhé skleničky.

8 čajových lžiček kořene rebarbory umlít v mlýnku na kávu a nasypat do třetí skleničky. Kořen rebarbory můžete nahradit 8 čajovými lžičkami řešetláku.

Ve svých knihách jsem několikrát poukazoval na to, že hlavní tajemství úspěšné očisty jater je silné uvolnění. Některým lidem se z různých příčin nedaří uvolnit a u jiných energie nedokáže nalézt správný směr - dolů.

Když užíváte sennu a rebarboru - rostlinné uvolňující prostředky - nejen aktivujete energii, ale také ji směřujete dolů - k odchodu. Výsledkem užívání těchto rostlinných prostředků je, že se v organismu aktivují potřebné energie, ředí se žluč, ničí se kolonie mikrobů a to vše odchází z organismu.

Prášek ze třech sklenic smíchejte, ještě jednou semelte v mlýnku na kávu, přesypte do sklenice a zakryjte.

V 21 hodin rozředte 1 čajovou lžičku v 50 ml nepřevařené vody a hned vypijte. Zapijte 50 ml nepřevařené vody.

Toto množství prášku stačí na léčbu tří lidí. Jestliže očistu dělá jeden člověk, pak je třeba prášek uschovat. Při zácpě se tento prášek užívá po 1 čajové lžičce večer.

Druhý den léčby. Během dne nejíst. Ráno po stolici udělat očistný klystýr s 1-1,5 l teplé vody. Potom pít prášek po 1 čajové lžičce na 50 ml nepřevařené vody podle následujícího schématu: v 8.00, 10.30, 13.00 a 15.30 hodin.

V 17.00 vypít teplý odvar ze semen bylin, který je třeba připravit zrána:

1 čajová lžička kůry řešetláku, 1 čajová lžička listu eukalyptu, 1 polévková lžice květů heřmánku a 1 polévková lžice smílu listnatého. Směs léčivých rostlin zalít 400 ml vroucí vody a vařit 5 minut na mírném ohni. Hrncem zabalit do tlustého ručníku a nechat odstát do 17.00. Potom přecedit a vypít.

Květy heřmánku a smíl listnatý působí příznivě na játra. Kůra řešetláku aktivuje peristaltiku. List eu-

kalypu ředí žluč, otevírá žlučové cesty a zrychluje proudění tekutin.

V 18.00 vypít 120-150 ml teplého olivového oleje a zapít šťávou z grapefruitu nebo citronu (kolik chcete). Potom přiložit k oblasti jater teplý termofor (nedoporučuje se horký) a lehnout si na pravý bok.

Ve 23.00 opakovat procedury, jež se prováděly v 18.00 (120-150 ml olivového oleje, šťáva a termofor). Potom jděte spát.

Třetí den (regenerační). Ráno po stolici udělejte očistný klystýr a opakujte jej dvakrát až třikrát každou hodinu. Jestliže bude stolice samostatná, pak udělejte klystýr po každém vyprázdnění. Klystýr podporuje lepší očistu a menší intoxikaci kvůli opakovanému vstřebávání žlučových usazenin.

Po prvním klystýru vypít 150–200 ml bramborové šťávy (nejlépe z růžových brambor) a 30 minut ležet (bramborovou šťávu brát ráno ještě 6-7. dnů). Lze pít mrkvovou šťávu nebo směs jablečné šťávy a šťávy z červené řepy v poměru 5:1.

Od 14.00 se smí jíst. Dodržuje se sedmidenní mírná dieta: kaše, šťávy, bramborová kaše, kysané mléčné produkty, zeleninové polévky a rostlinný olej.

První regenerační den lze pít čaj z bylin s medem.

Po dobu týdne po očistě jater je třeba organismus nechat zotavit. Všechny procedury se přerušují. Trávení se musí upravit samostatně.

Dvojitá očista jater

Provádí se stejně jako jednoduchá očista, ale je třeba ji dělat dvakrát. Například očistíte játra pomocí olivového oleje a citronové šťávy a následující den očistu opakujete.

První proceduru očisty udělejte večer okolo 19.00 hodin. Předtím pomocí termoforu dobře prohřejte játra. V tento den se do 14.00-15.00 smí jíst lehké saláty, čerstvě vymačkané šťávy a kaše připravené na vodě.

Další den ráno udělat očistný klystýr (lze i dva). Celý den pít šťávy v jakémkoli množství, ale pouze čerstvě připravené. Lze jíst zeleninové saláty. Jakékoli jiné produkty, dokonce i kaše jsou nežádoucí.

Během tohoto dne pokračujte v prohřívání jater pomocí termoforu a v 19.00 hodin znovu vypijte olivový olej a citronovou šťávu. Další den ráno následuje očistný klystýr a potom lze přejít na běžné stravování.

Abyste zastavili nadměrné vyprazdňování, snězte trochu rýže nebo vařené brambory. Použití zeleniny, ovoce a šťáv v tento den omezte.

Účinek této dvojité očisty jater je mnohem větší.

Očista jater pomocí pohybů

Játra lze očišťovat pomocí pohybů. Nejlepší doba pro provedení takovéto očisty jater je od 23.00 do 3.00. Dobrý očistný účinek získáte i od 20.00 do 22.00.

Úspěch této očisty jater a žlučníku v mnohém závisí na předcházející přípravě, která se provádí každý den po dobu očisty (okolo 2 týdnů). Je to změna stravování (omezení bílkovin a tuků); rozšíření stravy o ovoce a zeleninu; každodenní prohřívání oblasti ja-

ter pomocí termoforu (okolo 20-30 minut před očistou); promačkávání břicha po vyhřívání termoforem; každodenní užívání žlučopudných bylinných směsí.

Po předběžné přípravě pusťte hudbu, zaujměte pohodlný postoj a uvolněte se. Soustřeďte se na játra a vytvořte ve vědomí jasný obraz, který „přiložíte“ na játra. Mentální obraz jater se musí smršťovat a roztahovat do taktu hudby. Ze začátku stahování a roztahování probíhá směrem „nahoru - dolů“ a provádí se přibližně osm minut. Po krátkém odpočinku pokračujte ve stahování a roztahování ve směru „záda - břicho“ po dobu osmi minut. Po krátké přestávce provádějte stahování a roztahování ve směru „pravá - levá“ strana po dobu osmi minut.

Závěrem si v duchu v játrech představte po dobu šesti minut „přilivovou vlnu“, která prochází žlučovody a odchází z jater a žlučníku. Tímto způsobem bude to, co se vytáhlo, odneseno do dvanácterníku a vyjde přes tlusté střevo ven.

Tuto očistu jater je třeba dělat každý den 30 minut po dobu dvou týdnů.

Během očistných procedur se mohou objevit malé bolesti v oblasti jater nebo nevolnost - je to přirozená reakce organismu.

Během dvou týdnů se ve stolici budou objevovat žlučové kameny zelené, hnědé a černé barvy a také stará žluč podobná mazutu. Zmizení kamenů ve stolici a její zbarvení nažluto ukazuje na skončení očisty. Preventivní očistu jater je vhodné provádět po 1-3 dnech 20 minut. Takto budou játra udržena ve výborném stavu.

Letní očista jater

Očista jater pomocí olivového oleje a citronové šťávy je očista „nahrubo“, která očišťuje žlučovody a žlučník od pevných útvarů. Je žádoucí očistit játra také na buněčné úrovni. Nejlepším prostředkem je hladovění, ale požadovaného účinku lze dosáhnout i pomocí rostlin a jejich šťáv.

Saláty a šťáva z pampelišky s vojtěškou jsou výbornými antioxidanty a obnovovateli tkáně jater. Jsou skvělé k očistě a léčbě hepatitidy a žlučnickových kamenů. Heřmánek a šišák jsou nenahraditelní při otravách alkoholem a léky. Užitečné jsou také listy maliny, máta peprná, listy jahody lesní, šťovík kadeřavý, řebříček, šalvěj, yzop, rozmarýna, kosatec, jetel, pryskyřník rolní a majoránka. Lze pít koncentrovaný nálev řepíku s chrpou každý den po dvou polévkových lžících dvakrát až třikrát denně. Petržel zahradní odstraňuje ucpaní jater a listy maliny nebo jahody lesní stagnační jevy v nich. Kořen hořce spolu s ředkvi setou stimuluje práci jater a zlepšují chuť k jídlu a trávení. Řepík je užitečný při žloutence.

Očista jater spočívá v léčbě šťávami během určité doby. Je nutné začít třídní dietou, kdy se konzumují jablka nebo citrusy, a potom se přechází na syrové produkty. Navíc lze jíst i vařené boby a fazole. Vyhněte se jídlu, které obsahuje škodlivé látky, nekuřte a nepijte alkoholové nápoje. Pijte jakékoli množství čisté jablečné nebo mrkvové šťávy a po dobu několika dnů ráno vypijte malými doušky a pomalu sklenici šťávy z řepy. Jestliže se objeví svědění kůže, vypijte ráno sklenici teplé vody se šťávou z poloviny citronu.

Schéma pětidenní kúry šťávami k očistě jater (stravujte se, jak bylo uvedeno výše a pijte pouze protioovou nebo magnetizovanou vodu):

První den - 300 ml mrkvové šťávy a 100 ml šťávy z řepy a okurky.

Druhý den - 300 ml mrkvové šťávy a šťávy ze špenátu.

Třetí den - 500 ml mrkvové šťávy.

Čtvrtý den - 100 ml šťávy z řepy a 300 ml mrkvové šťávy.

Pátý den - 60 ml šťávy z celeru a petržele a 300 ml mrkvové šťávy.

K urychlení očisty dělejte klystýry z obyčejné a odpařené uriny.

Během očištné kúry užívejte každý den nebo obden očištné koupele, přidávejte do teplé vody 0,5-1 l odpařené uriny. Koupel trvá 25-30 minut. Během procedury může vzniknout nevolnost, ale brzy přejde, a proto neodcházejte z vody předčasně. Po koupeli je nutné si lehnout do postele na jednu až dvě hodiny, abyste se dobře vypotili. Nějakou dobu budete pociťovat slabost. Na noc lze na oblast břicha a jater udělat zábal s ricinovým olejem nebo urinou, což bude stimulovat střeva k očistě.

K obkladům, koupelím a přípravě masážních olejů použijte éterické oleje heřmánku (různé druhy), smílu listenatého, citronu, verbeny citronové, lípy, řebříčku a fenyklu. Prchavé látky těchto olejů snadno do organismu pronikají přes kůži a podporují lepší odcházení nánosů v játrech. Tomu pomáhají také květinové elixíry.

Elixír z květů smrku podporuje očištění jater od znečišťujících látek. Pampeliška a ženšen posilují játra a pomáhají regeneraci tkání. Eukalyptus je užitečný při zánětlivých procesech v játrech.

Během očištění jater se snažte co nejméně rozčilovat. Játra jsou místem, kde se vytváří energie hněvu a nenávisti, která zhoršuje stav krve, vytváří mnoho žlučových nánosů a vede k energetické stagnaci. Naučte se kontrolovat své emoce a nezapomínejte, že ničí především vás.

Očista krve

Očistu je nutné začít třídenní šťávovou dietou (lze ji prodloužit na 5-7 dnů). Používají se čerstvě vymačkané ovocné a zeleninové šťávy červené barvy: višňová, klikvová, řepná, hroznová, ostružinová a z červeného zelí.

Šťávy Červené barvy stimulují tvorbu krve, nasycují organismus spektrem červené barvy, jež vyhání patologii, a také biologicky aktivními látkami.

Přírodní aktivní voda ve šťávách rychle odvádí rozředěné nánosy z krve. Abyste pomohli organizmu odvést toxiny, provádějte klystýry.

Proceduru očištění krve je možné posílit, když budete ob den chodit do páry a po ní pak bezodkladně vypijete dávku šťávy. Následné uvolnění napomůže úspěšné očistě jater.

Očista ledvin pomocí jedlového oleje

Jedlový olej je možná nejjednodušší a neúčinnější způsob očisty ledvin. Procedura se skládá ze dvou následujících etap: Jeden týden pijte močopudné pro-

středky a během následujícího k nim přidejte 5 kapek jedlového oleje a toto vše vypijte třikrát denně 30 minut před jídlem. Když se objeví v moči zákal (obvykle třetí nebo čtvrtý den), začněte realizovat rady k průchodu kamenů a písku močovými cestami. Po dvou týdnech očisty nechte organismus 1-2 týdny odpočinout a znovu proveďte tuto kúru. Vše opakujte až do dosažení požadovaného výsledku.

Upozornění: Močopudnou směs léčivých rostlin s jedlovým olejem je třeba pít slámkou, aby nerozpustila sklovinu na zubech! Někteří ji nalévají do kapslí od léků a polykají.

Jedinečná očista ledvin

V 50-70 ml čerstvé moči rozpusťte 5 kapek jedlového oleje. Po dobu 1-2 minut silně protřepávejte, aby byl roztok stejnorodý, a potom vypijte jedním hltm. Dávejte pozor, aby se směs nedotkla zubů. Lze pít slámkou. Abyste ochránili zuby, vypláchněte napřed ústa rostlinným olejem.

Směs moči a jedlového oleje se užívá podle dříve popsaneho schématu (očista ledvin jedlovým olejem) nebo třikrát denně 15-20 minut před jídlem. Léčebná kúra trvá 5-7 dnů. Poté udělejte přestávku 2-3 dny. Proveďte 2-5 kúr. Podle nutnosti opakujte za 1-2 měsíce.

Očista ledvin semeny lnu

Účinek semen lnu je mnohokrát prověřen ruskými lékaři. Čajovou lžičku lněných semínek zalít sklenicí vody a převařit. Pít půl sklenice odvaru po každých dvou hodinách po dva dny.

Protože odvar lnu je dost hustý, je třeba jej před použitím rozředit teplou vodou (je vhodné, aby byla předem zmagnetizovaná, protože bude lépe očišťovat). Jestliže má odvar lnu nepříjemnou chuť, lze přidat citronovou šťávu.

Jednoduchá očista ledvin pomocí odvaru z bylin

Připravte odvar z rdesna ptačího (truskavce), listů břízy a rozmělněných bobulí růže šípkové. Po 2-3 polévkových lžících od každé složky dejte do litrové sklenice. Obsah zalijte vroucí protiovou vodou, uzavřete víčkem a postavte do hrnce s vroucí vodou. Pod dno sklenice položte tkaninu. Na mírném ohni nechejte 15–20 minut vařit a pak vyluhujte.

Večer vypijte dvě sklenice jako čaj a ve zbývajícím odvaru rozpusťte dvě polévkové lžice soli a namočte vlněnou látku. Tu vymačkejte a přiložte teplý obklad na celá záda. Navíc na oblast ledvin položte termofor. Obklad ponechejte celou noc.

Nejprve může být vaše ranní moč zakalená, ale potom bude čirá a čistá. Zároveň se budou čistit klouby a páteř, zmizí bolesti a očistí se každá buňka vašeho organismu.

Vzhledem k nezávadnosti složek nálevu se užívá až do dosažení požadovaného výsledku - čisté moči.

Upozornění: Aby se z organismu nevyplavaly minerální prvky, jako je vápník, hořčík a další, je třeba jíst v troubě zapečené brambory se slupkou, rozinkami, sušenými meruňkami a ořechy. Aby se ledviny rychleji dostaly do normy, doporučuje se na oblast

beder dávat magnetické aplikátory Kuzněcova s kovovými jehlami.

Nejúčinnější bude tato procedura v zimě, protože v tu dobu je působení ledvin nejsilnější.

Aby odvar fungoval účinněji, připravujte jej z protiové vody a před samotným užitím využijte odplyněnou vodu - prudce ji zchlaďte na teplotu čerstvě nadojeného mléka.

Očista ledvin pomocí melounu

Tato příjemná očištná procedura se provádí v létě v období melounů. Je třeba mít zásobu melounů a chléb z naklíčené pšenice. Chcete-li jíst nebo pít, dáte si meloun. Jestliže budete mít veliký hlad, konzumujte meloun s chlebem. Během očisty je žádoucí přítomnost lidí kolem vás, protože když začne odcházet písek a kamínky, možná budete potřebovat pomoc. Kdo má slabé srdce, tak si napřed připraví valium, čpavek a pod. Léčbu je vhodné kombinovat s koupelí v teplé vodě a odvarem z bylin. Nezapomínejte, že to je malinká operace bez nože.

Tuto očištnou proceduru můžete kombinovat s jinými, které také zbavují kamenů: užíváním čerstvě vymačkaných šťáv, fyzickými cvičeními. Očista trvá 2-3 týdny, než se dosáhne uspokojivého výsledku.

Očista od solí pomocí bobkového listu

5 g bobkového listu vhodit do 300 ml vody a vařit po dobu 5 minut s následným luhováním v termosce. Roztok slít a pít s pauzami po malých doušcích během celého dne. Odvar se musí pít pomalu, aby se zamezilo zhoršení nemoci. Proceduru provádět tři dny. Po týdenní přestávce můžete v kůře pokračovat.

Nedivte se, jestliže budete vylučovat růžovou moč. Je to způsobeno tím, že se soli začínají intenzivně rozpouštět, což dráždí močový měchýř.

Za dva týdny se již můžete přesvědčit, že se soli velmi dobře rozpouštějí. Jestliže vás bolí klouby nebo máte jiné podobné bolesti, tento stav brzy pomine.

Očista organismu pomocí sání rostlinného oleje

Rostlinný olej (nejlépe slunečnicový) v množství nejvýše jedné polévkové lžíce se soustředí v přední části úst a saje jako bonbon. Olej se nesmí polykat. Procedura se provádí snadno, lehce a bez napětí a trvá 15-20 minut. Olej nejprve zhoustne, potom je tekutý jako voda a pak se vyplivne. Tekutina musí být bílá jako mléko; jestliže je žlutá, pak proces nebyl doveden do konce. Tato tekutina je infikována, a proto musí být vyplivnuta do záchodové mísy.

Během sání se organismus osvobozuje od mikrobů a toxinů, posiluje se výměna plynů, aktivuje se a dává do pořádku výměna látek. Tuto proceduru je možné dělat jedenkrát za 24 hodin nejlépe nalačno a lze ji provádět večer před spánkem.

Upozornění: Při aplikaci této metody se mohou zvláště u lidí s mnoha nemocemi objevit přechodné potíže. Je to důsledek uvolnění ložiska nemoci. O tom kolikrát a jak dlouho lze tuto proceduru užívat, rozhoduje člověk sám, protože vychází při tom ze stavu vlastního zdraví. Akutní nemoci se léčí snadno a rychle během dvou týdnů. Léčba chronických onemocnění může trvat mnohem dále.

Očista od parazitů

Očista od parazitů se provádí pomocí extraktu ze slupky černého vlašského ořechu, prášku z pelyňku a hřebíčku. Tyto tři složky zničí v organismu všechny dospělé parazity, jejich larvy, vajíčka a patogenní mikroorganismy.

1. Extrakt černého vlašského ořechu

První den užíjte 1 kapku. Nakapejte do 1/2 sklenice vody. Je žádoucí užívat na prázdný žaludek, například před jídlem.

Druhý den - 2 kapky v 1/2 sklenice vody.

Třetí den - 3 kapky v 1/2 sklenice vody.

Čtvrtý den - 4 kapky v 1/2 sklenice vody.

Pátý den - 5 kapek v 1/2 sklenice vody.

Šestý den - 2 čajové lžičky najednou v 1 sklenici vody.

Když se do vody nalije extrakt, počkejte 15 minut. Jestliže je vaše váha vyšší než 70 kg, použijte dvě a půl čajové lžičky.

Nelijte extrakt černého ořechu do horké vody! Ničí to jeho antiparazitní sílu.

2. Užití pelyňku (v prášku)

První den - špetka před jídlem (s vodou).

Druhý den - 1/4 čajové lžičky před jídlem (s vodou).

Třetí den - 1/3 čajové lžičky před jídlem.

Čtvrtý den - 1/2 čajové lžičky.

Pokračujte ve zvyšování dávky do čtrnáctého dne, kdy můžete užívat polovinu polévkové lžíce. Nemusí-

te užívat celou dávku najednou, lze ji vzít na dvakrát, na třikrát před jídlem.

Po uplynutí šesti dnů užívejte po polovině polévkové lžice jedenkrát týdně.

3. Hřebíček (v prášku)

První den užívejte po 1/3 čajové lžičky třikrát denně před jídlem. 3.-10. den užívejte po 1/3 čajové lžičky třikrát denně před jídlem. Po desátém dnu berte po 1 čajové lžičce jednou týdně.

Je důležité pochopit, že se nejprve musíte vyléčit od parazitů výše uvedenými třemi složkami a potom je třeba jako prevenci užívat určené dávky jednou týdně po celý život.

Ruská varianta tohoto receptu: Trojici tvoří vratič obecný (květní úbory), nať pelyňku pravého a prášek z hřebíčku. Jednorázové užití prášku z květů vratiče je 1 g; denní do 3 g. Pro pelyněk pravý platí 200-300 mg na dávku a až 1 g za den, pro čerstvý prášek hřebíčku 0,5 g na dávku a až 1,5 g denně.

Je žádoucí užívat všechny tři složky (vratič, pelyněk i hřebíček) najednou a nasypat je do kapslí na léky.

Upozornění: Při žaludečních vředech a erozivních gastritidách se nedoporučuje užívat tuto směs. Směs používejte opatrně při hypertonii - tehdy je třeba kontrolovat arteriální tlak krve, protože hřebíček jej zvyšuje. Nezačínajte léčbu během menstruace, protože uvedená směs vyvolává silné měsíčky. Tato léčba je kontraindikována těhotným ženám.

Tato ruská směs trojice rostlin (vratič, pelyněk a hřebíček) se užívá následujícím způsobem. První den po první kapsli (jednorázová dávka) půl hodiny před jídlem. Druhý den po kapsli před snídaní a před obědem. Třetí den a celý následující týden užívejte po kapsli (dávka) této trojice bylin třikrát denně: před snídaní, obědem a večerí. Dále je nutné užívat tuto trojici bylin jednou týdně během celého následujícího života.

Očista pomocí pelyňku

Pomocí pelyňku se provádí úplná očista od prvků. Je třeba postupně zvykat svůj organizmus na užívání pelyňku (je žádoucí, aby byl nasbírán během novu). Nejprve první den dávat po jedné suché květině na jazyk, slinou rozmočit a se slinou spolknout, lze zapít. To provádět každé dvě hodiny od rána do večera. Druhý den lze polykat již 2 květinčky a do čtyř dnů dovést dávku pelyňku do špičky čajové lžičky. Od pátého dne užívat pelyněk třikrát denně před jídlem a na noc (počtvrté) během 14 dnů. Do 30 dnů lze dokonce dovést dávku ze špičky čajové lžičky do 1/4-1/3 čajové lžičky - toto však neplatí pro lidi s individuální konstitucí větru. Nyní lze pelyněk dokonce rozžvýkat a podržet v ústech, aby se vydezinfikovaly zuby, dásně a ústní dutina. U některých lidí může slézt sklovina, což ukazuje na příliš aktivovaný životní princip větru. Po ukončení užívání pelyňku se sklovina obnoví.

Klystýry se začínají dělat od druhého dne léčebné kúry a aplikují se 7 dnů. Večer se dělá obvyklý klystýr do dvou litrů (začíná se od 0,5 litru) s teplým záparem pelyňku (42-43 °C). Po vyprázdnění střev klystýrem

je třeba udělat druhý - mikroklystýr s 50-100 ml odvaru pelyňku, který zůstane na noc. Zároveň s klystýry je třeba začít vyplachovat pochvu a močovou trubici dvakrát denně (ráno a večer) teplým záparem pelyňku (42–43 °C).

Zápar pelyňku se připravuje z jedné polévkové lžice pelyňku na litr vody. Vařit nejvýše 30 sekund a nechat luhovat 7-10 minut. Výplachy provádět týden nebo až 30 dnů a zároveň kapat do nosu, očí a uší. Výplachy provádět do vymizení všech příznaků nakažení infekcí močových cest a pohlavního systému. Preventivní léčba se provádí dvakrát ročně (na jaře a na podzim) alespoň 14-30 dnů.

Jestliže kvůli užívání pelyňku bude příliš povzbuzen princip větru, pak jej „utište“ pomocí teplých koupelí a mazáním těla olivovým olejem.

Očištění organismu pomocí hladovění

Hladovění má silné očišťující účinky a ničí v organismu patologické procesy.

Když byla G. A. Vojnoviči, nejvýznamnějšímu odborníku na hladovění, položena otázka, je-li možné sám hladovět v domácích podmínkách, odpověděl: „Staré civilizace neměly nemocnice. Proto se všechny způsoby léčby, včetně léčby hladověním, prováděly v domácích podmínkách.“

Léčba hladověním je kontraindikována v těchto případech:

1. U žen druhá polovina těhotenství a období, kdy kojí.

2. Pokročilé formy tuberkulózy s nepohyblivostí člověka.

3. Pokročilé formy zhoubných nádorů s nepohyblivostí člověka.

4. Pokročilé formy nádorových onemocnění krve s nepohyblivostí člověka.

5. Pokročilé difúzní formy nemocí spojovací tkáně s nepohyblivostí člověka.

6. Rada psycho-neurologických onemocnění v pokročilém stádiu s nepohyblivostí člověka nebo slabomyslností.

7. Rozsáhlé hnisavé procesy ve vnitřních orgánech (abscesy, gangrény).

Nepohyblivost člověka při jakémkoli onemocnění je relativní kontraindikací. Neznamená to však, že u těchto lidí nemůže mít léčebné hladovění příznivý účinek. V případě, kdy jsou všechny metody a prostředky vyčerpány, je účelné hladovět dokonce i tehdy, když je člověk nepohyblivý. Přitom lze získat přesvědčivý kladný léčebný efekt, když se provádějí očištné procedury a masáž (obyčejná nebo s urinou).

Devět pravidel hladovění

Každý rozumný člověk může hladovět sám. Je nutné dodržovat devět pravidel, které jsem určil na základě své praxe a zpracováním zkušeností druhých lidí.

„Klasické“ hladovění, které trvá 20-30 dnů

První pravidlo:

Pro lepší zahájení hladovění se doporučuje, aby nemocný užil dávku projímadla (60 g magnezia, nebo soli „Barbara“ rozpustit v 300–400 ml vody a v jedné dávce vypít). Projímadlo se užívá pro očištění žaludku a střev, aby se rychleji spustily mechanismy přepojení

na plnohodnotný vnitřní režim výživy. Po užití projímadla rychleji mizí pocit hladu. U lidí, jejichž střeva nebyla očištěna dostatečně, přetrvává 2-3 dny pocit hladu.

Ve výjimečných případech, jestliže je ve stolici velké množství kamenů, můžete projímadlo užít znovu po 2-3 dnech hladovění. Opakované užití projímacích prostředků je nežádoucí, protože to může narušit iontovou výměnu v lidském organismu, vyvolat nevolnost, a dokonce i zvracení.

Hladovění je možné zahájit pomocí několika (2-3) dvoulitrových očištěných klystýrů.

Druhé pravidlo:

Pitný režim. Během „klasického“ hladovění se musí během dne vypít nejméně dva litry vody. Vodu lze pít hned poté, jak začne účinkovat projímadlo, které vyvolá intenzivní odvedení sodíku a vody z organismu člověka přes střevní trakt. Jestliže má hladovějící zjevné otoky, lze množství vody první dva dny omezit na litr.

Omezit pití vody je vhodné i tehdy, jestliže člověk začne hladovět se zvýšenou teplotou těla. Teplota se bude přirozeně a bez dalších prostředků snižovat a za 2-3 dny je většinou v normě.

Při normální teplotě je pitný režim nutný pro kvalitnější odbourávání tuků. Smí se vypít 5-6 litrů vody i více.

Voda se obvykle pije nepřevařená (jen se přefiltruje kvůli očištění). Lze pít převařenou vodu, destilovanou, sněhovou, protiovou, teplou i chladnou. Znatelný rozdíl v léčebném a preventivním účinku při změně

typu vody nebyl zaznamenán, nicméně mnozí zdůrazňují, že sněhovou vodu pijí s větším potěšením a že destilovaná lépe odvádí nánosy z organismu. Od 3.-4. dne hladovění se lidem, kteří se obtížně dostávají přes fázi rostoucí acidózy, doporučuje vypít půl litru minerální vody. V organismu se CO_2 nachází v pěti variantách - včetně kyselých uhličitánů, jež jsou obsaženy v minerální vodě. Tyto kyselé uhličitany jako tlumiče zmírňují rozvoj acidózy.

Pijte tekutiny podle potřeby, ale ne více. Pijte vodu takové teploty, která je pro vás nejpříjemnější.

Třetí pravidlo:

Pohyb. Je nutné ujít na čerstvém vzduchu průměrně 15–20 km denně. Nejvhodnější jsou procházky v lese, na horách, u vodních nádrží. V městě je třeba se procházet v rekreačních oblastech, parcích a lesoparcích.

Lidé s nízkou počáteční váhou musí pohyb omezit na 5–10 km denně.

Intenzivní pohyb celého těla je relativní kontraindikací pro provádění hladovění, protože v tomto případě se může vytvořit zácpa, jež do značného stupně potlačují antitoxický účinek léčebného hladovění. Hladovějící se necítí pohodlně. Objevuje se u nich slabost, bušení srdce a další symptomy intoxikace.

Procházky na vzduchu v letním horku provádějte v lehkém oblečení a podle možnosti - v plavkách. Když je chladněji, je třeba se obléci tepleji než obvykle. Je žádoucí dostat se každý den během dlouhé intenzivní chůze do stavu, kdy se budete potit. Toho se dosahuje obtížněji, protože když se hladoví, je kůže i sliznice suchá.

Pohybujte se úměrně svému stavu. Každý další den hladovění bude odlišný a to, co bylo dříve nemožné, bude možné. Jestliže jste v první dny hladovění pouze leželi, v další se mírně procházeli, můžete se v následujících dnech aktivně věnovat fyzickému cvičení.

Čtvrté pravidlo:

Vodní procedury. Pro lepší odstranění nánosů v organizmu přes kůži, pro posílení kůže a boj proti suchosti kůže a sliznic se doporučuje nejméně jednou denně se osprchovat nebo vykoupat. Užitečná je střídavá sprcha, kdy se střídá teplá voda s chladnou. Tlustým lidem se doporučuje sprcha, která současně masíruje trup i končetiny. Jednou za 5-7 dnů je nutné se napařit v parní lázni nebo sauně.

Sauna během léčebného hladovění je kontraindikována při ischemické chorobě srdeční a řadě dalších onemocnění srdce.

Během vodních procedur se nesmí často používat mýdlo. Stačí jej použít jednou za 7-10 dnů. Lze provést i zvláštní masáž - třít žínkou každou část těla do červena.

Podle individuální konstituce určete pro vás nejpříjemnější vodní proceduru.

Páté pravidlo:

Očistné klystýry. Klystýry můžete dělat přibližně den po užití projímadla.

Klystýry se provádějí obvyklým způsobem pomocí Ezmarchovy nádoby, jež se naplní 1,5 l převařené vody. Teplota vody by neměla převyšovat 36 °C. Do vody se přidávají 2-3 krystalky hypermanganu (slabě

růžová barva). Jestliže vznikla zácpa, je vhodné provést klystýr ještě jednou a s velkým množstvím vody. Jestliže má nemocný hemoroidy, erozi, polypy nebo vředy ve střevech, pak se místo hypermanganu do klystýru přidá roztok heřmánku nebo máty či třezalky. Obvykle se klystýr spojuje s následnými vodními procedurami.

Zda klystýr dělat, nebo nedělat závisí na době hladovění, zanesení organizmu, individuální konstituci a nemoci. Alespoň jednou za 2-3 dny udělejte klystýr se solí nebo urinou. Po vyjití obsahu se rozhodněte, zda je třeba jej opakovat další den, nebo ne. Jestliže nánosů vychází mnoho, pak dělejte klystýr dvakrát denně ráno a večer. Jestliže je jich málo, pak ob den, a to i dva.

Šesté pravidlo:

Masáž a automasáž. Ráno a večer po dobu 30 minut se doporučuje provádět masáž cév - třít různé části horních a dolních končetin: střídát holeň s nadloktím, stehno s předloktím a potom udělat krouživými pohyby masáž břicha. Masáž hrudníku provádí ten, kdo masíruje, nebo někdo z blízkých. Mezi lopatkami a níže provádět pěstmi nebo prsty 10-15 minut hnětačí masáž hrudníku.

Dělejte masáž s odpařenou urinou. Účinek bude větší.

Sedmé pravidlo:

Hygiena oblasti úst. Během hladovění odchází obrovské množství nánosů „vrchní cestou“ - přes ústa a nos. Silně je zatížen jazyk. V dutině ústní se objevuje povlak. Přes dutinu ústní může začít odtékat hnis z

Highmorových a jiných dutin a ze zubů postižených parodontózou. Dochází k očišťování se od hnisu obsaženého v mandlích, kde jsou hnisavé „vaky“ a ucpaniny. K odstranění těchto nánosů se doporučuje kloktat chladnou vodou, odvary z bylin a sodový roztok a tato kloktadla střídát. Kloktání se užívá před každým užitím vody, tedy nejméně šestkrát až sedmkrát denně.

Osmé pravidlo:

Během hladovění se nedoporučuje nosit syntetické oblečení.

Deváté pravidlo:

Nedotýkat se jídla. Porušení toto pravidla snižuje léčebný a preventivní účinek hladovění přibližně o 50 %.

Nejlepší období pro provedení hladovění jsou půsty. Jsou čtyři. Vyberte si jakýkoli z nich a hladovějte jednou až čtyřikrát ročně 7 až 30 dnů.

České prameny

Kreperát J. P., *Skrytá moc drahých kamenů*, Praha 2000

Lavenderová S., Franklinová A., *Magické rostliny*, Praha 1999

Lidské tělo, Bratislava 1992

Mackenzieová F., *Průvodce rodinným zdravím od A do Z*, Praha 2006

Malachov G. P., *Dokonalá očista těla*, Bratislava 1999

Mandžuková J., *Co jíst když...*, Benešov 2003

Pacák J., *Úvod do studia organické chemie*, Praha 1982

Preuschoffová G., *Léčivá síla stromů*, Praha 2002

Rystonová L., *Byliny a jejich lidové názvy*, Praha 1996

Sommer K., *Přehled chemie*, Praha 1974

Vermeulen N., *Encyklopedie bylin a koření*, Čestlice 1999

Vokurka M., Hugo J., *Praktický slovník medicíny*, Praha 2004

Poznámky

1. Vysušuje v takové míře, že může vyvolat popáleniny - pozn. autora.
2. Asfalt z Mrtvého moře, asfalt je přírodní živice, nebo je druhotně získaná destilací - pozn. překl.
3. Hlísty protáhlého i kulatého těla - pozn. autora.
4. Dram = 2,94 gramu - pozn. autora.
5. Tragant je nažloutlá klovatina z některých asijských druhů kozince, užívaná v potravinářství, ve farmacii, v kosmetice a jinde - pozn. red.
6. V současnosti je Ázerbájdžán členem SNS - pozn. autora.
7. Kromě Naftalanu v Ázerbájdžánu byla tato léčivá ropa objevena ještě v Chorvatsku v Ivanič-Gradu - pozn. překl.
8. g/cm³ - pozn. red.
9. Myslím si, že je třeba vzít vlněnou látku - pozn. autora.
10. Domnívám se, že nejlepší místo je na slunci - pozn. autora.
11. Mimochodem toto je jeden ze způsobů čištění petroleje, ale myslím si, že současný petrolej - letecký i ke svícení - čištění nevyžaduje - pozn. autora.
12. Pravoslavný svátek Spasitele slavený 14. srpna - pozn. překl.
13. K této problematice vydala Eugenika autorovu knihu *Zlatá pravidla stravování* (2008) a další knihy

autora zaměřené na očistu organismu, energetickou rovnováhu a léčbu nemocí.

14. Domnívám se, že je to pravda. Rozpouštěcí schopnosti petroleje jsou veliké a také umí vázat látky díky zvláštnímu složení svých molekul - pozn. autora.

15. *Protium* je nejlehčí izotop vodíku - pozn. red.

16. Fajáns je typ jemné keramiky s bílou glazurou, nazváno podle italského města Faenza - pozn. red.

17. Boržomi je gruzínská minerální voda - pozn. překl.

18. Jachont - starší název červeného a modrého korundu, červeným jachontem byl nazýván rubín a modrým safír - pozn. překl.