

UNIVERZÁLNÍ DOMÁČÍ LÉČITEL



Eko-konzult

Obsah

Předmluva . . .	6
I. Málo známé způsoby předcházení chorobám a jejich léčení	
Jak se zbavit usazenin v organismu.....	7
1. Pročišťování střev.....	8
2. Léčba dysbakteriózy	8
3. Očista jater	9
Další rady týkající se očisty jater.....	10
4. Očista kloubů.....	10
5. Očista ledvin.....	11
6. Očista lymfy . ____.....	12
Tabulka slučitelnosti potravin	13
7. Očista parní lázně	13
Jak si vybrat správnou metličku do parní lázně.....	14
Březová metlička	14
Dubovámetlička	14
Eukalyptová metličk.....	14
Kopřivová metlička	14
Léčebná aplikace-parní lázně.....	14
Geopatogenní zóny nebezpečné pro zdraví a ochrana před jejich vlivem.....	15
Stínění GPZ.....	16
Určení míst GPZ.....	16
Použití kyvadélka	16
Zvířata a rostliny v GPZ.....	17
Léčebný vliv stromů na člověka	18
Léčivá pyramidální energie	21
Domácí metody ozdravení pitné vody.....	24
Odstátí.....	22
Převaření.....	22
Odsolení.....	23
Tající voda	24
Podivné souvislosti.....	25
Víte všechno o léčivém balzámu Zlatá hvězda?.....	26
Očista vzduchu v bytě pomocí domácích rostlin	27
Léčivé polštářky.....	28
Cibule a česnek.....	28

Léčivé koupele v domácích podmínkách	29
1. Koupel se senem.....	29
2; Koupel z dubové kůry	30
3. Koupel z ovesné slámy.....	30
4. Koupel z otrub	30
5. Koupel z borového jehličí	30
6. Koupel ž heřmánku	31
7. Koupel s puškvorcem	31
8. Koupel s kozlíkem lékařským	31
9. Koupel se solí	31
10. Koupel s hořčicí	31
11. Koupel ze zrn ječmene	31
12. Koupel z jalovce.....	32
Olej z rakytníku úzkolistého	32
Rady na jeho využití a způsoby jeho přípravy v domácích podmínkách	34
Mrkvový olej místo rakytníkového.....	34
Biologicky aktivní body chodidel.....	35
Chcete se lépe cítit?	37
Běhat ráno.....	37
Povrch ovoce a" zeleniny se blýská	38
Rady známých léčitelů.....	38
A. Bardy.....	38
N. Rusecká	39
M. Floridus.....	39
Vanga.....	39
V. Izotov.....	40
B. Bolotov	40
Podivuhodné principy zdraví B. Bolotova.....	41
1. První princip zdraví - sůl a rostliny jako omlazovač	41
2. Druhý princip zdraví — očista organismu od usazenin	41
3. Třetí princip zdraví - očista organismu od nerozpustitelných solí.....	42
4. Čtvrtý princip zdraví - Jak nechuravět	42
5. Pátý princip zdraví — obnova zdravých buněk	42
 II. Abecední receptář.....	43
A	
Alkoholizmus- 43, Ateroskleróza mozku-43	
B	

Bělmo (leukom) -43, Bradavice – Jak se jich zbavit- 43, Bolesti zubů - Náramek z česneku-44, Bolesti hlavy -45, Bolest hlavy silná-59, Bolesti hlavy chronické-59, Bolesti hlavy u dětí -úporné-59, Bolesti v kříži-46, Bolesti v uchu a hluchota-46, Bronchitida-47, Březové pupeny a listy- 47, Bušení srdce- 48,

C

Cirhóza- 48, Cukrovka-48,

Č

Čaj z listů léčivých bylin-48, Čaj z meduňky nepomáhá-48, Čaj z fermentovaných listů ostružin- 49, Čarovný a ochranný nápoj-49,

D

Dyzenterie- 50, Dýchavičnost- 50,

G

Glaukom- 50,

H

Hadí uštknutí-50, Hemoroidy- 51, Hemoroidy, trhliny v konečníku, ekzémy v anální oblasti, vředy na řitním otvoru a další rektální obtíže- 51, Hlísty – odstranění-52, Hořčičné náplasti-52, Hořký nápoj z medu a z koření - léčivý prostředek -53
Hypertenze-53,

CH

Cholecystitida, gastritida, vředové žaludeční choroby, ledvinová postižení-54, Chřipka- 54,

I

Infekční choroba v domě - chování okolí -54, Infekce potlačuje cukr-54, Inhalátor – termoska-55,

J

Jak pít a neopít se-55, Jak vystřízlivět-55,

K

Kameny v ledvinách, močovém měchýři, játrech-56, Kašel - úporný dětský-56, Kloubový revmatismus-56, Kocovina - jak se jí zbavit-72, Kožní choroby-56, Kožní diatéza-57, Krvácení-58, Krvácení (z dělohy, střev, hemeroidů, poranění-58, Krvácení (děložní, plicní, z nosu), léčení chorob močového měchýře, zánětů ledvinových pánviček a močové trubice-58, Kuří oka-58, Kuří oka, bradavice-58,

L

Láska-58, Léčivé byliny - tabulka trvanlivosti-59, Ledviny-59,

M

Mastopatie- 59, Meduňka-59, Menstruace bolestivá, Migréna-59, Mumio-59, Nadměrné pocení nohou-60, Nadýmání-61, Nachlazení a respirační choroby-61, Nápoj proti lhostejnosti v lásce-62, Neklid-52, Neklidný spánek dětí-63, Neplodnost-63, Nervozita-63, Nespavost dětí-63, Nespavost dospělých-64, Noční pomočování-64,

O

Odsolování kloubů-64, Onkologické choroby-64, Opar lysivý-64, Opruzeniny-65, Otoky srdečního původu-65,

P

Padoucnice-65, Paradentóza-65, Paraziti střevní-65, Písek v ledvinách-65, Plísňové onemocnění nehtů na rukách-66 Pneumonie-66, Pohlavní choutky – Probuzení-66, Popáleniny-66, Potíže s močením-67, Prevence a tonizace-67, Přejít – potíže-68, Překyselení organismu-68, Přírodní barviva - viz Kožní choroby-68, Průjem - prostředek z nezralých ořechů-68, Průjmy a žaludečně-střevní potíže-69, Psychické vyčerpání-69,

R

Radionuklidy-69, Rakovina-69, Rakovina a tuberkulóza plic-70, Rakovina žaludku-70, Rány nehojící se-70, Rány - medová mast k hojení-70, Revmatismus-70, Rýma-70,

S

Salmonelóza - první pomoc v době nepřítomnosti lékaře -71, Sexuální přitažlivost -71, Slinivka břišní-72, Skleróza-72, Skleróza stařecká-74, Sura - nápoj slunce-75, Svědění-76, Svědění dělohy nebo mužského údu-76,

T

Tuberkulóza-76, Trhliny na patách-77, Trhliny na rtech-77, Tříška zadrená-77,

U

Uhranutí - lze se před ním uchránit-77, Ukládání soli-78, Usazování soli-78, Usazování solí, radikulitida, paralýza, revmatismus, tromboflebitida-78,

V

Varikózní rozšíření žil-79, Vodnatelnost-79, Vředy na mužském údu-79, Vši — dva způsoby boje-79, Vypadávání vlasů-79,

Z

Zánět kloubů-80, Zánět jater-80, Zánět jater a gastritida spojená se střevními poruchami-80, Doplnková léčba při chorobách střev-81 Zánět kloubu, oslabení páteře-81, Zánět ledvinových pánviček-81, Zánět mužského pohlavního údu-81, Zánět nosních dutin-81, Zánět prostaty – 82, Záněty sliznice dutiny ústní-82, Zánět vaječníků-82, Záněty ženských pohlavních orgánů-82, Zánět žlučníku-83, Zasažení bleskem –první pomoc-83,

Zázračný posilující a léčivý kysel-83, Zaživací trakt - léčení šťávou z brambor- 84,

Zrak - zlepšení pomocí šťávy z endivie-84 Zub - bolavý avšak celý-84,

Zvláštní „ruský“ způsob přípravy čaje z léčivých bylin-85, Zvracení krve-85,

Ž

Žaludeční a střevní choroby, žaludeční vředy a vředy na dvanáctníku -85, Žaludeční a střevní choroby a zánět močového měchýře-85, Žaludeční vředy-86 Ženské choroby a různé záněty-87,

Lékaři se obávají, že nemocní vyhledávající pomoc léčitelů dopustí, aby jejich choroba zastarala. Praxe však ukazuje, že k léčitelům, senzibilům a zaříkávačům se lidé o pomoc utíkají teprve poté, co prošli rukama lékařů. Cožpak lze odsoudit nemocného, že se stébly chytá, že se snaží využít i tu poslední šanci na uzdravení? Ostatně má vůbec někdo právo kamenem házet po léčiteli, jenž se pokouší pomoci?

Předmluva

Starodávné tradice léčitelství se zrodily v dobách sjednocování člověka a Přírody, což samozřejmě přispělo k lomu, že léčitelé-zaříkávači během uzdravovacího procesu v zájmu zdraví pacienta pomoc hledali nejen u Boha-stvořitele, ale utíkali se také k Vodě, Ohni, Větru, Stromům, Bylinám, Kamenům ... K zaříkávačům, kteří žili téměř v každé vesnici, se všichni chovali s úctou.

Vedli tichý, poněkud tajemný bohobojný život. Jejich komůrky zářily čistotou, každý kout byl vysmýčen, vzduch voněl bylinkami. Na rozdíl od Čarodějů zaříkávači a léčitelé nikdy nepoužívali takové zlověstné pomůcky jako krev, žabí oči, vnitřnosti zvířat, kuřecí nohy a podobné. Doposud totiž zpravidla léčí odvary z bylin, mastičkami a zápary, K uzdravování zhusta využívají oheň, vodu, vosk, sůl. Za žádných okolností své vědomosti nezneužívají, lidem nikdy neuškodí, neboť to považují za hřích. Navzdory této skutečnosti i v léčitelství a zaříkávání existují kruté metody léčby. Tak třeba velice často používají metodu přenosu choroby či rodového prokletí z člověka na zvíře. Stává se, že nemocného lze spasit jedině tímto způsobem.

Jak se k receptům léčitelů a zaříkávačů postavit? Zvláště vezmeme-li v úvahu, že získat je lze v jakémkoli městě div ne na každém rohu. Rozhodně s obezřetností. Vydavatelé této publikace jsou toho názoru, že chura-vějící člověk se má nejdříve nechat vyšetřit ve zdravotnickém zařízení. Ani senzibilové, ani léčitelé či zaříkávači v žádném případě nenahradí současnou diagnostickou techniku!

Lékaři se obávají, že nemocní vyhledávající pomoc léčitelů dopustí, aby jejich choroba zastarala. Praxe však ukazuje, že k léčitelům, senzibilům a zaříkávačům se lidé o pomoc utíkají teprve poté, co prošli rukama lékařů. 'Cožpak lze odsoudit nemocného, že se stébly chytá, že se snaží využít i tu poslední šanci na uzdravení? Ostatně má vůbec někdo právo kamenem házet po léčiteli, jenž se pokouší pomoci? Bohužel, na této Zemi se nenajde jediný léčitel, jediný lékař schopný vyléčit absolutně všechny choroby. Nelze dokonce najít knihu, v níž by byly shromážděny recepty, s jejichž využitím by se z těla daly vyhnat veškeré neduhy. Ani tato publikace nepředstavuje výjimku. Její vydavatelé si za cíl rozhodně neuložili nesplnitelný úkol shromáždit všechny léčebné recepty, jež existují. Předkládaným dílem se rozhodli nabídnout to, co .v jiných publikacích podobného žánru chybí. Současné se usilovali dodržet základní podmínku - uše, co je zde publikováno, může

být využito bez jakýchkoli problémů, aniž by to materiálně zatížilo jakoukoliv rodinu.

Jestliže jste po prolistování obsahu pocítili úlevu, jestliže se do vás vlila nová naděje jako po setkání s dlouho očekávaným léčitelem, znamená to, že jsme nepracovali zbytečně. Přejeme vám mír v duši, zdraví a vše nejlepší!

Málo známé způsoby předcházení chorobám a jejich léčení

JAK SE ZBAVIT USAZENIN V ORGANISMU

V této části je materiál, jenž se poněkud liší od všeho ostatního, co bude publikováno dál. Obsah této kapitoly do určité míry představuje jakousi symbiózu medicíny - lidové a vědecké. Osnovou určující její základní elementy jsou zevšeobecnělé zkušenosti známé lidové léčitelky Naděždy Serajonové. Tato žena prošla cestou vedoucí od hranic invalidity, když oficiální medicína, jež vyčerpala veškeré své možnosti, ji odsoudila k nehybnosti, až k poznání moudrosti lidové medicíny a využití získaných vědomostí nejen k vlastnímu vyléčení, ale později rovněž k léčení dalších beznadějně nemocných. Přemýšlejme nad tím, co tato léčitelka říká:

„Když jsem dovršila čtyřiceti let, poprvé jsem pochopila, že hlavní příčina mnoha nemocí spočívá v tom, že střeva jsou ucpaná, zavalena letitými nánosy odpadu, neustále otravujícího organismus. Uvědomila jsem si, že zbavit se jich znamená současně se zbavit chorob. Lékaři moc dobře vědí, že člověk, jenž je dlouhodobě nemocný, v sobě nosí 10-20 a někdy až 30 kg odpadu. Odkud se vlastně tyto obrovské nánosy v lidském organismu berou?“

Ukazuje se, že různé potraviny se v lidském těle zpracovávají různě: někdo k tomu potřebuje více času, jiný méně. K využití určitých druhů potravin jsou potřebné určité látky. Jelikož to lidé nechápou, většinou jedí všechny potraviny bez rozdílu, aniž by se zamýšleli nad jejich slučitelností. Důsledkem je, že část potravin se prostě nezpracuje. A právě ty vytvářejí hromadící se nánosy, narušují normální práci žaludečního a střevního traktu. Vlivem smíchané stravy jsou ve dvanáctníku infikovány pankreatické a žlučové vývody, což v konečném důsledku způsobuje choroby trávicí, soustavy, ale také organismu jako celku.

Když jsem tohle všechno pochopila, dospěla jsem k přirozenému závěru:

1. Nesmí se současně jíst neslučitelné potraviny.
2. Organismus se musí pravidelně zbavovat nahromaděných nánosů.

Nejdříve si něco povíme o tom, jak škodlivé usazeniny odstraňovat.

1. PROČIŠŤOVÁNÍ STŘEV

Příznaky dokazující, že střeva jsou zaplněna nánosy odpadů:

- * náhlé bolesti hlavy, ospalost, nadýmání, bolesti v podbříšku, kručení ve střevech
- * stomatitida, zánět očí, kloubů, onemocnění jater M černý povlak na zubech
- * angína, bronchiální astma, zánět nosní sliznice, adenomyopatie.

Výkalové kameny v různých částech střev jsou výsledkem spotřeby moučné, mléčné, masné stravy, cukru, kávy, silného čaje apod. Zvláště často se usazují v „záhybech“ střev, což vede k postižením jater, žaludku, močového měchýře, prostaty. Vnější příznakem vzniku těchto kamenů může být výkal ve formě oříšků (ovčí výkaly), což svědčí o odvodňování hmoty ještě ve střevech a usazování kamenů.

Nejdostupnějším způsobem očisty střev je klystýr. Dělá se následovně: do 2 litrů převařené vody (přirozeně teplé) přidáme 1 polévkovou lžici citrónové šťávy (lze také použít jablečný ocet 4,0-6,0%) a nalijeme ji do nádoby na klystýr. Tu umístíme do výšky 1,5 metru. Konec hadičky namočíme do rostlinného oleje a zavedeme do tlustého střeva - do vzdálenosti 10 (25-30) cm. Během procedury dýcháme ústy. Nejlepší hodinou pro klystýr je 5.-6. hodina ranní, po stolici.

Jak často klystýry provádět? Jejich četnost závisí na týdnu:

1. týden- denně
2. týden - obden
3. týden - po dvou dnech
4. týden - po třech dnech
5. týden - jednou týdně

První rok tyto očištné procedury provádíme 4krát, tedy jednou za 3 měsíce. V následujících letech budou stačit 2-3krát ročně.

Mnozí lidé se častých klystýrů obávají ze strachu před negativním vlivem na mikroflóru žaludku. Především se bojí zmizení prospěšné mikroflóry a objevení se škodlivých mikroorganismů, jež nás otravují svými výlučky. Jde skutečně o „vážné“ postižení, jemuž se říká dysbakterióza. Ovšem otázka spočívá v tom, kde se vlastně bere. Samozřejmě, že není důsledkem klystýrů s přikyselenou vodou, nýbrž je následkem užívání léčiv chemického původu, které často užíváme nekontrolované, čímž si užitečnou mikroflóru v žaludku hubíme sami. Proto také pokaždé s nezbytností vyčistit střeva vyvstává otázka boje s dysbakteriózou.

2. LÉČBA DYBBAKTERIÓZY

Týden dva ráno na lačno, 1/hodinu před jídlem, snězte stroužek česneku. Druhý stroužek snězte večer 2 hodiny po jídle. Příznak vyléčení - zmizí pocit nadmutí žaludku po jídle. V té době Naděžda Semjonovna doporučuje jíst kaše, černý chléb

a další celozrnné pokrmy. Rovněž varuje, že zneužívání projímadel může vést k oslabení slizkého povrchu a způsobit trhliny či proktologická onemocnění.

3. OČISTA JATER

Střeva zaplněná nečistotami vydatně přispívají k vzniku různých nemocí, podporují propuknutí zánětlivých procesů v nejdůležitějším orgánu — v játrech. Ne nadarmo se říká, že jsou hlavní laboratoři lidského těla. Jejich základním posláním je krev zbavovat bilirubinu nebo mrtvých erytrocytů, které prožily svých 120 dnů. Zbavit organismus veškerého odpadu, přefiltrovat ho, nejsou nemocná játra schopna. Z toho důvodu se bilirubin dostává do krve, narušuje látkovou výměnu, proniká do jater, přičemž se v podobě bradaviček přisaje k jejich stěnám, V důsledku toho se narušuje proces vydělování žluči, jenž je specifickou funkcí jater, a ve žlučníku se tvoří kameny. Chirurgický zákrok vedoucí k jejich odstranění však problém neřeší. Jestliže se totiž filtrovací schopnost jater neobnoví, kameny se budou tvořit znovu. Žlučové kameny vyvolávají zánět žlučníku, žlučodů. V játrech mohou vznikat obyčejné cholesterolinové, pigmentové, vápenaté kameny a složité - složené z látek tvořících obyčejné kameny. Rozměry žlučových kamenů se pohybují od špendlíkové hlavičky po velikost švestky.

V důsledku uvedených skutečností je nezbytné játra důkladně vyčistit. Lidová medicína to však doporučuje pouze po očistě střev. Způsob vyčištění jater spočívá v následujícím. '

Předně týden před zahájením procedury je vhodné jíst výlučně vegetariánskou stravu. Poté postupujeme podle uvedeného návodu:

1. den - Ráno na lačno klystyr. Strava během dne - čerstvá jablečná šťáva ze sladkokyselých jablek v libovolném množství.
2. den - Totéž co první.
3. den - Totéž, avšak s pitím jablečné šťávy skončíme v 19 hodin.

Dodržení tohoto času je nesmírně důležité, jelikož játra jsou neaktivnější mezi 23. až 3. hodinou. V určených 19 hodin si lehněte do postele a na játra přiložte ohřívač. Předtím si však ještě připravte 200 g olivového oleje a 200 g citrónové šťávy. Pro lidi s vyšší váhou se doporučuje uvedené množství zvýšit na 300 g. Jestliže nemáte olivový olej, můžete jej nahradit slunečnicovým.

Připravené suroviny užívejte v intervalu 15 minut, vždy po třech polévkových lžících. *Vzápětí* po požití oleje začínejte pít citrónovou šťávu.

Jakmile užijete olej i šťávu? snažte se usnout, přičemž ohřívač i nadále držte pod pravými žebry (asi 2-3 hodiny).

Čekejte, až žaludek začne "pracovat". Když se tak stane, budete udiveni množstvím a vzhledem toho, co z vás vyjde. Půjde o zelené bilirubinové kameny, cholesterolinové cylindrické zátky, chuchvalce odumřelé sliznice, černou páchnoucí žluč. Otevření jaterní cesty zajistí 2-3 taková „ulehčení“.

Následně proved'te očištný klystyr (večer před spaním) a ráno po probuzení si udělejte ještě jeden. Snídejte jen lehkou stravu.

Po uplynutí dvou až tří týdnů celý proces zopakujte. Nejvhodnější je, když první i druhou očistu uděláte za úplňku. Dále se doporučuje aspoň jednou ročně. To pak plně zajistí filtrovací schopnosti jater, vaši dobrou náladu, pohyblivost, jasnou mysl.

Pokud je stolice čistá, bez chuchvalců, lze předpokládat, že jaterní očista proběhla správně. Občas se stává, že vylučování odpadů a usazenin není dostatečné. V takovém případě po několika dnech budete mít pocit tíhy v játrech, To je signál k okamžitému odstranění „zaražených“ usazenin.

Další rady týkající se očisty jater

1. Není vhodné se do očisty pustit po hladovce a namáhavé práci.
2. Jestliže máte slabá játra, čistěte je raději na jaře, v březnu.
3. V zájmu co nejmenšího usazování nečistot v játrech je důležité pozornost věnovat správnému režimu a zvláštnostem stravy.

Poslední rada - jídlo zasluhuje zvláštní rozhovor, jelikož jde o jeden z velice důležitých faktorů zajišťujících úroveň (stav) lidského zdraví. Dané téma však do této publikace nepatří. Co se stravování týče, je podrobně rozebráno v nejrůznějších knihách, které jsou dostupné všem zájemcům. Jediné, u čeho se ještě zastavíme, je problematika souladu (nebo nesouladu) jednotlivých potravin (viz tabulka slučitelnosti potravin, str. 13).

4. OČISTA KLOUBŮ

Po očistě jater Naděžda Semjonovna doporučuje čistit klouby, nikoli tedy ledviny, jak zhusta radí jiní specialisté.

Domnívá se, že po očistě jater je nejvhodnější čas zbavit se nánosů, nečistot, jež vyvolávají osteochondrozu, artritidu a další podobné choroby.

Očistu kloubů radí provádět následujícím způsobem: Vezmeme 5 g bobkového listu a dáme ho do 300 g vařící vody, 5 minut vaříme. Následně ho v termosce necháme louhovat, 4-5 hodin. Poté nápoj slijeme a po malých doušcích ho během 12 hodin vypijeme. Najednou ho vypít nelze! Proceduru opakujeme 3 dny. Za týden ji celou proděláme znovu. V té době se stravujeme výlučně vegetariánsky! Tímto způsobem klouby první rok čistíme jednou za čtvrtletí. Dále jednou ročně, avšak teprve poté, co jsme si vyčistili střeva. Jestliže to neuděláme, může se odvar z bobkového listu stát zdrojem alergie.

Pozor! Pokud vás otázky zanesení kloubů nečistotami zajímají, doporučujeme přečíst si také další rady uvedené v této publikaci v části abecední receptář.

5. OČISTA LEDVIN

Ledviny z organismu odvádějí cizorodé látky a produkty látkové výměny, regulují složení krve, jejich prostřednictvím se vylučuje močovina tvořená játry. Y důsledku různých faktorů ledviny vypovídají službu, mohou se v nich tvořit kameny, jejichž velikost se v průměru pohybuje mezi 20-50 g i více. Existuje mnoho rad, jak ledviny vyčistit. Co v tomto směru radí Naděžda Semjonovna?

1. způsob - Nejlepší dobou pro něj je konec léta, nikoliv z teplotních důvodů, nýbrž proto, že jde o melounovou sezónu.

„Melounová“ metoda je jednoduchá. Na celý týden se zásobte jen melouny a černým chlebem. Jestliže jsou v ledvinách kameny, pak dobou k jejich vyloučení je okamžik mezi druhou a třetí hodinou noční. V tomto časovém rozmezí si sedněte do vany a jezte melouny. S močí vyjde písek i kameny.

2. způsob —. lze ho využívat v jakémkoli ročním období. Musíte si připravit 50 g jedlového oleje a byliny, každou po 50 g: dobromysl, šalvěj, meduňku, řdesno ptačí a třezalku.

* Před zahájením léčby týden jezte výlučně vegetariánskou stravu a pijte čaj s medem. Léčení zahajte sedmého dne.

* Přichystané byliny rozmělněte a připravte z nich 100 g čaje (tj. výluhu), půl hodiny před jídlem. Před jeho požitím do něj přidejte 5 kapek jedlového oleje, rozmíchejte a vypijte, avšak výlučně přes slámku. To proto, že zmíněný olej ničí zubní škvovinu. Někdy doporučovaná příprava čaje z tajícího sněhu postrádá smysl, jelikož při varu se všechny kvality - této vodj% ztrácejí. Výluh pijeme 5 dnů za sebou.

* Po vypití (za půl hodiny) posnídejte namočenou rýži, jiné jídlo nebo nápoj 4 následující hodiny odmívejte. Rýži připravíte následujícím způsobem: do půllitrové láhve nasypete 2 .polévkové lžíce rýže, zalijte vodou a 24 hodin nechtě stát. Další den rýži propláchněte a znovu zalijte vodou. Vedle postavte jinou sklenici, opět s rýží zalitou vodou. Tak si přichystejte 5 láhví. Když rýže ve vodě postojí 5 dnů, uvařte ji a jen tak samotnou snězte. Výsledky svého snažení uvidíte na ztmavlé moči, v níž mohou být kamínky. Občas z vás vyjdou těžké šedohnědé nebo temně rudé chuchvalce páchnoucí po jedlovém oleji. To je písek. Nelekejte se, jestliže vaše moč bude připomínat špinavý kysel, to se očisťuje močová a pohlavní soustava. Efekt bude ještě lepší, když namočenou rýži budete snídat 2 měsíce. Vaše vrzající kolena a lokty se zase budou pohybovat bezhlučně a bezchybně. Tvrdí to Naděžda Semjonovna.

Těm, kteří trpí myomem či adenomy doporučuje k vařené rýži přidávat čaj ze zázvoru. Na sklenici čaje potřebujeme 70-100 g mletého zázvoru. Ten pomáhá také při maetopatii. K tomuto účelu je nutné na prsa s *nádorem* přiložit obklad z ochlazeného čaje se zázvorem.

(Naše informace doplníme o následující fakt. Zřejmě ne náhodou Matka Tereza,

nositelka Nobelovy ceny míru, nepila obyčejný čaj, nýbrž si do něj přidávala zázvor, skořici a pepř.) Uvedeme ještě dva recepty Naděždy Semjonovny na očistu ledvin. Tentokrát za pomoci známé petržele a mrkve.

1. Očista petrželí

Petržel nesmíme jíst při silném zánětu, jelikož obsahuje velké množství éterických olejů. Způsob jejího využití je následující: l polévkovou lžící směsi kořenů a natě zalijeme sklenicí vařící vody, 1-1,5 h necháme louhovat. Pijeme po malých dávkách 3-4krát denně půl hodiny před jídlem.

2. Očista semeny mrkve

3 polévkové lžíce semen zalijeme 3 sklenicemi vařící vody a 12 hodin necháme louhovat. Pijeme půl sklenice 30 minut před jídlem několikrát denně.

6. OČISTA LYMFY

Nejefektivnější metodou pročištění lymfy je následující. Smícháme 900 g grapefruitové, 900 g pomerančové a 200 g citrónové šťávy se 2 litry vody z tajícího ledu. Nápoj vypijeme v průběhu jednoho dne.

* Ráno si nejdříve uděláme klystýr a vypijeme polévkovou lžící roztoku soli a 100 g vody. Začínáme ztrácet vodu v podobě potu, moči a kalů. Každou půl hodinu vypijeme 100 g nápoje, až vypijeme celé 4 litry. Lymfu můžeme pročišťovat 3 dny za sebou, nesmíme však nic jíst.

* Po důkladné očistě se směle pusťte do tělesných cvičení - běhejte, jezděte na kole, hrajte tenis atd. „Čisticí proces“ vám totiž vrátí sílu, krásu, zdraví a duševní čilost.

* Nyní se však musíme zamyslet nad tím, jak v těle ne-hromadit další zásoby nánosů. K tomu potřebujeme znát následující fakta. Jsou zřejmá z tabulky jejíž obsah je natolik prostý, že nepotřebuje žádná další vysvětlení.

TABULKA SLUČITELNOSTI POTRAVIN

Z údajů v tabulce-vyplyvá, že současně nelze jíst stravu bílkovinou a uhlovodanovou. Přestávka mezi jejich požitím musí být minimálně 2 hodiny!

Bílkoviny	Tuky	Uhlovodany
maso	zelenina	chléb
ryby	ovoce	brambory
vejce	sušené ovoce	cukr (čaj, kompot, zavařenina)
houby	zelenina (kromě brambor)	
bobovité rostliny	šťávy	
baklažány	jahody	med
ořechy	melouny	
semena	suché víno	

Poznámka: cukrový meloun* do souladu nejde ani s jednou z výše uvedených potravin.

7. OČISTA PARNÍ LÁZNÍ

Parní lázeň je tradičním léčebným prostředkem lidové medicíny. Provádí se zde nejen očista a léčení, nýbrž je také místem pro zotavení a zvyšování imunity. Vlivem vysoké teploty se v parní lázni rozšiřují cévy, zlepšuje se prokrvení kůže a dochází k silnému vylučování potu a toxických látek. Proto je tato procedura nesmírně účinná při nejrozmanitějších onemocněních. Léčebné účinky parní lázně zvyšují šlehání těla březovými, dubovými atd. met-ličkami. Toto šlehání působí jako masáž a zesiluje účinek parní lázně. Kůže zčervená, póry se otevrou, z organismu se intenzivně vylučují toxické látky, povzbudí se celková látková výměna.

Jak si vybrat správnou metličku do parní lázně

Březová metlička

Ve střední části Ruska je nejrozšířenější právě březová metlička. Ne náhodou a také ne proto, že zde rostou samé břízy. Je pevná, ohebná, dobře se používá. O léčivých účincích březových listů nemusíme hovořit, neboť jsou všeobecně známy. Sami si metličku z březových větviček můžete udělat snadno. Nejlepší však je bříza kadeřavá. Její větvičky se lépe udržují, jsou pevnější a ohebnější. Listy vlivem páry nedostávají kluzký povrch.

Dubová metlička

I metlička z dubových větvíček se hodí do parní lázně. Je velice pevná. Tyto metličky připravujeme v srpnu až září. Dubové listy jsou dostatečně široké a pevné, pára se s nimi lehce nasává. Navíc jsou vždy dostatečně suché, což usnadňuje šlehání. Velké množství tříslovin, jež dubové listy a kůra obsahují, pomáhají ozdravit kůži (ne náhodou se dubové odvary a výluhy používají k léčbě mokvajících ekzémů a při nadměrném pocení nohou).

Eukalyptová metlička

Metličky z eukalyptu nejčastěji používají na Kavkazu. Zvláště oblíbeny jsou mezi lidmi trpícími nemocemi průdušek a hrtanu. Výluh z listů tohoto stromu se popularitě těší zásluhou účinných antiseptických látek. Největší léčivé účinky eukalypt má na konci podzimu (listopad-prosinec), avšak větvičky na metličky si raději připravujeme již v srpnu.

Nedostatkem eukalyptové metličky je skutečnost, že větvičky jsou příliš tenké a když se jimi mrskáme, musíme vynakládat hodně síly, abychom se pořádně rozmáchlí.

Kopřivová metlička

Doporučuje se lidem, kteří trpí bolestmi kloubů, radi-kulitidou nebo revmatismem, či je bolí v kříži. V poslední době v městských parních lázních tyto metličky přestali používat, třebaže ještě před 20-25 lety zhusta sloužily v lázních Astrachaně, Domnikovska atd. Metlička z kopřivy není veliká. Před každým mrskáním se připravuje zvláště: dvakrát na 2-3 minuty se překládá z horké do studené vody.

LÉČEBNÁ APLIKACE PARNÍ LÁZNĚ .

Parní lázeň můžeme indikovat při většině onemocnění. Nemocní s těžkými nemocemi srdce po infarktu, tuberkulózou a s horečkou by ji měli používat opatrně. Pro těhotné a děti není parní lázeň vhodná. Tradičně se aplikuje při následujících onemocněních.

- nemoci z nachlazení
- chronická bronchitida
- počátečné stadia ledvinového selhání
- snížená imunita organismu
- kožní nemoci, furunkulóza
- začínající stadia hypertonie a cukrovky
- obezita, rekonsvalence, regenerace sportovců a těžce pracujících osob atd.

GEOPATOGENNÍ ZÓNY NEBEZPEČNÉ PRO ZDRAVÍ A OCHRANA PŘED JEJICH VLIVEM

V poslední době se vyrojilo mnoho různých zpráv o biologických efektech vyvolaných přírodním zářením. Dlouhodobý pobyt v oblastech záření v organismu způsobuje nejrozmanitější změny, počínaje bezvýznamnými funkčními poruchami a konče postiženími s různým stupněm závažnosti. V ojedinělých případech se objevuje pocit celkové malátnosti dávané do souvislosti s ne zcela obyčejnými názvy jako „rakovinové domy“, „prokletá místa“ a ve vztahu k dálnicím například „mrtvé kilometry“, neboť právě v takto označených úsecích nejčastěji dochází k haváriím bez zjevných příčin.

* Mimochodem, odjakživa si člověk místo k žití vybíral tam, kde se cítil dobře. Kromě vhodné teploty, vlhkosti a rychlosti větru se v úvahu vždy brala také energetická aktivita krajiny. Dříve než se lidé pustili do stavby kostela, vyrobili ohradu pro ovce. Svatostánek pak vybudovali v místě, na němž se stádo uložilo ke spánku. Všeobecně známá je starobylá čínská tradice, podle níž se dům stavěl výlučně na prostranství, kde se nedrželi vypuštění mravenci. Jestliže navzdory tomuto pravidlu na místě mraveniště dům vyroste, pak jeho obyvatelé stihnou choroby nejrůznějšího charakteru.

* Poměrně nedávno vznikl nový medicínský obor - geo-patologie (geo - země, patogenní - schopný vyvolat chorobu), který se zabývá výzkumem biologických efektů vlivu zemského záření a jeho aktivními zónami. Dlouhotrvající vliv geopatogenních oblastí může být příčinou vzniku chronické geopatogenní zátěže což je jeden z faktorů vzniku zhoubných novotvarů a mnoha dalších vleklých onemocnění. Bohužel, u nás se výzkumy spojené s vlivem uvedených zón na lidské zdraví nepodporovaly. Věnovali se jim pouze jednotliví nadšenci, kteří je měli jako svého koníčka. Teprve nedávno se v různých městech Svazu nezávislých států začala organizovat centra výzkumu a odhalování geopatogenních zón. V řadě západních zemí se vědomosti z tohoto oboru hojně využívají nejen v medicíně, ale také v zemědělství, v úvahu se berou při stavbě domů, stájí a drůbežářských farem. Kromě geopatogenních zón (GPZ) ještě existuje tzv. geo-biologická síť, která člověka rovněž ovlivňuje (souřadnicová, geomagnetická). Je poměrně hustá. „Splétá“ se ze severu na jih v rozmezí dvou metrů a z východu na západ v rozhraní dva a půl metru. Celkem seriózní výzkumy spojené s působením uvedené sítě na lidské zdraví provedl lidový léčitel z Bulharska Ivan Iotov. Poté, co prohlédl více než 10 000 lidí, z nichž téměř 6 000 trpělo onkologickými chorobami, dospěl k závěru, že na fyzický stav a pocity nemocného má přímý účinek místo, na něž si dotyčný ve svém bytě postavil postel. Všichni jeho onkologičtí pacienti bez výjimky spali v místech, kde se protínaly geo-biologické sítě.

STÍNĚNÍ GPZ

Přiznáme-li existenci geopatogenní zátěže, pak musíme okamžitě přijmout ochranná opatření, zaměřená na oslabení či neutralizaci škodlivého záření. Nejjednodušším a nejefektivnějším způsobem přirozeně je změna místa spánku, odpočinku nebo práce. Lze rovněž využít ochranná stínidla nebo neutralizátory patogenních zón, jež se dávají tam, kde se člověk nachází nejčastěji, Ochranná stínidla mohou být přírodní nebo umělá. K prvním se řadí různorodé materiály (azbest, mramor, hlína, železná ruda, vápno), pryskyřice (jantar, kalafuna, kadidlo), rostliny česnek, cibule, kapradí, kaštan, snopy trávovitých kultur a také živé květy: begonie, geranie). K umělým stínidlům lze zařadit červenou gumu, červenou cihlu, hliníkovou fólii, zrcadla, pozinkované železo. Aktivitu patogenní zóny dokážou také kompenzovat dřevěné desky s průměrem do 200 mm a tloušťkou do 100 mm. Poslouží k tomu stromy s kladnou energetikou: dub, bříza, borovice, akát, jeřáb, javor.

URČENÍ MÍST GPZ

Určit, kde přesně se zóny záporně působící na lidský organismus nacházejí, je možné mnoha způsoby. Jednou z metod, která je nejoblíbenější a současně zcela jednoduchá, je využití obyčejního domácího psa. Dříve než se nastěhujete do bytu a rozestavíte v něm nábytek, pusťte do něj psa. Tato prastará metoda rozhodně není jakousi daní módě. Její podstata totiž spočívá ve skutečnosti, že pes si coby místo odpočinku nikdy nezvolí patogenní oblast! Tam, kde si lehne, si bez zaváhání postavte postel.

V úvahu ovšem také vezměte rady francouzského výzkumníka Ludvíka Turena. Podle jeho mínění má člověk spát podél silových linií země, neboli řečeno jinak, hlava má směřovat na sever a nohy na jih. A ještě jeden malý detail: aby pes správně určil, kam si postel máte postavit, je nezbytné, aby místnost byla prázdná a počasí pochmurné, neboť za jasného dne si pes lehne tam, kde ho bude hřát slunce. Daleko přesněji zhoubná místa za pomoci biolokačních indikátorů (virgulí) a dalších přístrojů určují senzibilové.

POUŽITÍ KYVADÉLKA

Odhalit geobiologickou síť ve svém bytě můžete zcela jednoduše obyčejným kyvadélkem. Coby kyvadlo vám poslouží třeba prsten nebo jiný těžší předmět na niti. Pomalu se s ním projděte po bytě. Uvnitř síťky bude klidné, na liniích se však rozhybe. Jakmile se dotkne průsečnic linií, začne se otáčet, přičemž v určitých případech ve směru hodinových ručiček a v jiných proti. Mimochodem, podobná kyvadla léčitelé odpradávná využívají k určení orgánu postiženého nemocí a také k tomu, aby si ujasnili, jaký druh stravy nebo jaké léky jsou pro daného člověka

vhodné a jaké nikoliv.

K tomuto účelu jim zhusta slouží miniaturní kyvadélka v podobě jantarové perličky na nitě.

Mnohem podrobněji o používání kyvadélka v běžném životě píše ukrajinský léčitel a astrolog K. J. Marcinkovský. Domnívá se, že jeho hmotnost nehraje důležitou roli, třebaže pro dřevěný je nejvhodnější váha 5-10 g, pro kovový 30-40 g (je možné použít nejen snubní prsten, ale také například obyčejnou matici). Nit má být hedvábná nebo bavlněná, černé barvy a její délka se má pohybovat od 10 do 25 cm. Jestliže použijeme těžší kyvadlo, pak nit lze prodloužit až na jeden metr.

Při určování patogenní zóny se kyvadlo drží v pravé (pracovní) ruce. Ta, lehce sevřená v pěst, má být níže než loket a ten zase níže než rameno. Ruka se nesmí o nic opírat, ani se nesmí dotýkat trupu. První a druhý prst držící nit směřují dolů a vytvářejí cosi, co se podobá písmenu „u“. Ruka imisi být lehce ohnuta, nesmí se, stejně jako svaly, namáhat.

Pomalou kráčejte místností a pozorujte kyvadlo. Pokud se chová klidně, pak daná zóna pro člověka není nebezpečná. Jakmile se však rozhybe ze strany do strany, znamená to, že jste přešli geomagnetickou linii.

V případě, že se začne točit doprava či doleva (nikoliv kolem nitě, nýbrž po kruhu) dostali jste se právě do zóny, v níž se protínají linie a v níž pro člověka není bezpečno. Přesněji pro jeho zdraví.

Za zvlášť ohrožující místo odborníci považují úsek, na němž se kyvadlo točí doprava. Právě na takových místech stály postele onkologicky postižených, jež prohlížel bulharský léčitel I. Iotov. Určil jim znak „+“ a ta, nad nimiž se kyvadlo točilo doleva, označil jako „-“. Jestliže podle informací Iotová nad plusem spalo všech 100 % sledovaných nemocných, pak z ukrajinských údajů vyplývá, že počet těchto postižených představuje 80 %. Plusy a minusy se podle Iotová na geomagnetické síti rozmisťují jako u šachů. Rozpětí mezi liniemi, jak jsme již uvedli, představuje 2 m ze severu na jih a 2,5 m z východu na západ. Vezmeme-li uvedená fakta v úvahu, pak si snadno spočítáme, že v každé místnosti o rozměrech 20 m² budou maximálně

2 škodlivé plusové zóny.

ZVÍŘATA A ROSTLINY V GPZ

Zóna průsečnic linií sítě má vliv nejen na člověka, ale také na zvířata a rostliny. Prasata, krávy, ovce, koně, dostanou-li se na delší dobu do míst, kde se linie střetávají, onemocní. Naopak mikroby, mravence, sovy tato místa plně uspokojují. Jestliže na takovém místě postavíte včelí úl, budete mít víc medu než obvykle. Bříza rostoucí na plusu nebo minusu je nemocná, křivá a nemá hladkou kůru. Zkrátka a dobře má snahu se od zhoubného místa odklonit. Ovocný strom či keř vysázený na takovém místě nebude mít bohatou úrodu. Proto také někteří důvtipní

sadaři místo k vysazení mladých stromků hledají s pomocí těch nejobyčejnějších kyvadélek typu 100mm hřebíku a nitě dlouhé 1 metr.

* Jelikož jsme v potaz vzali, že výše uvedená fakta jsou zřejmá, ale také složitá v jejich chápání v obyčejných zaběhaných podmínkách, rozhodli jsme se komentář svěřit odborníkovi, lékaři, akademiku V. P. Kaznačajevovi.

Zde je jeho mínění:

„Lidová medicína různých zemi už dávno ví o možnosti vlivu takzvaných geopatogenních zón na lidské zdraví a životaschopnost zvířat i rostlin. Zatím je nedostatečně jasná podstata jejich polí. Současně pochybnosti nevyvolává skutečnost, že uvedená pole, ať už kladně či záporně, působí na biologické procesy, včetně lidského zdraví. Ono působení se vztahuje ke kategorii slabých ekologických spojení. Dochází k nim skrytě, v průběhu dlouhé doby. Zmíněné vlivy zpravidla nejsou příčinou, nýbrž doplňující podmínkou rozvoje těch či oněch okrajových stavů, případně nemocí. Z toho důvodu je dlouhodobý pobyt v těchto místech, zvláště dětí a starších lidí, nežádoucí.“ (*Čtenářům, kteří se zajímají o tuto problematiku doporučujeme publikaci „Geopatogenní zóny“.*)

LÉČEBNÝ VLIV STROMŮ NA ČLOVĚKA

O léčivé síle stromů působící na člověka se ví již hodně. Například ve slovníku Dalji v článku „Osika“ je takováto rada: „Když se křiví nohy, klade se na ně osikové dřevo, pokud bolí hlava, přikládá se na hlavu.“ Vědci tvrdí, že v tomto a v dalších podobných případech je řeč o vzájemném působení biopole stromu a člověka. Jak je známo, existují 3 typy ovlivňování:

- *bud' strom člověku svou energii předává,*

- *nebo si ji naopak bere,*

- *případně ve vztahu k němu zůstává neutrální. ,*

Jeden a tentýž strom se k různým lidem chová odlišně. Z toho tedy plyne, že každý člověk si musí vybrat „svůj“ strom, jenž na něho má nejblahodárnější účinky.

Nehledě na tuto skutečnost většinu lidí, jak ukázaly hromadné výzkumy, „krmí“ a energii jim dodávají dub, bříza, borovice a javor. Naopak osika, topol, smrk a střemcha ji odebírají.

Vědci rovněž prověřili recept zmíněný Daljou. Vyléčit osikové poleno nedokáže, avšak bolest odebírá. Pravdou ovšem je, že po této proceduře je nezbytné lidskou bioenergií obnovit pomocí jiného stromu, který energii vydává. Je však nutné zachovat opatrnost, jelikož příliš vysoká dávka může uškodit.

* Jak je z výše uvedeného příkladu zřejmé, udivující schopností ovlivňovat člověka vládnou nejen živé stromy, ale také obyčejná polena. Dokonce i nábytek na nás dokáže působit. Ne náhodou v selských jizbách zpravidla spali na dubových nebo březových postelích. Současní nadšenci se chovají v duchu doby: do bytu si stavějí

stůl vyrobený ze stromu, jenž jim dodává energii. Říkají, že jim to pomáhá. Najevo vyšlo, proč se v dávných časech studny roubily osikovým dřevem. Jak se ukazuje, vedle dřeva beroucího energii nežijí mikroby.

* Stromy působí nejen na člověka, ale také na sebe vzájemně. Podívejte se například na břízu rostoucí vedle osiky. Nebude nijak zvlášť hezká; Na straně obrácené k ní obvykle nemívá listí, její kmen je pokřivený. Jakoby se od stromu-vampýrá snažila odtáhnout. Jde o typickou reakci stromů s protichůdnými vlastnostmi. Například jeřáb se ve společnosti dubu cítí fantasticky, jelikož oba patří k dárcům energie.

* Podobné, nedostatečně vysvětlené vlastnosti stromů zajímaly vědce,světového jména V. Vernadského, jenž se domníval, že řeč je o jakýchsi neviditelných paprscích, jejichž různorodost v přírodě teprve začínáme chápat. Vytížit účinky mohutných, zatím ještě ne plně poznanych přírodních sil, je člověk žijící na venkově "schopen poměrně snadno. K dispozici má nejen jednotlivé stromy, ale i celé lesy. Co však může udělat jedinec žijící ve městě? Zvláště když v důsledku nejrůznějších příčin, například kvůli chorobě, nesmí opustit stěny svého příbytků. Řešení existují, dokonce dvě.

1) Za prvé může využít zkušenosti předků. Je známo, že na Rusi se hřebeny na rozčesávání vlasů nevyráběly z jakéhokoliv materiálu, nýbrž ze dřeva. Lidé upravující si účes dřevěnými hřebeny jejich prostřednictvím využívali povzbudivou energii stromů, aniž by vyšli z domu. Specialisté na výrobu hřebenů se v minulosti cenili stejně jako mistři řemesel se zlatým dnem. Každodenní rozčesávání vlasů dřevěným hřebenem se považovalo za rituál, očištění a obnovení energie. Strom, jenž se změnil v dřevěný hřeben, při česání těla předával svou léčivou sílu. Tímtež hřebenem se lidé rovněž masírovali. Jeho zuby tlačili na ruce, prsa, břicho, nohy. Především ale na vlasy, jelikož právě ty byly podle představ našich dávných předků jednou z nejdůležitějších součástí těla.

2) Ani současní vědci nespí na vavřínech a ke zkušenostem předků dodávají svůj díl. Například

B. R. Dodonov vyrobil přístroj, jenž na základě jeho vyjádření koncentruje biokosmickou energii. Zmíněným zařízením lze léčit řadu nemocí vyvolaných poruchou energetické rovnováhy organismu. Přístroj, jenž nazval stator „Dobr“, není ničím jiným než kruhovitým odřezkem z kmene stromu, s průměrem 20-30 cm a s výškou 10 cm. Úžasná jednoduchost a dostupnost nabízeného léčebného prostředku může vyvolat nedůvěru. Zaženeme ji. Za prvé, stator „Dobr“ je v Rusku chráněn patentem. Za druhé ho s velkým úspěchem k léčení používají v poliklinice kombinátu nazvaného „Manufaktury tří hor“. S jeho pomocí odstraňují bolesti hlavy a únavu, léčí alergie, obnovují síly a zdraví. Lékaři-bioenergetici, kteří jsou v poslední době nesmírně populární, mohou léčit, aniž by museli ztrácet vlastní energii.

LÉČIVA PYRAMIDÁLNÍ ENERGIE

Zajímavý článek popisující její zkušenosti publikovala M. Ruttenová. Nazvala ho „Sladký lékař“. Podstata zveřejněného materiálu spočívala v tom, že malinové plody jí zbavily bolestí hlavy, jimiž léta trpěla. Stalo se to poté, co se pod velké keře vydala sbírat maliny. Bolest hlavy se jakoby sama od sebe vytratila. Díky působení obrovského množství malin. Aspoň M. Ruttenová je o tom přesvědčena. V tomtéž článku jsou ovšem věty vyvolávající domněnku, že na její vyléčení vliv neměly ani tak maliny, jako spíše pyramidy, jež se z keřů vytvořily. Začtete se do pasáží uvedeného článku. Můj závěr potvrzují: „...rozrostlé keře malin nad zemí vytvořily jakousi chýši... vlezla jsem si do ní... a bolest hlavy náhle zmizela! Vyšla jsem z chýše a hlava mě opět rozbolela. Vrátila jsem se dovnitř a zase se vytratila.... seděla jsem v ní ještě 15 minut a zcela jsem se uzdravila.“

Coby potvrzení závěru o léčebném vlivu nikoliv malin, nýbrž pyramidální konstrukce vytvořené větvemi keře, lze uvést fakta o existenci záhadné a zatím málo pochopené energie libovolné pyramidy. Poznatky lidí se pojí především s egyptskými pyramidami, postavenými lidstvem na začátku jeho rozvoje před téměř padesáti stoletími. Jejich tajemství se zřejmě začínají vyjevovat teprve nyní. Mezi četnými návštěvníky pyramid je zvláštní skupina lidí, spěchajících na sobě vyzkoušet blahodárný vliv těchto staveb, které údajně mají schopnost léčit, probouzet v člověku jasnovidecký dar, překonávat nespavost a dokonce zastavit proces stárnutí organismu. Ne náhodou se ve slovníku zmíněných „výletníků“ v poslední době objevil nový termín - pyramidoterapie.

* Jelikož zdaleka ne každý má možnost navštívit pyramidy, aby prodělal pyramidoterapii, mnohé rodiny na Západě si obstaraly vlastní „domácí“ pyramidy vyrobené z prken. V nich denně tráví „několik minut zdraví“.

* Pozoruhodné stavby se využívají rovněž z jiného důvodu. Například počítačovému odborníkovi R. Petersovi z Hamburku malé drátěné pyramidy vysoké 20 cm slouží k ochraně ovoce a zeleniny. Když pracuje s počítačem, má neustále na hlavě drátěnou pyramidu. Jde o podivínství? Co o tom říká sám R. Peters? „*Od té doby, co jsem začal spát pod pyramidou, netrpím před spaním svalovými křečemi, pyramida mi pomáhá lépe se soustředit a zvyšuje mou pozornost.*“

* Výše uvedené příklady nejsou ojedinělé. Zdá se, že ve světě nastupuje éra pyramid. V Řecku postavili univerzální sál ve tvaru pyramidy určený pro 15 500 diváků.

Finská firma z Turku obdržela z Blízkého východu objednávku na stavbu devatenácti pyramid z impregnované vlákniny o rozloze 19,2 x 19,2 metry a výšce 6 metrů. Každá z pyramid váží asi 20 tun.

* V jedné německé vesnici existuje masážní škola, v níž vyučovací hodiny

probíhají v pyramidě ze dřeva, s písčitohlinité půdy, břidlice a slámy o rozloze 17 x 17 metrů. Žáci shodně tvrdí, že ani po mnoha vyučovacích hodinách jejich pozornost neklesá a celý den se cítí fantasticky.

* Byly odhaleny také další „podivné“ vlastnosti pyramid: jejich energie obnovuje staré baterie, rostliny v jejich útrokách rostou mnohem rychleji, lidem pomáhají zbavit se strachu. Existuje celá řada takových „záhad“. Všechny v tak skromné publikaci nelze vyčíslit. Co o nich tvrdí současná věda? Soudě podle všeho, některé neobvyklé vlastnosti pyramidálních konstrukcí nevyvrací za podmínky dodržení určitých rozměrů a proporcí, plus orientace stěn na světové strany. Avšak navzdory tomu přesně vysvětlit, proč tomu tak je, nehledě na tisícileté dějiny pyramid, není schopna. Snad určitým objasněním je tvrzení známého českého odborníka v oblasti využití minipyramid Ing. K. Drbala, které poskytl při registraci patentu M 91304. Domnívá se, že když kosmické mikrovlny, přicházející především od Slunce, prostupují stěnou pyramidy, vytvářejí se z nich vlivem magnetického pole Země chomáče, jejichž účinky se zesilují. Získaná energie působí na všechno, co se nachází uvnitř pyramidy. (*Čtenářům, kteří se zajímají o pyramidální terapii doporučujeme publikaci „Pyramidy bez záhad“.*)

DOMÁCÍ METODY OZDRAVĚNÍ PITNÉ VODY

Stále častěji a častěji se na stránkách novin objevují zprávy o propuknuvších závažných infekčních chorobách, včetně hepatitidy, břišního tyfu, dyzenterie atd. Je samozřejmě možné podobné informace přijímat jakkoliv, avšak faktem zůstane, že téměř všude se pitná voda rok od roku zhoršuje a začíná představovat vážnou hrozbu pro lidské zdraví. Čekat pomoc od státu je zbytečné. Na ekologii peníze prakticky vůbec nejsou.

Skutečně nastoupila doba, kdy se každý musí postarat sám o sebe.

Vycházejíce z této pravdy jsme se čtenářům rozhodli nabídnout tuto publikaci.

Jaké jsou zdroje znehodnocování čisté pitné vody a proč je tak těžké je odstranit?

Na jaře záplavy do vodních nádrží přinášejí nečistoty nashromážděné ve sněhu, různé roztoky hnojiv a herbicidů. Totéž se stává na podzim v době dešťů. Nezávisle na ročním období dochází k různým haváriím v podnicích a továrnách, mnoho „humusu vypadne“ i z aut. Způsob boje se znečišťováním pitné vody je u nás jediný - chlórání, dokonce někdy i hyperchlórání.

Je nesmírně obtížné hodnotit kvality zmíněného způsobu, avšak navzdory tomu je třeba připomenout, že v některých vyspělých zemích se voda už nechloruje, nýbrž ozónuje. Chlórání vody jako způsob jejího čištění se v nich omezuje a nedoporučuje. Proč? O tom se zmíníme zvlášť.

* Sloučeniny chlóru způsobují korozi vodovodního potrubí. V důsledku toho lidé pijí rezavou vodu. Navíc jsou samy o sobě zdraví škodlivé. Jestliže chlóránou

vodu budeme zahřívát, pak chlór, který je plynem, z ní bude ucházet. Ovšem při rychlém ohřívání chemického roztoku (a naše pitná voda není ničím jiným než chemickým roztokem) se chemické reakce urychlují a chlór rozpuštěný ve vodě, aniž by se z ní stihl plně vypařit, se sloučí s organickými látkami, jež jsou v ní vždy obsaženy. V důsledku toho se vytvoří dioxiny patřící k mimořádně nebezpečným jedům. Ne náhodou se používaly za války ve Vietnamu. Během varu chlórované vody se uvedený jed sice tvoří v zanedbatelném množství, nicméně jeho nebezpečí se ukrývá rovněž v tom, že se dokáže v organismu postupně hromadit. V přírodě k polorozpadu dioxinů dochází za 12 let, v lidském organismu za 6-7. Dioxiny hromadí se v lidském těle zhoršují imunitní systém, což je „dává do příbuzenského vztahu“ s AIDS. Chlórovaná voda nesmírně škodí těhotným ženám - napadá nervový systém a vnitřní orgány plodu. '

Domníváme se, že výše uvedené skutečnosti čtenáře musejí přivést k jednoznačnému závěru — vodu je v domácích podmínkách nezbytné čistit. Proto také dále uvádíme příklady, jak si s tímto procesem poradit. Nabízené metody si může osvojit každý, aniž by k nim potřeboval nějaké speciální zařízení (dokonce bez amerického zařízení, které nám reklama tak často nabízí). Dostupné postupy ozdravení vody jsme shrnuli do čtyř následujících skupin:

1. *Odražení (odstátí) vody*
2. *Převaření vody*
3. *Odplynění vody*
4. *Nasycení vody pranou (bioenergií)*

Odstátí

Pitnou vodu je především nezbytné nechat odstát (odrazit). Na venkově to dělají odpradáva. Dokonce záhonky zalévají odstátou vodou ze sudů. Samozřejmě, že vodu ve studnách nikdo nesytí chlórem, ovšem voda určená k pití v nádobách stojí několik hodin. Možná si mladí již nepamatují, že ne jeden vesničan, dříve než do vědra nalil vodu ze studny, ho nejdříve důkladně vymyl, třebaže se do něj dávala výlučně pitná voda. Vždyť na dně se usazují organické látky - rukou můžete nahmatat sliz. Obyvatelům měst se doporučuje, aby předtím, než začnou vařit čaj nebo chystat pokrm, vodu z vodovodu nechali přinejmenším 3 hodiny (raději ještě déle) odstát ve skleněné nádobě, která je chemicky neutrální.

PŘEVAŘENÍ

Další rada zní: používejte převařenou vodu. Jistě, řada lidí prohlašuje, že čerstvá voda je chutnější. Je to sice pravda, avšak faktem rovněž zůstává, že v mnoha případech je daleko nebezpečnější. Hrozba nespočívá pouze v živých mikrobech vyvolávajících infekční nemoci jako například dyzenterii, cholera apod. Záludnost čerstvé vody je také v něčem jiném. Abyste se o tom přesvědčili, podívejte se do

vašeho čajníku, v němž vaříte vodu, nebo do hrnce, v němž tutéž vodu vaříte, když chystáte polévku, čajník je zaručeně zevnitř pokryt solemi vápníku (kalcia). Má-li usazenina šedohnědou, nikoli tedy žlutou barvu, znamená to, že ve vodě je rovněž hodně solí železa. Usazenina se vytváří výlučně při vysokých teplotách. Tak proč není v hrnci? I v něm je přece vysoká teplota. Prostě proto, že zmíněné soli vápníku jste snědli společně s jídlem, protože během přípravy polévky nebo kaše se jejich drobné částice neusadily na stěnách nádoby, nýbrž v zelenině a v ovoci.

* Z výše uvedeného vyplývá, že v důsledku toho, že polévku vaříte z čerstvé, předem nepřevařené vody, vytváříte podmínky pro zbytečné ukládání solí vápníku ve vašem organismu.

Co jejich nadměrná dávka znamená, zná snad každý z vás -je to krční a bederní radikulitida, praskající klouby, ledvinové kameny apod. Převařujte tedy vodu! Čajník můžete usazenin zbavit, případně si lze obstarat nový, ale co s organismem?

* Rada pro všechny obyvatele měst - mějte v kuchyni 2 skleněné 3litrové nádoby. Do jedné lijte čerstvou vodu, aby z ní vyšel chlór a do druhé převařenou, která bude sloužit k přípravě pokrmů. Na soli škodlivé pro organismus je zvlášť bohatá voda z městského vodovodního potrubí. V mnoha případech je však i přírodní voda, neznečištěná průmyslovou činností člověka, také silně mineralizovaná. Naše rada ohledně převařování vody se tudíž může týkat rovněž venkovanů. Navzdory odstávání vody, navzdory jejímu převařování, v ní pořád zůstává dostatečně velké množství, škodlivých solí.

ODSOLENÍ

Lze vůbec škodlivé soli v domácích podmínkách odstranit? Daleko důkladnější očista vody není problémem. Abyste nepochybovali o její účinnosti, udělejte následující pokus. Převařenou vodu nalijte do plechové nádoby (nikoli hliníkové, jelikož hliník nitráty mění na jedovaté nitrity!) nebo do vysoké plechovky se zabroušenými okraji a dejte ji do mrazáku. Pod její dno položte kousek lepenky (voda bude zamrzat rovnoměrněji). Po dvanácti hodinách, i po delší době, nádobu vyndejte a její dno a stěny polijte horkou vodou. Vypadne z ní ledový cylindr.

* Prohlédněte si ho. Na okrajích je led zcela průzračný, ale uprostřed a na dně má matný, nažloutlý odstín. Právě zde se nashromáždily soli a příměsi, které jsou zpravidla rozpuštěny v naší pitné vodě. Tajemství spočívá v tom, že teplota mrznutí je u čisté vody a solných roztoků odlišná. Voda mrzne při 0 °C a solné roztoky při mnohem nižší teplotě. Uvedeného efektu například využívají domovníci sypající led solí. Výsledkem je, že při dostatečně nízkých teplotách led najednou začíná tát. Z téhož důvodu se při zmrazování vody v plecháčku v led nejdříve mění voda podél stěn, přičemž soli vytlačuje do středu. Následně zamrzá koncentrovaný nasycený roztok solí, který je viditelný, prosvítíme-li sloupec ledu. Ostatní je, jak se říká, věcí techniky.

* S cílem oddělení čisté vody od znečištěné je nutné led rozetnout ve dvě a proudem horké vody ho promýt, vyplavit matnou žlutou usazeninu. Lze to provést i jednodušeji. Stačí když zjistíte, za jakou dobu při teplotě vašeho mrazáku voda začne mrznout, tedy kdy se vytvoří sklenice čího ledu s tekutým roztokem soli uvnitř. Vezměte ledovou sklenici a nádobu polijte horkou vodou. Potom tenoučkým pramínkem teplé vody shora do ledu udělejte otvor, jímž se roztok soli vyplaví. Zbývající dutý „křišťálový“ led je tou nejčistší vodou.

* Čaj připravený z této vody je mimořádně chutný a zdravý. Je vhodné z ní vařit nejen čaj, ale i jídlo. Pokud se vám popsaný způsob jeví jakú příliš složitý, pokud nevládníte mrazák, nebo ho máte plný potravin, využijte zimní období a malý mrazák nahraďte velkým balkonem. Během zimy svůj organismus velice solidně můžete očistit od naplavenin - solných usazenin. Vodu zmrazujte výlučně převařenou a vždy v přiklopené nádobě.

* Mimochodem, současně se solemi lze odstranit takzvanou těžkou vodu, která je v různém množství obsažena v jakékoli vodě. Vezmeme-li v úvahu, že těžká voda zamrzá při teplotě +3,8 °C, pák je nezbytné odstranit první krystalky ledu tvořící se na stěnách nádoby, nebo první led v podobě síťky.

TAJÍCÍ VODA

O kladných účincích, vody z tajícího sněhu se toho napsalo už hodně. Daleko těžší je najít informace o příčinách neobyčejných vlastností, projevujících se stimulací biologických procesů.

V důsledku absence vysvětlení se mnozí domnívají, že vodu z tajícího sněhu dokáže plně nahradit umělá, získaná destilací. To je však omyl! Jde totiž o to, že voda z tajícího sněhu má zvláštní strukturu analogickou struktuře vody v buňkách našeho organismu. Vysvětlíme si to podrobněji. Každá molekula vody představuje něco jako maličký magnet.

* Je známo, že stojatá voda (nikoli odstátá, nýbrž stojatá!) tedy obyčejná voda stojící delší dobu, je organismem přijímána hůře. V ní molekuly-magnetky tvoří dlouhé řetězce. Něco jako spojené a na hromádku smotané kancelářské spony. Jedna malička molekula vody se do živé buňky dostane snadněji a zařadí se do výměnných procesů, než dlouhý řetěz molekul. Organismus musí na zpracování stojaté vody vynaložit hodně úsilí, aby řetěz molekul rozdělil na krátké nebo na jednotlivé, molekuly.

* Další neméně úchvatnou příčinou čarovných vlastností vody z tajícího sněhu je menší množství obsažených plynů. U tekutiny zbavené plynů se v důsledku jejího zamrznání mění elektrická vodivost, zvyšuje se pevnost, povrchové napětí, viskozita mezimolekulární síly a vnitřní tlak. Jinými slovy, podle fyzikálního stavu se blíží biologickým roztokům živých buněk.

Závěrem několik zajímavých, aspoň z našeho pohledu, příkladů, potvrzujících výše

uvedená fakta.

PODIVNÉ SOUVISLOSTI

Cestou pokusů se naši předci dopracovali, jak by se zdálo, k podivné tradici.

Například v Japonsku čaj před pitím dlouho šlehají metličkou. Jogíni, dříve než se napijí vody, ji určitou dobu přelévají ze sklenice do sklenice, přičemž tvrdí, že voda se přitom plní pranou - energií. Také současní američtí vědci dospěli k závěru, že voda z mohutných vodopádů se vyznačuje zvláštními prospěšnými vlastnostmi. Je jasné, že ve všech případech jde o dělení dlouhých řetězců molekul na krátké a na jednotlivé molekuly. Praktičtí Američané zmíněné vědomosti okamžitě využili.

Zamysleli jste se například někdy nad tím, proč Whisky vždy pijí s ledem?

Odpověď je prostá - šetří. Led tající ve sklenici zvyšuje pronikání alkoholu do organismu. Jedna dávka whisky s ledem se rovná, co se účinku týče, dvojité porci bez ledu. S ledem je navíc chutnější. Ještě jeden příklad. Existuje domněnka, že jedním z důvodů dlouhověkosti horalů je skutečnost, že pijí vodu z tajícího sněhu, tedy vodu horských řek přitékajících z ledovců.

* Budete-li uvedené rady využívat, pak mějte na paměti, že voda z tajícího sněhu si kladné vlastnosti zachovává pouze v případě, že v ní ještě plavou ledové krystalky. Někteří vědci tvrdí, že struktura vody, tedy i její kladné vlastnosti se zachovává více než 24 hodin. Vodu z ledového cylindru pijte po doušcích, jako lék, chraňte si hrdlo před nachlazením.

* Získat vodu s velkým množstvím potenciální energie lze nejen zmrazováním. Pět až šestkrát vyšší aktivitou, ve srovnání s obyčejnou, a dva až třikrát se sněhovou (tedy z tajícího sněhu) se vyznačuje voda přivedená do varu a rychle ochlazená v podmínkách vylučujících přístup atmosférického vzduchu. V takovém případě se na základě fyzikálních zákonů zbavuje plynů a nemá čas se jimi znovu nasýtit. Aby se voda dostala do normálního stavu, je nutných několik hodin. Jestliže ji budeme mít v hermeticky uzavřené nádobě, pak se povzbudivá síla v průběhu 5-6 dnů nemění.

* Skutečně úchvatných výsledků bylo dosaženo v Institutu fyziologie Akademie věd v Kazachstánu. U ovcí pravidelně pijících biologicky aktivní vodu zjistili snížení teploty těla v průměru o jeden stupeň. To by mělo zaujmout gerontology. Vždyť část vědců tvrdí, že snížení teploty těla o 1 až 2 °C je schopno život člověka prodloužit o 20-25 let,

VÍTE VŠECHNO O LÉČIVÉM BALZÁMU ZLATÁ HVĚZDA ?

Balzám *Zlatá hvězda* má ve své domácí lékárně prakticky každá vietnamská rodina. Nejde o náhodu. Za pomoci této mastičky, získané díky letitým pokusům, lze úspěšně léčit chřipku, angínu, radikulitidu, rýmu, bolesti v oblasti srdce, uší. Mast odstraňuje svědění při kožních chorobách, pomáhá při bolestech zubů. Její složení a způsoby léčení jsou v souladu s principy východní medicíny, kdy se uzdravuje působením na určité body těla. V takových případech se zpravidla používají jehly, avšak tento způsob není dostupný každému. Vtírat mast Zlatá hvězda a současně udělat masáž, je v silách jakéhokoli jedince. Uvedená procedura má díky svému působení stejný efekt. Abychom dosáhli žádaného cíle, musíme v úvahu vzít schémata v podobě konkrétních bodů na těle. Právě do nich se mast při různých funkčních poruchách organismu musí vtírat. Používá se následujícím způsobem.

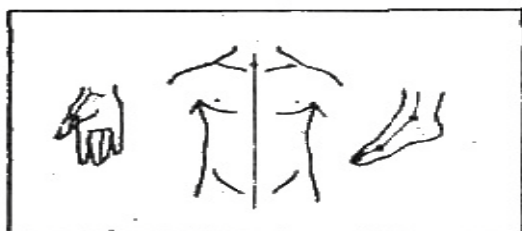
* Dáme si ji na konec prstu a tenkou vrstvou ji nanese na bod, lehce přitlačíme a začneme ji ve směru hodinových ručiček vtírat. Na obrázcích jsou body znázorněny přibližně, podle zón.

* Samotný bod odhalíte podle výraznější - ve srovnání se sousedními plochami kůže - bolesti, když na ně přitlačíte. Jestliže body najdete, pak velice rychle pocítíte léčebný efekt balzámu.

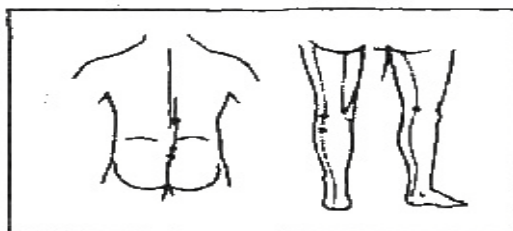
Aby se daný neduh vyléčil, využívají se body obvykle komplexně. Například chřipka má vliv i na jiné orgány.

Provázejí ji bolesti hlavy, rýma, slabost, kašel, šumění v uších, často rovněž zvracení. Z toho tedy plyne, že máme-li odstranit chorobné projevy, musíme působit na různé body současně.

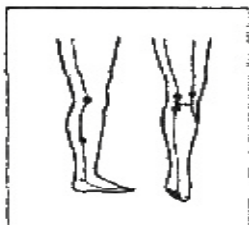
* Existují body, jež mají pouze omezené použití, známe však i univerzální. K nim například patří bod ležící mezi palcem a ukazováčkem, přesněji na jejich spojnicí, na hřbetní straně dlaně. Říká se mu „bod spojení“. Působení na něj přináší úlevu při bolestech hlavy, únavě očí a sluchu, krvácení z nosu... Takže mějte vždy po ruce balzám Zlatá hvězda.



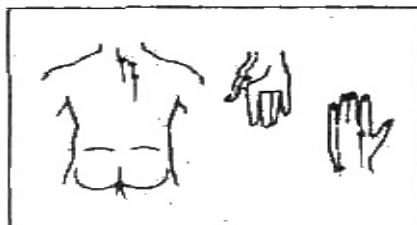
při angině



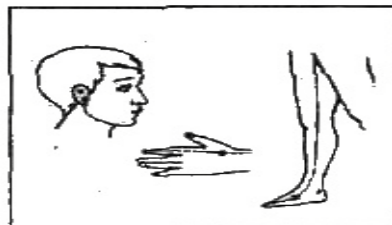
při radikulitidě a lumbagu



při bolestech
v kolenním kloubu



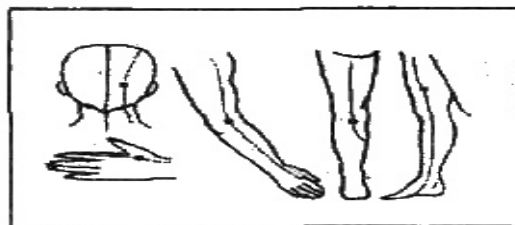
při chřipce



při bolestech
v oblasti ucha



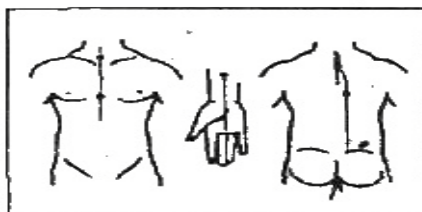
při rýmě



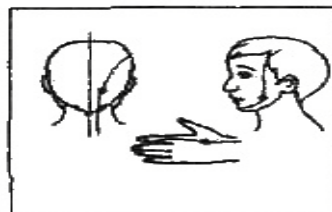
při kožním svědění



při bolestech hlavy



při bolestech
v oblasti srdce



při bolestech zubů

Obrázky znázorňují body, do nichž se balzám Zlatá hvězda utírá.

OČISTA VZDUCHU V BYTĚ POMOCÍ DOMÁCÍCH ROSTLIN

Z informací získaných vědci, kteří hodnotili vzduch v městských bytech vyplývá, že v místnostech byl 4-6krát znečištěnější než vnější vzduch a 8-10krát toxičtější než venkovní vzduch. Zdrojů otravujících naši existenci je více než dost:

- * nábytek z dřevotřísky a lisovaných syntetických desek,
- * lak na parketách, linoleum,
- * zásoby pracích prášků a dalších prostředků určených k praní a čištění domácnosti,
- * radon (radioaktivní plyn), televizní obrazovka atd. Neděste se předčasně. Je pochopitelné, že bez výše uvedených věcí se v současnosti neobejdeme. Naštěstí existuje způsob neutralizace vlivu nenahraditelných „škůdců“.

1) *Častěji větrejte!* Nejen byt, ale také skříně na šaty a kuchyňské skřínky (v nich je znečištění vzduchu dokonce vyšší než přípustné koncentrace - 3-6tisíckrát). Hlavně však větrejte během dne.

2) *Urychleně si obstarajte chlorofitum!* Tato běžná pokojová rostlina s úzkými dvoubarevnými listy a četnými ovislými výhonky se dá směle přirovnat ke kondicioneru. Vědecká pozorování potvrdila, že s nebývalou žravostí pojídá řadu škodlivých plynů, zvláště má v oblibě oxidy dusíku a těžké kovy. Čím horší je vzduch pro člověka, tím lepší je pro ni. Ve velice znečištěném prostředí roste dáleko rychleji a má větší počet nových výhonků, čtyři až pět rostlin na ploše 10 m² dokáže vzduch od různých příměsí vyčistit na 70-80 procent.

Navíc produkuje fytoncidy, které mají zhoubný účinek na škodlivou flóru příbytku. Selekcemi byly vyvinuty dva druhy chlorofyta: jeden má bílý proužek uprostřed listu a druhý dva po okrajích. Vhodné jsou oba. Zmíněná rostlina je nenáročná, nemá zvláštní nároky na půdu, pouze potřebuje dostatek vláhy.

LÉČIVÉ POLŠTÁŘKY

Vzduch našich příbytků a pracovišť rovněž očišťují citroník, vavřík, kapradí, myrta... Odborníci také doporučují koncem května nasbírat mladé výhonky jehličnanů, listy břízy, šeríku, pelyněk, usušit je a nacpat do malých polštářků (20 x 20 cm) ušitých ze lnu či bavlny nebo je rozložit na různých místech bytu.

Léčivé podušky dokážou v bytě zajistit příjemný lesní vzduch a současně odstranit stresující napětí, únavu, zlepšit srdeční činnost, zajistí baktericidní vliv.

- Šerík například může pomoci při bolestech hlavy, coby prevence chorob z nachlazení.
- Mladé listy břízy mají zase vynikající tonizující vlastnosti.
- Výhonky jehličnanů pomáhají při plicních onemocněních.
- Vonný májový pelyněk slouží k léčbě a prevenci infekčních onemocnění, nespavosti.

Tyto rostliny rozmístěné v domě mu dodávají zvláštní atmosféru, již, co se lehkosti a aromátu týče, nelze srovnat s žádným dezodorantem.

Cibule a česnek

Rozhodně však nesmíme zapomínat ani na naše staré dobré známé - cibuli a česnek. Cibule zapletená do copů je i dnes nezaměnitelnou součástí vesnických kuchyní.

Nejde však jen o ozdobu, současně totiž ozdravuje vzduch. Důvtipní vesničané při chorobách na krk domácího dobytka přivazují několik hlaviček cibule. Nesmírně zajímavé v té souvislosti je oznámení N. Šalygina:

„Z dětství si pamatuji vyprávění invalidy války roku 1914. Říkal, že do pokojů polní nemocnice v rámci prevence gangrény raněných věšeli česnek a cibuli. Lékaři

a sestry z nich dokonce nosili náhrdelníky vyrobené ze dvou až tří hlaviček. Už šest let se zabývám králíky. Až do prvních mrazů v mých králíkárnách visí česnek a na podlahách leží cibule. Třebaže v okolí řadí různé králíčí choroby, mých svěřenců se infekce ještě nikdy nedotkla."

V našich současných nemocnicích česnek a cibule nejsou tak oblíbeny jako v dobách první světové války, avšak mezi lidem je pořád rozšířen zvyk v zájmu rychlejšího uzdravení nemocného k jeho hlavě přikládat talířek s nakrájenými kousky česneku...

Pozor! Abyste si v bytě vytvořili zdravé prostředí a navíc jste získali nějaké plody, můžete doma v květináčích pěstovat následující tropické a subtropické rostliny.

Například: Kávovník

Ananas

Čaj pokojový

Cypřiš

Vavřín

Granátovník

Pomerančovník

Citroník

Smokvoň

Banánovník

LÉČIVÉ KOUPELE V DOMÁCÍCH PODMÍNKÁCH

V dnešní době se na léky vynakládají obrovské miliardové položky. Není divu. Farmaceutický průmysl je po zbrojním jedním z největších byznysů na světě. Zdravotní pojišťovny skomírají, farmaceutické firmy si mastí kapsy, lékaři si připisují „body“ a lidé se sami dobrovolně pomalu otravují chemickými léky. Proč se neléčit jinak a přitom levněji a bezpečněji? Koupelna, jež je součástí každého městského bytu, může sloužit nejen k mytí a praní, ale také k léčení. K němu odborníci doporučují využívat nejrůznější příměsi rostlinného původu. Jenomže co dělat, jde-li o venkovský dům, v němž vana chybí? Žádný problém, uklidňují nás specialisté. Se stejným úspěchem vesničané mohou využít velké necky, avšak nikoliv ty, v nichž se pere, nýbrž takové, které mají na koupání v sedě. Sedí se v nich tak, aby spodní část břicha, přibližně k ledvinám, a také dolní polovina boků byly ve vodě.

1. Koupel se senem

(Užívá se při kloubovém revmatismu, křečích, žlučnických záchvatech, kamenech a písku v ledvinách, omrzlinách, skrofulóze, při vnějších nádorech a vředech, zácpě, kolikách, nahromadění plynů).

Na jednu plnou vanu se vezme 1 kg sena, na vanu k sezení 250 g, ke koupeli rukou nebo nohou stačí 4 plné hrsti. Seno dáme do sáčku z rezného plátna, zalijeme studenou vodou a přivedeme k varu. Odvar se vylije do vany s vodou horkou 39 °C.

Koupelel trvá od 10 do 45 minut. Záleží na stavu postiženého. K lecení kloubového revmatismu je potřebných přibližně 30-50 každodenních (připadne obden, má-li nemocný slabe srdce) koupelí.

2. KOUPEL Z DUBOVÉ KŮRY

(Přispıva k zajizvování ran, snižuje horečku, lecı kůži poraněnou mrazem, pomáhá rozšiřovat žíly a také při deřske skrofuloze.)

Na plnou vanu vezmeme 1 kg kůry, na vanu k sezení a ke koupeli nohou staı 250 g. Kůru usušíme, rožemeleme, na několik hodin namoıme do studené vody a půl hodiny vaříme. Odvar přecedıme a nalijeme do vany. Procedura trvá 10-20 minut.

3. KOUPEL Z OVESNÉ SLÁMY

(Používá se při ledvınovych kamenech.)

Slamu půl hodiny vaříme, z odvaru přichystame koupel (39 °C). V ní radíme setrvat maximálně hodinu, abychom nemocného přilıš neunavili. Než z vany vyjde, omyjeme ho studenou vodou. Denně mu uděláme 3 takové koupele, navíc musí pít ovesný odvar - 2 hrnečky denně, nevaříme déle než půl hodiny.

4. KOUPEL Z OTRUB

(Lecı se jí záněty kůže, svědivé a bolestivé vyrazky, popáleniny, tytez koupele se ordinují při nadmerne citlivosti kůže hysterických žen.)

Na celou vanu potřeujeme 1,5 kg otrub, na vanu k sezení a ke koupeli nohou vystaıme s 250 g. Otruby dáme do sáčku, zalijeme je studenou vodou, uvedeme do varu a ještě 3-5 minut necháme na ohni. V této koupeli nemocný setrvá 20-40 minut.

5. KOUPELE Z BOROVÉHO JEHLIı

(Používajı se při kardiovaskulárních a nervových potížích, nespavosti, ochrnutí, dně, ischiasu, katarech dýchacích cest, astmatu, onemocněních plic. Vynikajıcı vliv má zmíněná koupel na ledvıny a močový mechyř, ovšem daleko menší než koupel z ovesné slámy. Tato nadherne vonící a upevnujıcı lažeı je zvlaštı vhodná pro staré lidi.)

Na plnou vanu potřeujeme 1,5 kg extraktu že sosnoveho jehliı, žádocı jsou ˇerstve a drobne nadrcené vetvıcky a šıšky. Na vanu k sezení a koupeli nohou postaı 250 g. Sebrané jehliı zalijeme studenou vodou a půl hodiny vaříme. Následně směs přiklopıme a 12 hodin necháme louhovat. Kvalitní extrakt má hnědou barvu. Procedura trvá 10-20 minut.

Koupelel může rovněž posloužit k léčebnému vdechování vıparu, jestliže do ní přidame 20-30 kapek nefalšovaného oleje ze sosnoveho jehliı.

6. Koupel z heřmánku

(Používá se při chorobách kůže, nadměrné nevozitě, vředech, křečích.)

Na plnou vanu potřebujeme 500 g heřmánku, k sezení stačí 150 g a ke koupeli nohou jen 100g. Květy zalijeme studenou vodou, přivedeme do varu, hrnec přikopíme pokličkou. Jakmile odvar začne vřít, vaříme ho ještě 10 minut. Koupel trvá nanejvýš hodinu.

7. Koupel z puškovrcem

(Používá se k léčení skrofulózy a křivice u dětí a také neuróz u dospělých.)

Na plnou vanu potřebujeme 250 g kořene puškorce, do vany k sezení vystačíme se 100 g. Zalijeme studenou vodou, přivedeme k varu a 30 minut vaříme. U dětí procedura trvá 14 minut, u dospělých 30 minut.

8. Koupel z kozlíkem lékařským

(K uklidnění nervového systému, zvláště prospěšná při nespavosti, křečovitých stavech, zvýšeném krevním tlaku.)

Na plnou vanu použijeme 500 g kořene kozlíku lékařského, připravíme z těchto odvar. Koupeme se v něm 40-50 minut.

9. Koupel se solí

(Solné koupele dráždí kůži, zlepšují krevní oběh, přispívají k vylučování vody, moči a sacharidů prostřednictvím kůže. Zvýšené zásobování kůže krví díky solným koupelím léčí poruchy látkové výměny, jako jsou například revmatické stavy a skrofulóza.)

Na plnou vanu musíme použít 2 kg soli, již necháme ve vodě rozpustit. V solné koupeli ležíme 20-40 minut.

10. Koupel s hořčicí

(Používají se při nachlazení, ovšem pouze coby koupel určité části těla - nohou a rukou.)

Vezmeme 2-3 hrsti suché hořčice, polijeme je horkou vodou (50 °C), důkladně promícháme, aby se netvořily hrudky a vylijeme do vany s vodou. Pobyt ve vaně omezíme na 5-10 minut, následně tělo opláchneme teplou vodou. Hořčici nesmíme vařit, v opačném případě totiž ztrácí sílu a účinky.

11. Koupel ze zrn ječmene

(Tuto koupel doporučuje jasnovidka Vanga při svědění celého těla.)

Ve velkém množství vody uvaříme 1 kg ječmenných zrn. V odvaru nemocného vykoupeme.

12. Koupel z jalovce

(Při revmatismu a dně.)

50 g plodů a květů jalovce na vědro vody, půl hodiny vaříme v přiklopené nádobě. Koupel si děláme vždy 20 minut denně při teplotě vody 39°C.

OLEJ Z RAKYTNÍKU ÚZKOLISTÉHO

Rady na jeho využití a způsoby jeho přípravy v domácích podmínkách.

V léčebné praxi poměrně široce používaný olej rakytníku je vlastně olejnatý extrakt fyziologicky aktivních látek plodů rakytníku úzkolistého. Rakytníkový olej připravený v továrenských podmínkách, ruděoranžové barvy s charakteristickým pachem rakytníku, lze v současnosti v lékárnách najít jen ojedinelé. Ovšem na trzích je ho "do aleluja", a co se týče jeho kvality, záleží jen na svědomí prodávajícího. Proto je mnohem lepší si ho doma připravit vlastnoručně. Tím spíše, že technologie výroby je jednoduchá a dostupná každému.

Princip přípravy uvedeného oleje je založen na extrakci rostlinnými oleji, v nichž se velice dobře rozpouští olej obsažený ve šťávě a slupce rakytníku. Abychom předešli případným chybám v jeho přípravě, upřesníme jednotlivě kroky právě pertraktovaného principu. Nezbytnost tohoto rozhodnutí je vyvolána odlišným chápáním četných receptů, publikovaných v různých knihách a popisujících výrobu uvedeného oleje.

a) *Jaký rostlinný olej se k extrakci hodí?*

Obvykle se doporučuje slunečnicový. Kromě něho lze rovněž použít sójový, olivový, kukuřičný. Zvláště vhodný je sójový, jenž se sání o sobě vyznačuje léčivými vlastnostmi. Bavlníkový olej se nedoporučuje.

b) *Co dělat s rakytníkovou šťávou?*

Možná se vám, čtenáři, tato otázka bude jevit jako podivná, zvláště vezmete-li v úvahu výše uvedené informace. Především tu, že ve šťávě je obsažen potřebný olej. Skutečností však zůstává, že v drtivé většině publikací se doporučuje šťávu využít coby vitaminový nápoj, a nijak jinak. My však tuto „tradici“ narušíme a uvedeme recept na vytěžení oleje právě ze šťávy.

PRVNÍ ZPŮSOB ZÍSKÁNÍ OLEJE

Vezmeme 1 kg plodů rakytníku, pečlivě je přebereme, propláchneme (nakonec je promyjeme vychlazenou převařenou vodou), vysušíme a následně ve smaltované nádobě rozmačkáme dřevěnou paličkou. Potom šťávu vymačkáme přes gázu a nalijeme do skleněné nádoby. Z 1 kg plodů dostaneme asi 600 g šťávy.

Po 24 hodinách se z odstáté šťávy vezme olej, jenž vyplaval na povrch. Od ní se liší mnohem světlejším odstínem. Z původního 1 kg plodů zůstalo přibližně 80 g oleje. Mimochodem, jestliže následující den z povrchu šťávy olej neodstraníme, jakoby ji zazátkuje, zakonzervuje. Ta pak díky tomu při pokojové teplotě vydrží i několik měsíců.

DRUHÝ ZPŮSOB ZÍSKÁNÍ OLEJE

Dužinu, jež po vymačkání šťávy zůstane, nejdříve na vzduchu necháme proschnout a pak ji dosušíme v otevřené troubě na mírném plameni. Když se mezi prsty začne drolit a dostávat tmavěhnědou barvu, je třeba ji rozemlít v mlýnku na kávu.

Získaný prášek, jehož váha bude činit asi 50 g, v poměru 1:3 zalijeme rafinovaným slunečnicovým olejem, případně jiným rostlinným olejem, zahřátým na 40-50 °C. Nádoby použijeme výlučně keramické nebo skleněné.

a) Směs 3 týdny necháme stát při pokojové teplotě na tmavém místě, přičemž ji pravidelně mícháme.

b) Poté masu vyždímeme, olej přecedíme a necháme odstát. Když je naprosto průzračný, zbavíme ho sedliny.

c) Pokud použijeme druhý způsob, je nezbytné velkou pozornost věnovat tomu, aby dužina během sušení nezplesnivěla, neboť v takovém případě se k dalšímu zpracování nehodí.

Ve vytěženém oleji je rakytníkového zhruba 5-8 %. Třebaže je horší než průmyslově vyrobený, léčebné vlastnosti má. Jestliže máte zájem si připravit olej daleko silnější koncentrace, můžete využít třetí metodu, která je sice poněkud složitější než dvě předchozí, nicméně i tak je dostupná všem.

TŘETÍ ZPŮSOB ZÍSKÁNÍ OLEJE

Usušenou a ve mlýnku na kávu rozemletou dužinu rozdělíme na 4 části. První dáme do smaltované nádoby a zalijeme rostlinným olejem rozehřátým na 40-50 °C, přiklopíme ji pokličkou. Potom ji postavíme do jiné nádoby s větším průměrem, přičemž ucha položíme na větší tak, aby se menší nádoba dna větší nedotýkala. Do větší nalijeme vodu a dáme ji na sporák. Tak jsme si přichystali něco jako domácí vodní lázeň.

Čas od času masu musíme promíchat a změřit teplotu, jež nesmí přesáhnout 45-50 °C. Při této teplotě olej udržujeme 12-16 hodin. Na noc se hrnec přikryje teplou dekou.

Následující den masu ve vodní lázni mírně přihřejeme a vyždímeme přes gázu nebo sáček z pevného kapronu. Získaný olej nalijeme na druhou, dosud nepoužitou část dužiny a operaci zopakujeme. Totéž uděláme se třetím a čtvrtým dílem. Připravený olej nalijeme do skleněné nádoby, na týden dáme na tmavé místo, poté odstraníme sedlinu a opět necháme odstát.

Za týden celý proces provedeme znovu. Tak to uděláme několikrát.

UCHOVÁVÁNÍ RAKYTNÍKOVÉHO OLEJE

Olej v pevně uzavřené nádobě, například ve skleněných láhvích zaplněných až po okraj, uložíme do lednice. V ní si olej léčivé kvality zachová 1 až 2 roky.

VYUŽITÍ RAKYTNÍKOVÉHO OLEJE V SOUČASNÉ MEDICÍNĚ

* Rakytníkový olej urychluje proces epitelizace a hojení ran a také tlumí bolest. V medicíně se používá na omrzliny, proleženiny, popáleniny, k léčbě různých kožních chorob, při gastritidě, žaludečních vředech a vředech na dvanáctníku.

Jelikož vykazuje i vysokou baktericiditu, dokáže díky ní hubit původce dyzenterie, tyfu, stafylokoky, strepkoky a střevní bacily.

* Při jeho využití byly pozorovány případy, kdy u pacienta s koronární srdeční chorobou mizely projevy stenokardie, snižovaly se vegetativně-cévní poruchy, normalizoval se arteriální tlak.

* Rakytník je navíc obrovskou zásobárnou vitaminů, pouhých 4-5 čajových lžiček rakytníkového oleje zajišťuje jejich denní potřebu. Zvláště prospívá vyčerpaným, oslabeným jedincům, kteří překonali infekční choroby nebo prodělali operaci. Co se týče léčby špatně se hojících ran, pak je uvedený olej nenahraditelný.

* Při žaludečních vředech se užívá 1 čajová lžička půl hodiny před jídlem. Máte-li vřed na dvanáctníku, či polypy v zažívacím traktu, pak si berte 1 polévkovou lžici. Menší dávky se na „místo určení nedostanou“, jelikož olej se plně využije k promazání jícnu a žaludečních stěn.

* Při postižení dutiny ústní a nosohltanu - angíně, tonzilitidě - je třeba si ústa vypláchnout vodou a následně v nich pokud možná co nejdéle převalovat hlt oleje. Ten se rovněž používá k inhalacím. Úspěšně se jím léčí také parodontóza, otok dásně, zánět zubní dřeně. Za tímto účelem se na dásně přikládá chomáč vaty namočený do rakytníkového oleje.

* Při dně, revmatismu, polyartritidě pomáhají obklady a vlhké obklady z plodů a listů rakytníku. Má unikátní schopnost z organismu vytahovat zbytky radiace a solí těžkých kovů (kobalt, olovo, cezium).

* Vezměte na vědomí, že lidé s poruchou slinivky nebo pacienti, jimž se tvoří žlučnickové kameny, rakytník a olej z něho nesmějí používat.

MRKVOVÝ OLEJ MÍSTO RAKYTNÍKOVÉHO

Pokud jste rakytníkový olej nikde nesehnali a moc ho potřebujete, nebo je pro vás nedostupný kvůli ceně, nevěšte hlavu. Řešení existuje. Jak vyzkoušeli někteří léčitelé, lze zmíněný olej do určité míry nahradit mrkvovým. Připravit si ho v domácích podmínkách je mnohem snazší než rakytníkový.

Sklenici nastrouhané mrkve dejte do nádoby a přiklopte pokličkou. Předtím ji však

až po okraj zalijte rostlinným olejem. Nádobu postavte do vodní lázně a 15 minut zahřívejte až do bodu varu. Vychlad' te při pokojové teplotě a následně směs vyždímejte přes dvě vrstvy gázy. Karotenový olej je hotov! Má stejné použití jako rakytníkový.

BIOLOGICKY AKTIVNÍ BODY CHODIDEL ANEB PROČ JE TŘEBA CHODIT BOS A JEŠTĚ PO MOKRÉ TRÁVĚ

Už před mnoha tisíci lety se přišlo na to, že ten, kdo hodně chodí, se dobře cítí. Dávní lékaři velice brzy člověka léčeného z těžké choroby zvedali z postele a jeho léčba pokračovala rychleji. Proč?

* Nyní už víme, že na našich chodidlech je více než 70 000 nervových zakončení, spojujících jednotlivé body povrchu chodidel s konkrétními orgány, místy na těle a dokonce s určitými soustavami orgánů. Tato nervová zakončení vytvářejí takzvané reflexogenní zóny. Na chodidle jsou rozmístěny velice těsně, pevně a mají přesné hranice. Podle názoru některých současných odborníků reflexologů jsou chodidla komutátorem spojení našeho těla. Z toho důvodu jejich normální mechanická zátěž vede k aktivaci práce celého těla. Jakmile člověk vstane z postele a položí nohy na podlahu, z chodidel do všech koutů těla letí signál podněcující k činnosti. V okamžiku, kdy znovu ulehne, se signály přerušují. Je to geniální a přitom prosté, ostatně jako vše, čím nás matka Příroda vybavila.

Krátce a přesně popsat místa rozložení jednotlivých reflexogenních zón chodidel nám neumožňuje složitost jejich topografie. Udělat si o nich představu však můžete na základě obrázků uvedených dále.

* Orgány nacházející se v pravé polovině těla mají reflexogenní zóny na pravém chodidle a ty, které jsou v levé části, zase na levém chodidle. Párové orgány mají zóny na obou chodidlech tedy na pravém i levém. Orgány umístěné uprostřed těla mají párové reflexogenní zóny nacházející se na vnitřní straně chodidla.

Uvedeme dva příklady znázorňující vzájemné spojení biologicky aktivních bodů chodidla a zdravotního stavu člověka a také možnost určení diagnózy na základě chodidel.

1.) Srdeční zóna se rozkládá v přední části klenby chodidla levé nohy. Bylo zjištěno, že u starších lidí se den dva před srdečním záchvatem objevuje mírné levostranné kulhání, jehož si samotní pacienti sice všimnou, avšak nepřikládají mu zvláštní pozornost. Přitom jde o varovný příznak narušení rytmu srdečních stahů a zásobování srdečního svalu. S absolutní přesností lze říci, že pokud právě v těchto dnech budeme prohmatávat levé chodidlo, pak se srdeční zóna zaručeně projeví ostrou bolestí. Biologicky aktivní body chodidla - když na ně při chůzi tlačíme, můžeme odstranit bolest a léčivě působit na konkrétní orgány.

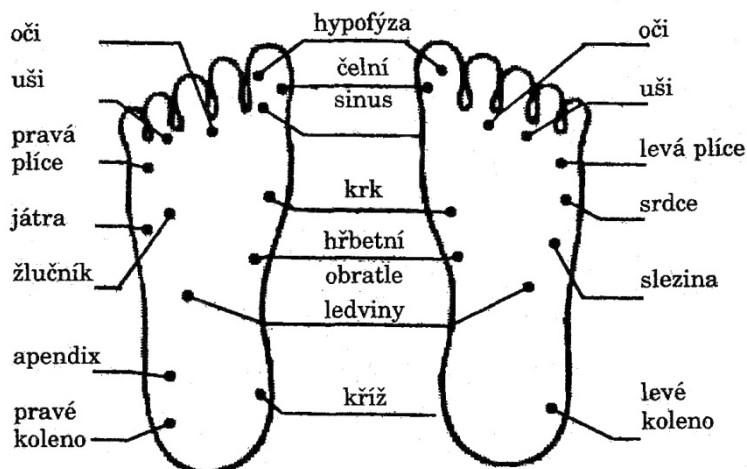
2.) Téměř uprostřed paty každé ženy se nachází velká kulatá reflexogenní zóna vaječníků, spojená s vaječníkem na téže straně těla: levá s levým, pravá s pravým. Pozorováním bylo zjištěno, že zadlouho do objevení se úporných bolestí v podbřišku a dalších příznaků je pro mnohé ženy bolestivé našlapovat na patu té nohy, na jejíž straně se postižení začíná rozvíjet. Jestliže odhalíte citlivé místo, jděte k lékaři, jenž se vyzná v reflexogenních bodech, aby včas zahájil prevenci nebo léčbu počínající choroby.

V dávných dobách lékaři dbali na to, aby dospělí velkou pozornost věnovali stížnostem dětí na bolesti v chodidlech. Není rozumné odvracet se od očividného: jakmile se v chodidle nebo na jeho povrchu objeví bolestivý bod, ať už u dítěte či dospělého, a nelze si to nijak vysvětlit (kopnutím se, podvrtnutím apod.), navštivte neuropatologa. A ještě lépe lékaře - reflexologa.

V každém případě na paměti mějte následující okolnosti: bolestivé pocity v projekčních zónách orgánů na chodidle trvají krátce (2-3 dny, jen ojedinele déle). Potom se otupí nebo zcela vytratí. To ovšem neznamená, že nemoc se sama od sebe vyléčila. Možný je opak - proces přechází do chronického stadia.

Existence reflexogenních zón na chodidlech nás přivádí k myšlence, že jsou zvláštním způsobem spojeny se zemí a že v určité míře představují póly a vyrovnávají magnetické pole člověka. Je tudíž zcela jasné, a někteří lidoví léčitelé na to nikoliv náhodou poukazují, že člověk, jenž nechodí bos, ze Země nedostává energii.

Léčení řady poruch prostřednictvím chodidel doporučoval známý léčitel Sebastian Kneipp. Všeobecně známý jsou jeho rady chodit naboso po mokré trávě (z rosy, deště nebo polité vodou), po mokřích kamenech, po právě napadaném sněhu apod. Odpůrci zmíněných způsobů léčby navrhovaných Sebastianem Kneippem zhusta oponují, že dávní obyvatelé se báli nachlazení a promáčení nohou, jelikož to způsobovalo nemoci jako angínu, laryngitidu, bronchitidu atd. To všechno je do určité míry pravda, avšak současně je nutné pozorně číst i S. Kneippa. Přesně rozpracoval časové normy pro jednotlivé procedury. Pacient má například chodit pouze po čerstvě napadaném sněhu a nikoliv potvrdém a zmrzlém. Procedura se nesmí provádět za silného, chladného větru a je třeba se po ní teple obléci do suchého oděvu.



CHCETE SE LÉPE CÍTIT

Močte na zem nebo uzemněte záchodovou mísu.

Je známo, že lidská moč má kyselou reakci (v době choroby alkalickou). Znamená to tedy, že je slabým elektrolytem, tj. vede elektrický proud. V průběhu činností se v člověku hromadí kladný (+) náboj. Naše Země má náboj záporný (-). Tento nesoulad na nás má, jak tvrdí medicína, zhoubný, vliv. Naši předkové se zřejmě cítili lépe, jelikož neměli obuv na gumové podrážce a keramické záchodové mísy. Příroda to zařídila tak, aby se několikrát denně uzemnovali (když močili). My jsme zpravidla této možnosti zbaveni.

Vycházejí z tohoto faktu inženýr S. B. Vorobjev v zájmu našeho lepšího pocitu navrhuje, abychom častěji močili na zem. V podmínkách měst doporučuje uzemnit záchodovou mísu. K tomuto účelu postačí místo „příjmu“ drátem spojit s trubkou. Budeme-li vycházet z uvedeného sdělení, pak doktor Sebastian Kneipp určitě ne náhodou radil chodit bez bot mokrou trávou nebo po kamenech

BĚHAT RÁNO? JE TO NEBEZPEČNÉ!

Milovníci ranního běhu budou zaručeně nespokojeni s fakty publikovanými v Japonsku, jež jednoznačně dokazují, že běh v tuto dobu je přímou cestou k infarktu. Prospívá pouze večerní běh.

Japonští vědci několik let studovali vliv tohoto sportu na organismus. Srovnávali laboratorní výsledky vyšetření krve dobrovolníků po ranním a večerním běhu. Závěry jsou jednoznačné: ranní běh zvyšuje pravděpodobnost vzniku trombů v cévách, jelikož v té době se srážlivost krve zvyšuje o 6 % a večer je tomu opačně. Množství trombocytů se snižuje o 20 %, což riziko ucpání cév podstatně snižuje.

Povrch ovoce a zeleniny se blýská?

BUĎTE OPATRNÍ!

Parafín na ovoci a zelenině je nebezpečný pro naše zdraví. „Objevila se nová hrozba pro zdraví národa. Budete-li se chtít pustit do jablka, hrušky, švestky, zelené okurky či papriky, pak si nejdříve důkladně prohlédněte jejich povrch. Má vysoký lesk? Je hladký a naleštěný? Jeli tomu tak, buďte opatrní! Je pravděpodobné, že je pokryt parafínem, jenž podle názoru lékařů představuje velké nebezpečí pro lidské zdraví. Voskový povlak jakoby plod zamyká do ochranné vrstvy, jež brání úniku vody a šťávy a uchovává jeho chuť a svěží vzhled. Právě uvedená vrstva nám nesmírně škodí. Sníme-li plod, pak současně s ním požijeme něco jako vosk, který náš organismus nedokáže zpracovat. Parafín je produktem vznikajícím při zpracování nafty. V našem organismu neexistuje ani jeden orgán, játer nevyjímaje, který by si s ním dokázal poradit.

Nebezpečný vosk se ukládá v organismu, takže lékaři mají důvod se zneklidňovat. Řada nových onemocnění se objevila (v Americe) současně poté, co se na trh dostaly potraviny zpracované pro komerční účely. Parafín v těle nesmíme nechávat, přináší choroby. Podle našeho mínění 24-36 hodinové hladovky, i mnohem delší, v průběhu roku nám pomohou se tohoto nebezpečného produktu zbavit.

RADY ZNÁMÝCH LÉČITELŮ

A. BARDY

Anatolij Bardy je známý ukrajinský léčitel, jenž shromáždil kolem 3000 receptů, včetně takových, které získal tím nejnepravděpodobnějším a nejneuvěřitelnějším způsobem. Jak tvrdí, měl jednu vidění, z něhož se dověděl, že se setká s člověkem, jenž mu dá recepty na léčení nejružnějších chorob, jež se v dávných dobách používaly na území Ukrajiny. Současně mu vnuklo myšlenku na vytvoření jakési léčebné „hračičky“, s níž si lidé budou moci sami v případě bolesti nejružnějšího původu ulevit. Z vidiny také poznal, kde se s oním člověkem potká - šlo „o město nazvané po Bohu“.

Za nějaký čas, jak A. Bardy uvádí, k takovému setkání skutečně došlo. Stalo se to v Rusku ve městě Bogorodsku v nižněgorodském kraji. Za nějaký čas poté, co se stal majitelem ojedinelých léčebných receptů, vytvořil léčebnou "hračičku" se zcela ojedinelými vlastnostmi. Jeho vynález byl patentován. 12. června 1991 byly účinky jeho výtvoru předvedeny v ukrajinské televizi. V jedné z ukázek jím žena na svou ruku působila tak, že ho nad ni zvedla. V důsledku jeho vlivu oněměla do té míry,

že po stisku prstu plochými kleštěmi a dokonce po jeho otáčení kolerii jeho osy se dál usmívala, jelikož bolest vůbec necítila. (Recepty od A. Bardy, podobně jako v případě ostatních uvedených léčitelů, jsou v Receptáři označeny jejich jménem.)

N. RUSECKÁ

Neonila Rusecká je všeobecně uznávanou a velice známou odbornicí, léčící choroby především bylinami rostoucími ve volné přírodě. Z její bohaté kolekce vám nabízíme např. fakta o širokých možnostech všem známé a neoblíbené kopřivy. Také se zmíníme o jejím způsobu léčení onkologických nemocí obyčejnou bramborou, (viz receptář)

Pokud jste v zimě churavěli, říká N. Rusecká, pokud se změnilo složení vaší krve, cítíte celkovou slabost, jste nervózní, zhubli jste, pak vězte, že jste zachráněni, jestliže už nastalo jaro. Spasí vás kopřiva, kolem níž jste až dosud chodili bez povšimnutí. K léčení se hodí dvoudomá i pálivá. Její hlavní léčebné účinky jsou tvorba krve a očista. Kopřiva zvyšuje množství erytrocytů, normalizuje krevní složení, snižuje obsah cukru v organismu, obohacuje ho vitaminy, upevňuje. (Podrobněji v receptáři.)

M. FLORIDUS

Macer Floridus je daleko známější jako vynikající starořímský lékař Odo z Měny. Potomkům zanechal knihu s vlastními recepty. Vyznačují se vynikajícími rysy - jsou lakonické, většinou v nich neuvádí předepsané dávky, takže pacient se i s lékařem podílí na svém uzdravení. Ostatně něco podobného jsme zaznamenali také u další věhlasné osobnosti - bulharské jasnovidky a léčitelky Vangy.

Některé Floridovy recepty možná část čtenářů přivedou „k šílenství“, neboli do stavu blízkého šoku. Něco je však zcela očividné - ani jedna z Floridových rad nikomu neuškodí.

Vanga

Jedna z nejslavnějších jasnovidek tohoto století, Bulharka Vanga, patřila také k nejvýznamnějším léčitelkám naší doby. Činnost této ženy není nutné podrobně popisovat, jelikož její jasnovidecký, léčitelský a prorocký talent je znám milionům lidí na celém světě. Řekneme si něco o jejích receptech. Nepocházejí, jak tvrdí, z lidových tradic, nýbrž jí je našeptávají jakési kosmické síly. Všechny mají individuální charakter, avšak odborníci se domnívají, že je lze využít v daleko širším měřítku. Samotná Vanga neprotestovala, aby se její recepty publikovaly po celém světě. Spíše s touto skutečností mlčky souhlasila. Ostatně zdaleka ne všichni nemocní se k ní mohli dostat. *(Podrobněji se o jejím životě a její činnosti můžete dočíst v publikaci „Receptář jasnovidky Vangy“.)*

V. IZOTOV

Svého času se V. K. Izotov, nehledě na skutečnost, že je lékař, změnil v lidskou trosku. Prodělal totiž klíšťovu encefalitidu. Procesy látkové výměny byly narušeny, imunitní systém oslabený. Bože, čím vším neonemocněl. Jak plynul čas, V. K. Izotov se k nepoznání změnil. Vrátilo se mu vynikající zdraví. Co se vlastně přihodilo? Na první pohled nic zvláštního: „vynalezl“ kysel a začal ho pravidelně jíst. „Nevídáno, neslycháno, kysel, tak to je tedy „objev“,“ řeknou si čtenáři. Vždyť ho lidé jedí tisíce let. Jenomže „háček“ je v tom, že ovesný kysel V. K. Izotova je zvláštní, mimořádný. Poprosili jsme ho tedy, aby nám o něm vyprávěl.

- Osobně ovesný kysel snídám už sedm let a domnívám se, že právě jemu vděčím za své uzdravení a za to, jak úžasně se cítím. Což ovšem jen obtížně „ladí“ s mým věkem. Obsahuje totiž zvláštní „tajemná“, jež umožnila starodávný pokrm změnit doslova v elixír mládí. Na základě závěrů expertů z Institutu stravování ani jeden produkt neobsahuje takové množství zdraví prospěšných látek. Kysel získaný cestou mléčně-kyselého kvašení je bohatý na škroby, bílkoviny, aminokyseliny, vitaminy B1, B2, B6.

Hlavní však je, že uvedený kysel obsahuje polynenasycené mastné kyseliny mající antisklerotické účinky. Zvláště prospívá starým lidem a také těm, kteří trpí kardiovaskulárními chorobami, poruchami zažívacího a žaludečního traktu, jater, slinivky břišní. Navíc zásluhou vitaminu E, jenž je v něm rovněž obsažen, brání vzniku trombů. Soli hořčíku zase stimulují vylučování žluči. To však zdaleka není všechno. Tento kysel také vládne antimikrobními účinky, zlepšuje látkovou výměnu, je vynikajícím projímadlem. (*Viz Receptář - Zázračný posilující a léčivý kysel*)

B. BOLOTOV

Lidový léčitel z Kyjeva Boris Bolotov, autor asi 600 vynálezů, se známým stal především knihou „Nesmrtelnost - jde o realitu“. Za vydání této unikátní práce čítající mnoho dílů, které, žel, nejsou v souladu s oficiální medicínou, ho mocní v roce 1977 bleskově poslali „na převýchovu na místa ne tak vzdálená“ s obviněním, že pomlouvá a odmítá výtoky marxismu-leninismu, zavrhuje možnost výstavby komunismu, hanobí sovětskou současnost atd.

Jedna z hlavních částí jeho znamenité práce je věnována pěti základním principům (zásadám) - nazývá se „Kvintesence“ (z latinského kvinta - pět a esence - základ). Dále si tyto principy připomeneme a předložíme vám jeden z velice originálních receptů B. Bolotova, jenž jsme nikde jinde, v žádné publikaci neobjevili.

PODIVUHODNÉ PRINCIPY ZDRAVÍ B. BOLOTOVA

1. První princip zdraví - sůl a rostliny jako omlazovač

Po jídle, zvláště po něčem sladkém, je třeba si na jazyk dát a sát 1 gram soli. To má vliv na vylučování žaludečních šťáv. Tento účel také splňují rostliny -

"omlazovače": zelí, šťovík, zlatý kořen, ženšen, eleutherococcus, keře a plody jahod, kopr, jitrocel, okurky, rajčata... je jich více než sto.

Velice důležitý je způsob jejich přípravy. Zelí je například nutné kvasit. Jahody zase sušit a používat jako čajový extrakt. Okurky a rajčata bychom měli jíst se solí.

Ze zelí je dobré připravovat šťávu a pít ji přisolenou a to co z ní po odstavení zůstane, nechat kvasit a jíst jako salát.

Rostliny „omlazovače“ kvasím následujícím způsobem," říká B. Bolotov: na třílitrovou sklenici syrovátky vezmu půl sklenice rostlin a sklenici cukru. Surovátku nepřipravuji tepehě, nýbrž cestou obyčejného mléčného kysání. Za 2-3 týdny je kvas hotov. Pijte ho na zdraví. Smysl použití „omlazovacích“ rostlin je prostý, všechny obsahují soli (ve stejném množství jako mořská voda).

Kromě toho je možné se solí po koupání natírat. 4-5 polévkových lžic soli naneste na mokré tělo a na vlasy. Nestírejte. Jakmile začne osychat, lehce ji vyprašte a lehněte si spát.

Další rady pro lidi žijící na územích zasažených radionuklidy. Je důležité hodně používat černé jeřabiny, černou ředkev, řecké ořechy a podle možnosti také tomel (kurmi kaki). Využívání výše uvedených rad přispívá k zvýšení počtu mladých buněk v organismu.

2. Druhý princip zdraví - očista organismu od usazenin

Jak z organismu odstranit usazeniny? Nejdříve je nezbytné je přeměnit na soli. K tomuto účelu použijeme kyseliny: vinnou, šťovíkovou, citrónovou, dále potřebujeme syrovátku, různé kvasy, nálevy z kysaného zelí, řepy a vitaminy prodávané v lékárnách. Do talíře na polévku je vhodné nalít 1 polévkovou lžici 9% jablečného octa, do sklenice čaje ho přidáme 1 kávovou lžičku. V malých dávkách je také vhodné suché víno.

Díky těmto komponentům se usazeniny změní v soli a vyplaví se z organismu. Existují však i takové, které rozpustit nelze, léta se hromadily v cévách, kloubech, žlučníku, močových kanálech, ledvinách. V důsledku toho trpíme nejrůznějšími chorobami jako třeba dnou

3. Třetí princip zdraví - očista organismu od nerozpustitelných solí

Existuje několik metod:

a) *Využití žluči.*

Právě žluč u slepic rozmělnuje všechny tvrdé látky, jež spolýkají - kameny, kovy atd. Je hořká, v lékárnách však vždy najdete nějaké kapsuje na hořké léky. Nejdříve do tobolky kápněte 1 kapku žluči a sneste ji půl hodiny před jídlem. Další den si dáte 2 kapky. Pokud se cítíte dobře, můžete spolýkat obsah celé tubičky. Je nutné jich použít 5-6.

b) *Pít šťávu z černé ředkve.*

Použijete 3 kg, z nichž vymačkáte 3 l šťávy. Zbývající dužinu rozložíte do třílitrových láhví. Do každé dáte 0,5 l medu a dolijete syrovátku. Měsíc necháte na teplém místě kysat. V té době pijete šťávu. Nejdříve po jedné lžici, následně půl sklenice (rychleji dávky zvyšovat nelze, jelikož ze žlučových cest se začnou uvolňovat kameny a to je dost bolestivé). Pije se hodinu před jídlem. Je-li to možné, proceduru opakujte každou hodinu. Když šťávu využíváte, pusťte se do salátu z dužiny. Je možné najednou sníst 2-5 polévkových lžic, ale také tolik, co hrdlo ráčí a kolik sami chcete. To je jeden cyklus. Musíte prodělat 2 do roka. Je ovšem nezbytné si pamatovat, že když pijete šťávu, nesmíme jíst nic kyselého (ani kvas, ani ocet, dokonce ani kyselé mléko či slané sledě),

c) *Pomocí slunečnice.*

Vezmete kořeny slunečnice, umyjete a usušíte. Na podzim si musíte udělat zásobu kolem 20 kg. V třílitrovém hrnci do varu uvedete vodu, do níž přidáte asi 50 g kořene a 5 minut vaříte. Tuto dávku vypijete za den dva, prostě se vzdáte polévky. Po dvou týdnech v moči zpozorujete usazeninu. Po dalších čtrnácti dnech bude moč tmavá a nakonec světlá. Znamená to, že očista byla úspěšná. Po celou dobu léčby nesmíte jíst nic kyselého ani soleného.

4. Čtvrtý princip zdraví - jak nechuravět

Nemoc jako taková je projevem škodlivého vlivu mikroorganismů na člověka.

Mikroorganismy způsobující choroby patří do třídy rostlinných buněk. Abychom neonemocněli, musí být místo kde žijí vždy kyselé, jelikož ve slane-kyselém prostředí rostliny nevydrží. Závěr je tedy jednoznačný - je nezbytné „se zasolovat“. Nechtě rostliny kvasit a solte je, v opačném případě budete nuceni v sobě kyselá podmínky dlouhé měsíce obnovovat.

5. Pátý princip zdraví - obnova zdravých buněk

Bolesti hlavy, zvýšená teplota, hypertenze jsou zhusta spojeny s otravou organismu toxickými látkami. Jak se s tímto problémem vyrovnává současná medicína?

Velice často lékaři předepisují léky rozšiřující cévy. Znamená to, že vlastně bojují s následky, avšak nezabývají se příčinami choroby. Já naopak navrhuji obnovit

zdraví ledvinové buňky a tím i funkci samotných ledvin. Proto je třeba je na určitý čas vyřadit z činnosti. K tomu poslouží následující postup:

- Hodinu před návštěvou sauny nebo ruské parní lázně snězte ledvinu nějakého zvířete.
 - Patnáct minut před vstupem do horké místnosti vypijte několik sklenic potopudného čaje nebo kvasu.
 - Funkce ledvin přejde na kůži. Ty zatím budou odpočívat a rozrůstat se díky přítomným výživným látkám.
 - Navíc je nezbytné organismus kůží přikrmit. Namažte ji octem, syrovátkou, podkožním sádlem nebo medovou vodičkou.
- 10 procedur v průběhu 2-3 měsíců funkci orgánu obnoví.

ABECEDNÍ RECEPTÁŘ

Alkoholismus - viz *Jak vystřízlivět, Kocovina, Jak pít a neopít se*

Ateroskleróza mozku

Šťáva z cibule také prospívá při ateroskleróze mozku. Za tímto účelem ji v poměru 1:1 ředíme s vodou. Používá se 1 polévková lžíce 3krát denně 30 minut před jídlem. Vždy po měsíci se udělá přestávka.

Běhmo (leukom)

Přestože se toto onemocnění léčí výlučně operativně, jsou známy lidové způsoby, jak leukom vstřebat. Znal jsem několik jedinců, kteří uvedeným postižením trpěli a byli tudíž odsouzeni k slepotě. Navzdory tomu se vyléčili, přičemž využili následující recepty:

- 1.) Vezměte půl sklenice žížal, opláchněte je, aby na nich nezůstala zemina, zasypte je pískovým cukrem a dejte do trouby dusit. Takto získanou směs pečlivě přefiltrujte a do nemocného oka kapejte 3krát denně. (A. Bardy)
- 2.) Existuje ještě jeden způsob léčby. Opět vezmete žížaly, propláchnete je, položíte do sklenice, mírně zasypte solí (v důsledku toho vytvářejí zvláštní tekutinu), přefiltrujete a po 1 kapce kapejte do nemocného oka. Po 2-3 týdnech léčení se leukom zcela vstřebá a zrak je zase normální. Aspoň to tvrdí lidé, kteří tento způsob využili. (A. Bardy)
- 3.) Za mého pobytu na Sibiři jsem si zapsal ještě jednu metodu. Dokonce i starý leukom se vstřebá, když do oka denně kápneme 1 kapku čerstvé pryskyřice. (A. Bardy)

Bradavice - Jak se jích zbavit

Uvedeme poměrně zajímavý recept proti bradavicím, převzatý z „Ruské lidové učebnice léčení“. Tento způsob nabízíme bez jakýchkoli zásahů a změn, přesně tak, jak byl zveřejněn. „Bradavice a mateřská znaménka postihují řadu lidí. Ti proti nim

používají různé prostředky, většinou neúčinné. Navíc, jak se lékaři domnívají, dráždit je je velice nebezpečné. Nevíme, zda věříte „magické medicíně“, pravdou ovšem zůstává, že v dávných dobách se k ní léčitelé často utíkali o pomoc a nikoliv bez úspěchu. Podívejme se, jak prostřednictvím magie bojovali s bradavicemi a s mateřskými znamínky.

1.) I s kořenem například vytrhli kousek obilného stébla právě sklizené úrody. Ostřím slámy několikrát bradavici píchli a okamžitě ji kořenem nahoru zaryli na nějaké vlhké místo. Svědectví, jež se zachovala až do našich časů potvrzují, že za několik dnů, když sláma shnila, bradavice beze stopy zmizela!

2.) Pokud léčitel po ruce neměl lán obilí, „ozbrojil“ se jiným prostředkem z téže magické kuchyně. Vezměte nevelkou bramboru, rozřízněte ji na polovinu a jednu vyhodte (pověřiví léčitelé se domnívali, že vyhazovat se má vždy za záda přes hlavu). Druhou částí (stranou řezu) všechny bradavice a mateřská znamínka natřete a okamžitě ji zakopejte na nějaké suché místo. Musí tam vyschnout a nesmí začít růst. Za několik dnů, když brambora vyschne, zmizí i bradavice.

Uvedeme ještě dva způsoby odstraňování bradavic, jejichž základem jsou prostředky rostlinného původu.

3.) K léčbě se používá odvar z mateřídoušky (bez kořenů). Špetku rozemleté rostlinky 5 minut vaříme v 300 ml vody. 10 dnů se 2-3krát denně před jídlem užívá 200-300 ml odvaru. Na bradavici se dává kaše ze strouhané cibule.

4.) Původ následujícího receptu vyžaduje vysvětlení. Začátkem roku 1994, jak oznámily noviny „Doktor Nostradamus“, v Paříži vyšly „Senzační zápisky L. I. Brežněva“. Noviny uvádějí, že L. I. Brežněv si vedl speciální sešit, do něhož si zapisoval recepty netradiční medicíny. „Ty navzdory péči, kterou mu zajišťovali významní lékaři, neustále využíval a ochotně se s nimi děлил i se svými blízkými. Uvádíme jeden ze zápisů z jeho sešitu:

„Bradavice velice dobře léčil můj dědeček. Roztloukl měsíček s jeřabinami a jimi převázal postižené místo (teď lze použít rychloobvaz). Nějakou dobu je nechával působit. Nejčastěji přes noc. Úspěch byl stoprocentní.

Bolesti zubů - Náramek z česneku

Poměrně podivný způsob léčby zubních bolestí, připisovaný jedné sektě, je popsán v mnoha učebnicích předrevolučního Ruska. Jen tak pro zajímavost, ve vesnicích nedaleko města Blagověščensk místní obyvatelé bolesti chrupu léčí právě zmíněnou metodou. Zápěstí ruky z vnitřní strany natrou česnekem. Následně ho nakrájejí na droboučké kousky a do místa pulzu přiloží česnekový obvaz. Když se bolest objeví na pravé straně, přiloží se k levému pulzu a opačně. *Poznámka:* než česnek na zápěstí přiložíte, dejte si na ruku kousek látky.

Bolesti hlavy

- 1.)** Zbavit se migrény, bolestí v zátylku pomáhá následující způsob: do hrníčku rozklepnete 1 syrové vajíčko a zalijte je vařícím mlékem, důkladně promíchejte. Nápoj pijte denně dlouhou dobu.
- 2.)** Při úporných bolestech pomáhá další lidový prostředek: namočte ponožky, vyždímejte je a na noc si je natáhněte na nohy. Na ně si ještě vezměme pár suchých ponožek. Spěte s nimi celou noc, přičemž nohy si pečlivě zabalte do teplé deky. Budete-li to dělat celý týden, bolesti zmizí.
- 3.)** Bolesti hlavy lze také léčit propolisem. 30 g propolisu rozmíchejte se 100 ml lihu. Na kousek chleba si nakapte 50 kapek a snězte - bolesti se vytratí. **4.)** Směs bylin: máta peprná - 1 díl, dobromysl (pamajorán) - 1 díl, kyprina (slov. vrbka uzkolistá) - 1 díl. Jednu polévkou lžící směsi použijeme na 500 ml vařící vody, necháme zabalené 30 minut stát, přecedíme. Pijeme 1-2 polévkové lžíce 5-6krát denně.
- 5.)** Dobromysl (pamajorán) - 1 polévkovou lžící na 1/2 litru vařící vody. Louhujeme zabalené, po 30 minutách přecedíme. Užíváme 1/2 až 2 sklenice 2-3krát denně. Těhotné ženy tento nápoj užívat nesmějí!
- 6.)** Kalina. Pije se čerstvá šťáva.
- 7.)** Rybíz černý. Pije se 1/4 sklenice čerstvé šťávy při silných bolestech hlavy 3krát denně.
- 8.)** Bylo zjištěno, že zabránit bolestem hlavy může preventivní pití sklenice syrovátky, kefíru a podmáslí každé ráno na lačno.
- 9.)** Při velké bolesti hlavy zkuste ruce až po lokty namočit do velice horké vody a držte je v ní, dokud bolesti nepřejdou. Na čelo si položte kousky syrových brambor rozprostřených na tenké látce.
- 10.)** Lze také využít následující způsob: Silně zmáčkněte tepny na spáncích, asi na 10-15 sekund, pak prudce povolte - krev se nahrne do hlavy a bolesti se vytratí.
- 11.)** Brusinky. Používají se čerstvé plody.
- 12.)** Jahoda lesní. Při bolestech hlavy jíme čerstvé plody.
- 13.)** Bezinka (Baza čierna). Užívá se výluh z květů: 1 polévkovou lžící suchých květů zalijeme 1 sklenicí horké vody, necháme 20 minut louhovat a poté přecedíme. Užíváme 1/4 sklenice (nejlépe s medem) 3-4krát denně 15 minut před jídlem.
- 14.)** Oman. Výluh z kořene užíváme 4krát denně, vždy 1/4 sklenice 30 minut před jídlem. Kávovou lžičku rozmělněného kořene zalijeme 1 sklenicí vody, necháme 10 hodin louhovat a poté přecedíme.
- 15.)** Jetel (datelina). Užívá se výluh z květů: 1 polévkovou lžící květů zalijeme sklenicí vařící vody, necháme 30 minut stát a následně přecedíme. Pijeme 1/2 sklenice 3krát denně.
- 16.)** Třezalka (lubovník). Při bolestech hlavy se pije odvar - 1 polévkovou lžící

třezalky zalijeme sklenicí vařící vody, vaříme 1-5 minut. Pijeme 1/4 sklenice 3krát denně.

17.) Lilek potměchuť (slov. lulok sladkohorký). U nás je plevelem, jenž se likviduje. V medicíně Velké Británie, Francie, Portugalska, Turecka, v čínské a indické medicíně je oficiálně uznán jako léčivý prostředek. V bulharské medicíně se mladá stébla s listy (výhonky) používají při neurózách, bolestech hlavy, křečích v močovém měchýři. (Upozornění - celá rostlina je jedovatá.)

Užívá se následující odvar: 1 kávovou lžičku na prášek rozdrceného lilku zalijeme sklenicí vody a 10 minut vaříme. Pije se 1 kávová lžička 2krát denně. Čerstvé plody jsou nenahraditelné při hypertonické chorobě, zvýšeném arteriálním tlaku, coby močopudný prostředek, projímadlo a také při ateroskleróze. S léčebným cílem se doporučuje denně užívat maximálně 2 polévkové lžíce čerstvých a zralých plodů.

Bolest hlavy silná

1 díl medu, 2 díly šťávy z póru, ohřát. Nalít do nosu nebo do uší. Bolesti mizejí. (Floridus)

Bolesti hlavy chronické

Připravíme si odvar z mateřídoušky (vody musí být hodně). Večer hlavu ponoříme do nádoby s tímto odvarem a 10-15 minut ji v něm necháme. Následně jím opláchneme celé tělo. (Vanga)

Bolesti hlavy u dětí - úporné

Polštářek napěchujeme kmínem, jenž předem necháme vysušit. Když se dítě na tomto polštářku vyspí jednu noc, rostlinu vyndáme a uvaříme. Odvarem dítěti omýváme hlavu. (Vanga)

Bolesti v kříži

1.) Stejně díly: soda, med, ocet + voda, síra. Rozetřít vlněnou látkou. (Floridus) Lze také použít pouze síru a med.

2.) Šťáva z póru s vínem. Pít. (Proti tomuto neduhu neexistuje lepší prostředek, aspoň to říká Floridus.)

Bolesti v uchu a hluchota

Níže popsany způsob odstraňování bolestí v uchu a hluchoty jsme převzali z „Ruské lidové učebnice léčení“ významného lékaře P. M. Kureného. Předkládáme ho bez jakýchkoli změn a dodatků, v té podobě, v jaké je uveden ve výše nazvané publikaci. Ještě bychom chtěli zdůraznit, že na zmíněný recept jsme zvláštní pozornost neobraceli, dokud se nám do rukou nedostal recept proti vypadávání vlasů od A. I. Furové z Ivano-Frankovska. Proč? Posuďte sami.

1.) Při nachlazení se v uchu, případně v obou, zhusta objevuje silná bolest. Provází ji i hluchota. Autorovi je znám případ, kdy uvedenou poruchou trpěla desetiletá holčička.

Léčilo ji deset lékařů, zástupců oficiální medicíny, (přesněji mučilo) a bez jakéhokoliv úspěchu. Tatínek dívenky eskulapům přestal věřit. Pomoc se vydal

hledat k léčiteli.

Ten do trychtýře smotal velký list balicího (tlustého modrého) papíru, jehož užší konec zastrčil do ucha malé pacientky a široký zapálil. Když trychtýř téměř celý shořel, léčitel jeho zbytek lehkým úderem z ucha pacientky vyrazil. Stejnou proceduru provedl i na druhém uchu. Bolest a hluchota okamžitě zmizely.

Tak ruský léčitelský génius zase slavil vítězství. Desítky lékařů dostala na frač, stáhla ocas a s ostudou se musela stáhnout. V téže publikaci je, s odvoláním se na znalce lidové medicíny doktora Benediktova a knížete Jengalyčeva, uveden neméně pozoruhodný recept na zdoání zmíněné nemoci.

2.) Vezměte lněnou látku, namočte ji do roztaveného vosku nebo ji jím v tenké vrstvě namažte. Sviňte ji do kornoutu, jehož úzký konec vsuňte do ucha pacienta, široký zapalte. Když látka téměř do konce shoří, mírným úderem její zbytek z ucha vyrazte. Díky této metodě se z něho špína a hnis vytáhnou. Nemoc bude pomalu ale jistě ustupovat.

Bronchitida - viz *Hořčičné náplasti*

Březové pupeny a listy

Výluhy a odvary z březových pupenů se zhusta používají coby močopudné a dezinfekční prostředky. Velice efektivní jsou při otocích srdečního původu, při onemocněních dýchacích orgánů jako antiseptické a vykašlací prostředky. Kromě toho se používají při kožních chorobách. Listy břízy slouží taky k přípravě močopudných a potopudných odvarů a výluhů. Při srdeční nedostatečnosti pomáhají výluhy z březových listů: snižuje se dýchavičnost a nemocný se celkově cítí lépe.

1.) Výluh z březových pupenů

10 g (půl polévkové lžíce) pupenů smícháme ve smaltované nádobě. Zalijeme 200 ml (1 sklenice) horké převařené vody. Přiklopíme a 15 minut nahříváme ve vodní lázni.

V průběhu 45 minut při pokojové teplotě nápoj vychladíme. Přecedíme ho, zbývající pupeny vyždímáme. Maximálně 2 dny necháme na chladném místě. Užívá se 1/2-1/3 sklenice teplého nápoje 2-3krát denně 10-15 minut před jídlem.

2.) Odvar z březových pupenů ,

10 g pupenů vaříme ve 200 ml vody 30 minut, vychladíme během 10 minut a precedíme. Užíváme 1 polévkovou lžici 3-4krát denně.

3.) Výluh z listů břízy

2 kávové lžičky nakrájených březových listů zalijeme 200 ml, vaří či vody, necháme 30 minut louhovat. Po vychlazení precedíme přes gázu. Pije se 3-4krát denně v 3-4hodinových intervalech.

Bušení srdce - viz Meduňka

Cirhóza

V mateřském mléku rozmíchat bílou mouku, užívat 1 polévkovou lžící ráno a večer před jídlem. (Vanga)

Cukrovka

- 1.) V mlýnku na kávu rozemeleme pohanku, zalijeme ji sklenicí kefiru, důkladně promícháme a vypijeme. Užíváme pokud možná 2krát denně - ráno a večer, přibližně půl hodiny před jídlem.
- 2.) V odšťavovači vymačkáme šťávu z brambor. Pijeme 2krát denně půl sklenice - ráno a večer, přibližně půl hodiny před jídlem. Občan města Doněcka N. M. Kondakov, jenž tento recept publikoval tvrdí, že díky němu se mu množství cukru v krvi podařilo výrazně snížit.
- 3.) Jeden člověk, jehož postihla tato choroba, mi dal následující recept: na jaře, když se nalévají, nasbírejte pupeny šeříku a usušte je ve stínu. Poté 1 polévkovou lžící rostliny zavařte v 1 l. vařící vody. Užívejte 3krát denně půl hodiny před jídlem 1 polévkovou lžící. (A. Bardy)

Čaj z listů léčivých bylin

Usušíme a v troubě mírně opečeme mladé listy brusinek, malin, borůvek, ostružin, černého rybízu, šípku, višně, jabloně a hrušky. Listy se přitom zbaví své přirozené barvy a ztmavnou. K přípravě čaje potřebujeme 3 g listů na sklenici vařící vody. Aby čaj byl ještě silnější, můžeme do něho přidat usušené, opečené a na mlýnku na kávu rozemleté kořeny čekanky nebo pampelišky (1 díl kořenů a 4 díly listů).

Čaj z meduňky nepomáhá?

Znamená to, že když jste ji kupovali, dali vám místo ní šantu kočičí (slov. kocúrik citrónový). Čaj z meduňky je známý svými léčivými účinky (coby uklidňující prostředek). Když ji přidáme do obyčejného čaje, bude mít příchut' citronu. Aniž bychom to tušili, zhusta pijeme čaj, jenž není připraven z meduňky, nýbrž z jiných bylin, které jsou jí podobné, například z šanty kočičí.

Přítom rozdíel mezi nimi je dost podstatný. Obě rostliny člověku voní stejně, avšak včela se nesplete nikdy. Ji přitahuje výlučně vůně meduňky, jež je identická s vůní královny. Když docela obyčejnou ohradu natřete meduňkou, vezte, že roj vylétnuvší z úlu se usadí právě na ní. Jak ale semena meduňky a šanty kočičí rozlišit? Vezměte si lupu a bedlivě si je prohlédněte:

1. Semena meduňky jsou prodloužená, hnědé barvy, jakoby broušená, délka je 1,5-2 mm. Na ostrém konci je světlý znak připomínající podkovu. Nachází se v místě, v němž se semeno drželo květního lůžka.

2. Semena šanty. jsou naopak kulatá, nablýskaná, se dvěma bílými tečkami - „kočičíma očima“.
3. Semena šanty mají dva vousy a jsou jakoby broušená a větší než meduňky.

Čaj z fermentovaných listů ostružin

Léčivé listy ostružin můžete sušit následujícím způsobem: nejdříve je rozložené na čistém papíru nechte v teplé místnosti povadnout.

Následně je nastříhejte na drobné kousky, lehce postříkejte vodou a zabalte do čistého plátna. Listy začnou fermentovat. Za 2-3 dny ztmavlé listy rychle dosušte v průvanu. Potom je dejte do skleněné láhve a důkladně ji uzavřete. Čaj lze připravit jako odvar nebo výluh. Abyste získali výluh, zalijte suché lišty vařící vodou, l kávovou lžičku na sklenici vody, přiklopte a zabalte do ručníku. Potom nechte 5-10 minut stát. Následně čaj slijte nebo přecedte.

K získání odvaru musíte vzít stejné množství vody a listů jako je uvedeno výše, listy 10-15 minut vařte v přiklopené nádobě na mírném ohni. Poté čaj slijte nebo přecedte.

Čarovný nápoj

Informace z této části nám dal známý lékař, znalec lidové medicíny profesor V. A Ivanov. Budou se hodit ženám, avšak s nemenším zájmem si je určitě přečtou i muži.

„...I přišla panna k čarodějnici a poprosila ji o kouzelný nápoj, aby k sobě přitáhla mládence jejímu srdci milého, aby se do ní zamiloval. Pravila stará ježibaba: „Vyjevím ti, jak čarovný nápoj lásky uvařit, chystej ho však tak, jak budu velet. Vstaň na úsvitu, umyj se studenou rosou, třikrát sedm uklonů věnuj slunci. Jakmile začne vycházet, budeš sbírat byliny, které ti přikážu. Uvař je za současného zařikávání. Nápoj nabízej s poklonou a s láskou...“

„Známe tyhle báchorky,“ prohodí mnohý z vás. Avšak jak se říká, na každém šprochu pravdy trochu. Tak co, existují kouzelné byliny? S kategorickou odpovědí nebudeme spěchat. Raději se budeme řídit zmíněnou radou. Ostatně posuďte sami:

vstát za úsvitu, umýt se studenou vodičkou, procházet se ranním lesem a hledat bylinky nebo jen tak bez cíle se toulat, cožpak to není nádherné?

Po návratu domů se na sebe podívejte do zrcadla. Tváře budete mít červené, oči jasné - učiněná krasavice! A úklony - třikrát po sedmi? Vždyť jde o obyčejnou ranní rozcvičku, která vám léta pomáhá zachovat si hezkou postavu, nádherné držení těla, pohyblivost, svěží mysl.

A co se zařikávání týče? Domnívám se, že dívenka, když byliny vařila, měla pronášet něco na způsob:

„Vař se bylinko chutná, ať milý nápoj vypije, ať pochopí, že žádná se k němu

nehodí tak jako já, že žádná se o něj jako já nepostará..."

No řekněte, cožpak nápoj připravený s takovou láskou může uškodit?

„Podávat ho s poklonou a laskavostí", tady už není co dodávat. Teď je však důležité znát, o jaké bylinky vlastně jde. Nejdříve se zmiňme, do jaké míry je takový nápoj potřebný. Vztahy lidí se formují různě. Někdy s léty pocit obrovské lásky mizí kdesi „ve sklepení paměti" a tam se fixuje v konkrétních nervových buňkách. Musíte je oživit, pocítíte-li nějaké odcizení, neporozumění. Představte si, že v tom vám byliny skutečně pomohou!

(Viz Nápoj proti lhostejnosti v lásce a Neklid.)

Dyzenterie

1 polévkovú lžici nařezaných větviček ostružin spaříme 1 sklenicí vody, pijeme místo čaje, přičemž lze užít libovolné množství. Už za 2-3 dny nemocný pocítí zlepšení. (A. Bardy)

Dýchavičnost

Smícháme 200 g medu, olivového oleje a vínovice. Užíváme 3krát denně 1 štamprli. (Vanga)

Glaukom

Následky spojené se zhoršením zraku u pacientů se zeleným zákalem jsou všeobecně známy. Stejně tak je známo, že efektivní prostředky proti této chorobě dosud nebyly nalezeny. Podobně jako se topící i stébla chytá, postižení touto poruchou hledají cesty, jak si zrak aspoň částečně zlepšit. Vycházejíce z této skutečnosti jsme se rozhodli na stránkách předkládané publikace zveřejnit lidové metody léčby glaukomu, jež jsme v *žádné* jiné publikaci, ani v žádném jiném zdroji nenašli. Podstata této metody prověřené praxí spočívá v následujícím.

V lese nařezeme mladé výhonky plané hrušky, svaříme je a necháme louhovat. Pijeme jako čaj. Odvar je vhodné si trochu přisladit. Když se stav zlepší, opakuje se procedura každý rok.

Hadí uštknutí

1.) Nabízíme ještě jednu „exotickou" radu lidové léčitelky T. Dinovové, tentokrát je určena lidem uštknutým hadem. Jestliže vás uštkne had, třeba zmije, okamžitě nohu nad ránu převažte a bez meškání hledejte žáby. Žábu položte bříškem na zasažené místo a pevně ji držte, byť by se mrskala sebevíc. Za několik minut žabka zdechne. Přiložte další a pokračujte tak dlouho, až jedna zůstane živá. To bude důkaz o zničení jedu. Někdy je potřebných 6 až 7 žabek, ovšem pravdou zůstává, že místo uštknutí se rychle a bez následku zhojí. Jelikož s hledáním žab po uštknutí mohou být potíže, rozhodli jsme se uvést další, mnohem přístupnější metody

odstranění následků uštknutí. Například dva prostředky převzaté z „Ruské lidové učebnice léčení“:

2.) Okamžitě po uštknutí je nezbytné z opasku, dřeva apod. vyrobit primitivní hrazdičku a tou pevně zafixovat ruku nebo nohu nad postiženým místem. Aniž bychom pozornost věnovali příšerné bolesti, musíme na *zasažené* místo přitisknout rozžhavené železo. Následně ránu léčíme od popálenin. Hrazdičku sejmeme za 15 minut.

3.) Uštknutý člověk si sám musí vysát všechny rány a to co vysaje, musí vyplivovat. To je však možné pouze za předpokladu, že v ústech nemá ranky.

4.) Další rada pochází z dílny ukrajinského léčitele Anatolije Bardy: po uštknutí hadem okamžitě vysajte krev z rány (ovšem výlučně tehdy, nemáte-li v ústech ranky) a vyplivněte ji. V průběhu tří dnů na postižené místo přikládejte čerstvé droždí, přičemž je každou hodinu vyměňujte. Ještě lepší je, jestliže se na ránu dává utřený česnek. Také ten se každou hodinu mění za čerstvý.

Hemeroidy

Existuje poměrně jednoduchý způsob léčení hemoroidů pomocí brambor:

1. Na 30 minut si lehněte do vany (teplota vody 35 oC).
2. Lehněte si do postele. Ze syrové brambory vyříznete svíčku a na 30 minut ji vsuňte do řitního otvoru. Následující den je třeba celou proceduru zopakovat.

Hemoroidy zpravidla zmizí po první seanci.

Poznámka: Dva dny před léčebným úkonem nelze pít alkohol. „Příbuznými“ hemoroidů, jež způsobují nepříjemné pocity, jsou rovněž různé trhlinky vznikající v řitním otvoru. Zacelit je pomůže následující recept: důkladně promíchejte 1 polévkovou lžící rybího tuku. Večer po vyprázdnění střev vezměte nevelkou (dětskou) stříkačku, připravenou směs do ní nasajte a vstříkněte do řitního otvoru. Po 12-15 procedurách se trhliny zahojí.

Jelikož jsme zmínili ranky, povíme si něco o tom, jak je léčit i na jiných místech těla.

Hemoroidy, trhliny v konečníku, ekzémy v anální oblasti, vředy na řitním otvoru a další rektální obtíže

O zázračných léčivých účincích propolisu a včelího jedu toho lidé vědí hodně.

Avšak o novém přípravku téže řady - „rektálních svíčkách s propolisem“ - ví málokterý nemocný i odborník. Z tohoto důvodu jsme se rozhodli do publikace zařadit informaci o zmíněném léku. Důvodem našeho rozhodnutí byla skutečnost, že nový přípravek má 10krát vyšší efektivnost než samotný propolis.

Za pomoci rektálních svíček se léčí takové neduhy jako jsou hemeroidy, vředový nespecifický zánět tlustého střeva, trhliny v konečníku, ekzémy v anální oblasti, vředy řitního otvoru atd.

Uvedený lék vynalezl správce lékárny Valerij Vyšeslavov. Jde vlastně o dutinky (čípky) s tekutým léčivým přípravkem vyrobeným originální technologií, jež umožňuje, aby se včelí produkty rozpouštěly ve vodě. To dovoluje jejich aktivní vsakování do povrchu sliznice. Současně se v okolních tkáních vytváří vysoká koncentrace sloučenin ojedinělých mikroelementů, aminokyselin, vitaminů a dalších biologicky aktivních látek.

Suroviny pro výrobu přípravku se sbírají ve včelínech umístěných v ekologicky čistých oblastech, kde se nepoužívají žádné chemikálie. Autor léku dostal nápad náplň měnit a využívat ho i k léčbě dalších chorob, včetně syfilisu.

Jedinou překážkou využití preparátu je možná alergie na včelí produkty.

Zmíněný přípravek je novinkou, vznikl v roce 1994. Rektální svíčky s propolisem zatím používá pouze voroněžská společnost „Voroněž-Dion“.

Hlísty

1.) Do varu uveďte 200 g mléka, odstavte ho z ohně, utřete 3 stroužky česneku a dejte je do mléka, poté je rozmíchejte a nápoj přecedte. Každý večer v průběhu 3 dnů z uvedeného roztoku dělejte klystýr (asi po 150-200 g).

Tamponem vaty namočeným do téhož mléka vytírejte anální otvor, nemyjte ho však, jelikož samička vylézá v noci a klade kolem něho vajíčka. Ráno se důkladně umyjte teplou vodou a vyměňte si kalhotky či slipy. Prádlo si berte denně čisté a v každém případě ho žehlete. Za 3-4 dny hlísty zmizí.

2.) Vezměte hlavičku česneku střední velikosti a uvařte ji v přibližně 1,5 sklenici vody. Nechte louhovat. Získanou tekutinu použijte coby klystýr, jenž děláte několik dnů za sebou. Uvnitř těla ji držte pokud možná co nejdéle. (*Viz také Paraziti střevní.*)

Hořčičné náplasti

Nejsou v prodeji? Udělejte si je sami!

Podzimní plískanice, stejně jako jaro, s sebou přináší různá onemocnění z nachlazení. V takových případech jsme si zvykli používat především hořčičné placky (jde o náplast s vrstvou hořčice, způsobující příliv krve - pozn. překl.). Jenže ouvej, ne vždy jsou v prodeji. Co v takových případech dělat? Můžeme si je připravit sami. Ostatně jak se ukazuje, není to nijak složité.

Vezmeme čisté plátno. Mezi dvě vrstvy namažeme hořčičné těsto, jež je vlastně hořčicí smíchanou v teplé vodě se stejným, zhusta ale větším množstvím mouky (pro děti 1 díl hořčice smícháme se 2-3 díly mouky). Tak vznikne kašovitá hmota. Při jakých příznacích jsou hořčičné placky nejužitečnější? Při zánětech dýchacích cest (bronchitidě, pneumonii), ale také při stenokardii.

Tím že dráždí kůži, vyvolává éterický hořčičný olej příliv krve k odpovídající části kůže. To způsobuje rozšíření cév v hluboko uložených tkáních a orgánech. Navíc

hořčičné placky tiší bolest.

Zpravidla se kladou na prsa - zprava i zleva - a na záda -pod lopatky. Při rýmě však také lze úzký proužek placky nalepit na kořen nosu. Při nachlazení poslouží i náplasti nalepené na spodní třetinu bérce zevnitř. Lidem se zvýšenou citlivostí kůže a také dětem se pod ně dává papír namočený do teplé vody. Nechávací se působit 10-15 minut. Potom se kůže umyje teplou vodou, dosucha se vytře a je-li podrážděná, namaže se krémem či vazelínou.

Dětem při nachlazení pomáhají hořčičné zábaly. Polévkovou lžící mleté suché hořčice zalijeme 0,5 l teplé vody, důkladně ji promícháme a přecedíme. Do tohoto roztoku namočíme plenu nebo prostěradlo a jím tělíčko, případně jen hrudník omotáme. Dítě ještě zabalíme do suchého prostěradla či delty. Procedura trvá 5-15 minut.

Hořký nápoj z medu a z koření - léčivý prostředek

Dlouho předtím než naši předkové poznali čajové lístečky, se v Rusku značně oblíbě těšil nápoj zvaný sbiteř, jehož základ, tvořily různé byliny.

Pouliční městský život minulých století si nelze představit bez obchodníka s tímto hořkým nápojem. Zvláště populární byl v 18.-19. století. Na základě nařízení Petra I. chutný a výživný nápoj dostávali stavitelé města na Něvě coby ionizující prostředek. Na počátku minulého století návštěvníci petrohradských divadel o přestávce vycházeli na náměstí, aby se s hrníčkem lahodné tekutiny v ruce podělili o první dojmy z představení. Každý obchodník měl vlastní recept, který pečlivě chránil. Navzdory tomu byl základ nápoje stejný. Ve vodě se uvařil med s různými „kořeními bylinkami“: bobkovým listem, hřebíčkem, kardamomem, skořicí, muškátovým oříškem, zázvorem. V bohatších domech do nápoje přidávali pivo, ocet, pepř a někdy také „francouzskou vodku“ - koňak.

Nabízíme vám 1 recept, abyste si onen starodávný nápoj mohli přichystat sami: V jednom litru vody 10-15 minut vařte 150 g medu, stejné množství cukru a po 15 g hřebíčku, zázvoru, kardamomu a bobkového listu.

Když se v Rusku objevily čajové lístečky, postupně onen charakteristický hořký nápoj vytěsnil. V současnosti ho nenajdete dokonce ani v restauracích, činících si nárok na „starodávnou“ kuchyni.

Na území Kalmykije je pořád módní čaj, jenž se dost podobá hořkému medovému nápoji s kořením. Jeho základem je kromě výše uvedených složek také zelený čaj, který má zvláštní léčivé účinky.

Hypertenze

1 sklenice oloupaných a posekaných stroužků česneku se nasype do láhve. Zalije se 0,5 l vodky a postaví se na teplé tmavé místo. Obsah se 5-6 dnů louhuje. Přípravek se užívá 3krát denně půl hodiny před jídle, vždy 1 polévková lžíce. Zanedlouho vám

bude lépe. (A. Bardy)

Cholecystitida, gastritida, vředové žaludeční choroby, ledvinová postižení

Vezmeme stejné díly kopřivy, přesličky, kukuřičných blížien, měsíčku, heřmánku a máty. Všechno důkladně promícháme, rozemeleme, spaříme. Pije se po 50 g 3krát denně celý měsíc. (N. Rusecká)

Chřipka

Ve východní a tibetské medicíně proti chřipce používají malinové větvičky, které lze sbírat v zimě i v létě. Návod je prostý: 1 polévkovou lžící drobně nakrájených větviček zalijte 1 sklenicí horké vody a 10-20 minut vařte. Poté 2 hodiny louhujte. Pijte po doušcích, ale často, v průběhu celého dne.

Infekční chorobu v domě - chování okolí

V případě, že ve vašem domě je nemocný postižený jakoukoli infekční nemocí, je třeba ho nejen léčit, ale také dodržovat určitá pravidla, abyste se od něho nenakazili.

V pokoji, v němž leží, musíte podlahu, nábytek a další předměty mýt slabým roztokem octa. Vzduch zde velice dobře pročišťuje hořící svíčka. V době choroby je vhodné, aby ostatní členové rodiny pili nápoj, který si lze velice snadno přichystat.

Smíchejte sklenici medu se sklenicí octa a uveďte do varu, Je-li to nezbytné, pak kávovou lžičku octo-medové tekutiny rozmíchejte v hrnečku teplé vody a tento chutný, preventivní nápoj pijte.

Infekce potlačuje cukr

Argentinskí lékaři L. Erzas a J. Montenegro objevili, že cukr pomáhá hojit otevřené rány, jež se nezajizvují nebo jsou po chirurgickém zákroku zdrojem potíží. Jde o starodávnou lidovou zkušenost a běžný domácí recept, který byl potvrzen moderní lékařskou vědou. Cukr potlačuje bakteriální infekce, brání jejich rozšíření a vytváří podmínky pro hojení kůže. Efektivita cukru ve vztahu k likvidaci infekcí se vysvětluje především tím, že podstatně snižuje činnost vody v organismu (bakterie potřebují vysokou aktivitu vody).

* Ukrajinský léčitel A. Bardy radí cukr využívat rovněž k léčbě střevních chorob. S tímto cílem se využívají cukrové klystýry, jež přispívají k rychlému hojení vnitřních ran a jizev, současně střeva čistí.

* Mezi lidmi je velice dobře známo léčení rýmy šťávou z cibule. Stejně tak se všeobecně ví o nechuti dětí nechat si do nosu onu šťávu kapat. Nepříjemné pocity, jimiž trpí, u nich vyvolávají obrovský odpor vůči tomuto způsobu uzdravování. V takovém případě snad za úvahu stojí využití jiné metody, jejímž základem je cukr.

* Proti rýmě se vaří heřmánek s cukrem, přičemž se vaří do zhoustnutí. Tak vzniknou kapky do nosu. Velice vhodné jsou právě pro děti.

Inhalátor - termoska

Obyčejnou termosku lze bez nějakých větších problémů využít také jako inhalátor. Je však třeba do její zátky vyvrtat dva otvory a vložit do nich polyetylenové nebo skleněné trubičky. Jejich průměr může být různý, závisí na rozměru termosky a zátky. Jedna trubička (vnitřní) začíná na povrchu zátky a klesá do termosky, přičemž 1 cm nad dnem končí. Druhá (vnější) vede od spodní části zátky nahoru tak, aby se pohodlně dala vsunout do úst.

Do termosky se nalije převařená voda, nesmí přesáhnout polovinu jejího obsahu, vychlazená na 60-70 stupňů. Vsune se vnitřní trubička a termoska se uzavře zátkou. Inhalátor je hotov.

Při nachlazení se vlhký teplý vzduch opatrně vdechuje trubičkou. Jakmile voda vychladne, nahradí se teplou. Pokud je nutný nějaký lék, nalije se do termosky současně s horkou vodou.

Všem je zaručeně známa domácí léčba nachlazení párami z brambor uvařených ve slupce. Pravdou zůstává, že nemocný nemá zrovna nejpříjemnější pocity, když je skloněn nad hrncem s bramborami a hlavu má přikrytou dekou. Zkuste tento způsob poněkud změnit. Do termosky na jídlo (tedy nikoli do obyčejné, určené na horké nápoje) dejte právě uvařené brambory a použijte ji jako inhalátor (podle výše popsaného způsobu). Pro děti se tato nepříjemná procedura změní v zajímavou hru. Zkuste to!

Jak pít a neopít se

Abyste se neopili, musíte:

- 1.) Před večírkem či oslavou vypít 1 lžíci rostlinného oleje nebo sníst 1 syrové vejce.
- 2.) Když už nějaký alkohol vypijete, nepijte vodu, čaj ani jiný nápoj, jelikož tím se pronikání alkoholu do krve zesiluje.
- 3.) Přikusujte vařenou bramboru, neboť snižuje pravděpodobnost opití.
- 4.) Pokud vám to chutná, zapíjete alkohol mlékem.

Jak vystřízlivět

V případě, že už jste se opili, si připravte a vypijte jeden z následujících nápojů sloužících k vystřízlivění:

- 1.) Mělkou širokou sklenici vypláchněte olejem tak, aby pokryl její stěny, potom do ní dejte 1 vaječný žloutek, 1-2 kávové lžičky tomatové šťávy, špetku mletého černého a červeného pepře, 10-20 kapek vodky a trochu citrónové šťávy. Vše smíchejte a vypijete naráz.
- 2.) 10 ml koňaku, 10 ml hořké kořalky typu „Zvěreboj“, 1 žloutek, 20 ml tomatové

a 5 kapek citrónové šťávy, špetka soli a pepře.

3.) 10 ml koňaku, 1 žloutek, 20 ml tomatového pyré, 5-10 ml slunečnicového oleje, špetka soli s červeným a černým pepřem. Na získanou směs ještě položíme zarovnanou kávovou lžičku ostrého (s octem) křenu.

4.) K okamžitému vystřízlivění se hodí následující recept: 8-10 kapek amoniaku rozpuštěného v půl sklenici převarařené vody. (*Viz také - Kocovina*)

Kameny v ledvinách, močovém měchýři, játrech

Obyčejnou petržel, která roste ve vaší zahradce, spařte a pijte jako čaj, přičemž nemusíte dodržovat žádný limit. V mnoha případech právě tento způsob léčby přináší blahodárné výsledky. (A: Bardy)

Kašel - úporný dětský

1 bramboru, 1 hlavičku cibule a 1 jablko zalít 1 litrem, vody a vařit tak dlouho, dokud se polovina vody nevypaří. Děti dáváme 3krát denně 1 kávovou lžičku. (Vanga)

Kloubový revmatismus

Půldruhé sklenice kořenů šípku necháme louhovat v 0,5 l vodky. První 3 dny se užívá 1 polévková lžíce Skrát denně, potom štamprle. Výrazné zlepšení pocítíte okamžitě. Odvar z vody nepomáhá. (*Viz také - Revmatismus.*)

Kocovina - jak se jí zbavit

- 1.) Dát si pořádnou sprchu a nejlépe lázeň s mořskou solí.
- 2.) Vyčistit si žaludek tím, že vypijete jedlou sodu rozpuštěnou ve vodě
1 polévková lžíce sody na 1l převařené vody.
- 3.) Vztít si aspirin a 10 tablet živočišného uhlí.
- 4.) Podrobit se energické masáži hlavy, čela, tváří, uší.
- 5.) Abyste z těla vyloučili produkty vzniklé rozkladem alkoholu, vypijte odvar:
 - 4 polévkové lžíce posekaných šípku
 - 1 polévková lžíce třezalky
 - 2 polévkové lžíce srdečníku
 - 3 polévkové lžíce medu. (*Viz také- Jak vystřízlivět*)

Kožní choroby

Způsob přípravy barviva na látky z léčivých bylin při kožních chorobách

Z informací ruského Vědecko-výzkumného ústavu regenerace (I. A. Šarpové) vyplývá, že bičem našeho století jsou alergická kožní onemocnění, která však lze zmírnit, jestliže například ložní prádlo a oděvy nemocného přebarvíme bylinami. Nutno říct, že nejde o žádný světoborný objev. Jde jenom o vědecké potvrzení rad a doporučení obyčejných a často nevzdělaných a neuznávaných lidových léčitelů. S

tímto účelem lze například použít heřmánek, dubovou kůru, kůru řešetláku, dvouzubec, vlašovičnick.

Látky určené k barvení musejí být přírodní, nejlepší je vlna a hedvábí. Bavlna a len jsou rovněž vhodné, avšak na nich budete mít mnohem světlejší barvu.

Na léčebných účincích se to však nijak neodrazí.

- Heřmánek - dá tkáni pastelově žlutý odstín

- Dvouzubec - šedo-zelený odstín

- Dubová a řešetláková kůra červeno-hnědý odstín:

Na vlně budou barvy podstatně tmavší než na hedvábí. Dříve než se do barvení pustíte (libovolnou přírodní barvou), je nutné látku namořit (10 gramů přípravku na 1 litr vody). Coby mořidlo lze například použít modrou nebo zelenou skalici.

Mořidlo se rozpustí v horké vodě (nejlépe je předem převařená), ochladí se a látka se na 24 hodiny do této lázně položí. Následně se vymáchá a usuší. Na přípravu barviva dáme 100 g rostlinné látky na 1 l vody. Jestliže použijeme kůru, pak stačí 50 g. Roztok se udělá v poměru 3 litry na 50 gramů látky. Byliny se zalijí vodou a hodinu se vaří, kůra se vaří 4-6 hodin (v sáčku z gázy). Aby barva byla rovnoměrnější, lze předem namočenou látku ještě mírně navlhčit vodkou. Potom se tkanina hodinu vaří v barvicím roztoku. Na 24 hodin ji v něm lze nechat i po ukončení varu.

Poznámka; Je pozoruhodné, že už před mnoha lety doporučoval něco podobného legendární český léčitel páter F. Ferda (viz např. Kapesní receptář p. Ferdy).

Kožní diatéza

Jak diplomovaná lékařka nevědecky (lidovými metodami) léčí diatézu:

„Následující recept nenajdete v žádné lékařské učebnici, navzdory tomu ho již několik let doporučuji svým malým pacientům,“ říká doktorka moskevské záchranné služby I. A. Ignatěvová.

„Jako lékařka jsem do určité doby k radám babiček zachovávala pochybovačný postoj. Život mne však naučil na tuto problematiku hledět zcela jinými očima. Nateklé tváře mé roční dcerky barvou připomínaly její malinový kočárek. Bouřlivá diatéza čiperné dítě, které se umělo radovat ze života, změnila v náladového a podrážděného tvorečka. Jednou jsem to nevydržela. Na základě „nevědeckého“ receptu jsem vzala olivový olej a 40 minut jsem ho hřála ve vodní lázni. Když vychladl, rozetřela jsem ho s jedním syrovým žloutkem. Mast jsem nanasla na zarudlá a rozškrábaná místa, 20 minut jsem ji nechala působit. Následně jsem ji smyla horkou vodou.

Proceduru jsem opakovala 2krát denně - ráno a večer. Mé dcerce se podstatně ulevilo.

Krvácení

Kopřiva je dobrým prostředkem proti krvácení. Tento recept má fantastický účinek při krvácení z dělohy, střev, plic. Vezmou se 3 díly kopřivy a 1 díl přesličky. Jako obvykle se spaří a pije se 100 gramů 3krát denně celý týden. (N. Rusecká)

Krvácení (z dělohy, střev, hemoroidů, poranění)

Okurkové šlahouny se sklízají na podzim po sběru okurek, následně se suší, nakrájejí nadrobno, promýváním ve studené vodě se zbavují prachu. 50 g tohoto základu se zalije 0,5 l vody a přivede k varu.

Užívají se 3 sklenice 3krát denně. Krvácení se zastaví již po prvních dnech a provází je všeobecné zlepšení pacientova stavu. Zpočátku je však žádoucí, aby ležel v posteli - aspoň 2-3 dny.

Krvácení (děložní, plicní, z nosu), léčení chorob močového měchýře, zánětů ledvinových pánviček a močové trubice

Připravuje se výluh z 15 g vrcholků hluchavky na 1 sklenici vařící vody. Užívá se 1 sklenice 3krát denně.

Kuří oka

1.) Důkladně si nohu s kuřím okem napařte, potom vezměte pryskyřici z jakéhokoli jehličnanu, přiložte ji na postižené místo a přelepte rychloobvazem. Tuto proceduru opakujte 4-5krát, přičemž pryskyřici měňte každých 24 hodin. Kuří oko zmizí.

2.) Ke kuřimu oku na 24 hodiny přikládejte čerstvé maso říční žabky, třikrát ho vyměňte. Suché kuří oko odpadne.

3.) Do sklenice nalijte 8% ocet a opatrně do něho vložte čerstvé slepičí vejce. Za 10 dnů se vejce zcela rozpustí. Tímto způsobem získáte svéráznou mastičku, jíž opatrně mažete výlučně kuří oko. Před samotnou procedurou je třeba si umýt nohy a kuří oko (suché) napařit v horké vodě, do níž přidáte 1-2 lžičky jedlé sody.

Kuří oka, bradavice

Spálí se kůra vrby. Popel se smíchá se silným octem. Přikládá se nebo maže. (Floridus)

Láska - viz *Čarovný a ochranný nápoj*

Léčivé byliny - Tabulka trvanlivosti

	červenec	srpen	září	trvanlivost (let)
puškvorec, kořen	—	—	+++	2
kozlík lékařský (valeriana), kořen	- ++	+++	+++	3
chrpa (nevádza)				
modrá, květy	-++	+++	+++	1
oman,	—	-++	+++	4
komonice,	+++	+++	...	2
řešetlák (reštlík), plody	—	--+	+++	2
třezalka (íubovník)	+++	++-	++-	3
kukuřice, čnělka s bliznou	—	-++		2
lopuch, kořeny	—	—	+++	4
měsíček (nechtík), květy	—	+++	+++	2
pampeliška (pupava), kořeny	—	--+	+++	3
vrtič, soukvětí ."	--+	++-	++-	2
pelyněk (palina)	-++	++-	---	2
srdečník (srdcovník)	-++	++-	---	2

Poznámka: termíny uvnitř měsíců jsou uvedeny v dekadách.

Ledviny - viz *Kameny v ledvinách*

Mastopatie - *Důkladná očista organismu* - viz kapitola 1

Meduňka (medovka)

15 gramů na l sklenici vařící vody, nechat 30 minut stát zabalené, přecedit. Užívá se při bolestech na srdci, bušení srdce, nespavosti, břišních kolikách, nadmutí střev, ledvinových kolikách, točení a bolestech hlavy, šumění v uších, chudokrevnosti, coby prostředek na uklidnění nervové soustavy a také při bolestivé menstruaci.

Menstruace bolestivá - viz *Meduňka Migréna* - viz *Bolesti hlavy*

Mumio

Mnozí lékaři tvrdí, že mumio, které lze v současnosti koupit div ne na každém rohu, jsou zhusta falzifikáty. Nezřídka se k jejich výrobě používají ne zrovna neškodné byliny. Užitek z takového „léku“ rozhodně nelze čekat.

Navzdory tomu si můžete ověřit, zda mumio, jež máte doma, je pravé. Aspoň to tvrdí lidový léčitel N. F. Vorobjev. Co radí? Jeho roztok nalijte do láhve z bezbarvého skla, omotejte ji fólií, do níž vyříznete maličký otvor. Jím láhev obraťte

ke světlu. Za několik dnů se výřez zbarví dohněda. Proč? Protože se k němu začnou hrnout kolonie mikroorganismů, pro něž je charakteristické, že je přitahuje světlo. To se ovšem stane výlučně v případě, že mumio nebylo přepáleno, zdůrazňuje N. F. Vorobjev.

To je dost podstatné, neboť podobný efekt provází pouze skutečné mumio, tedy „živé“. Je třeba vědět, že přepálení je pro léčivo zhoubné.

V přirozených podmínkách nepodléhá přímému vlivu slunečních paprsků a zpravidla se nenahřeje nad 39-40 °C. Na základě tradice, vytvořené v zemích Východu, se polotovar čistí vypařováním roztoku na ohni nebo v parní lázni. Podle mínění mnoha vědců právě chybné metody čištění mumia vedly k tomu, že na začátku šedesátých let v SSSR mnozí výzkumníci jeho léčivé schopnosti zpochybňovali.

Nadměrné pocení nohou

Co dělat v případě nepříjemného zápachu nohou? Samozřejmě často se mýt a měnit si ponožky či punčochy, prohlásíte. Jenomže co když to nepomáhá?

- 1.) Pak je nutné použít čínský (pravý, ruský) čaj. Nohy se doporučuje koupat v silném čaji.
- 2.) Jestliže ani to neúčinkuje, je třeba nohy koupat v umyvadle či vaně v teplé vodě, do níž jsme přidali ocet. Za půl hodiny se zápachu zcela zbavíte.
- 3.) A ještě jedna rada. Při pocení nohou je dobré do bot pod chodidlo položit dubové listí. Nohy budou mít příjemnou chladivou podložku a pocení rychle ustane.
- 4.) Nejen listí, ale také dubová kůra může při nadměrném pocení nohou pomoci. Nevelké množství se rozemele na prášek, jímž se hojně vysype vnitřek ponožek. Provádí se to denně, do té doby, než se pocení sníží asi na polovinu. Jeho úplné odstranění, v tomto i v jiných případech, se podle mínění mnoha léčitelů nedoporučuje, jelikož je pro organismus nezbytné. Příliš rychlé odbourání pocení může u části lidí dokonce vyvolat silné bolesti hlavy.

Prosté vysvětlení tohoto jevu lze najít v knize německého léčitele Sebastiana Kneippa „Má vodoléčba“. Přestože pocení nohou se do určité míry považuje za pohromu, S. Kneipp varuje, že při jeho úspěšném odstranění si lze přivodit jinou pohromu v podobě konkrétní choroby. Jak tvrdí, pot nohou jsou vlastně vyloučené zkažené šťávy, které znečišťují a ničí cévy. Odtud také pochází onen nepříjemný pach, jež každého od nemocného vyhání.

- 5.) Na otázku, co tedy v případě pocení nohou dělat, S. Kneipp odpovídá, že je třeba rozpustit, vytáhnout a z těla odstranit špatné hnilobné šťávy, ať už se nacházejí kdekoliv. Následně je nezbytné zpevnit a vyléčit kůži i cévy, jež následkem hnilobných šťáv utrpěly. S tímto cílem doporučuje nohy balit do plátna namočeného do odvaru ze sena či borových větví.

Tuto proceduru musí postižený podstoupit 5-6krát v průběhu 19 dnů. Následně se denně 2 týdny nohy až po lýtko 10 minut máčejí v teplé vodě, která se 3krát mění, přičemž nohy se také polévají studenou vodou (1 minutu).

Podle názoru S. Kneippa je proti pocení nohou rovněž vhodné chodit naboso po mokré trávě nebo aspoň večer před spaním po pokoji.

Nadýmání

1.) V případě nadýmání se vezme semeno mrkve, rozemele se na prášek a Skrát denně se užívá 1 g.

2.) Lze také pít horký odvar ze semen mrkve: 1 polévkovou lžící semen zalijeme sklenicí vařící vody. Necháme den louhovat na teplém místě. Pijeme vždy 1 sklenici horkého nápoje 3krát denně; (A. Bardy)

3.) Heřmánek s vínem. Často pít. (Floridus)

Nachlazení a respirační choroby

Teplé slunečné dny jara nebo podzimní plískanice a větry provázejí nachlazení a respirační choroby. Trpí jimi dospělí, ale především děti. Začíná strastiplná cesta po lékárnách ve snaze najít ten nejlepší, pokud možná zahraniční lék (v současnosti je to velice moderní).

Cožpak se nelze bez těchto drahých medikamentů obejít, cožpak je nutné zatěžovat rodinný rozpočet, abychom se těchto chorob zbavili? Věhlasný znalec léčivých bylin V. I. Ševčuk se domnívá, že se bez nich lze obejít a že je to dokonce žádoucí.

Pomoc musíme hledat zejména u našich dobrých známých: česneku, ředkve, octa, hořčice. Z octa, hořčice a vodky se připravují hřejivé obklady snižující teplotu.

Cibule a česnek zase tiší kašel a rýmu.

1.) Neztrácejte tedy čas: vymačkejte šťávu z cibule - od několika kapek po kávovou lžičku. Starší děti a dospělí mohou pít neředěnou šťávu. Malým a těm, jejichž organismus cibuli snáší špatně, raději nabídněte následující nápoj: v poměru 1:1 cibulovou šťávu rozřed'te převařenou vodou, medem nebo cukrem. Už jste „elixír" vypili? Připravte si tedy lék na zítra.

2.) Velkou cibuli nakrájejte na drobné kousky a zasypte je 1-2 polévkovými lžícemi cukru nebo medu. Ráno bude medikament hotov. V průběhu dne ho musíte využívat. Nejlépe 30 minut před nebo 1,5-2 hodiny po jídle.

3.) S česnekem musíte zacházet opatrně, neboť je, dost agresivní. Jestliže jste vymačkali šťávu (10-20 kapek), musíte ji rozředit v 10-15 dílech převařené vody.

4.) Česnek můžete používat i jinak. Zvlášt' nemáte-li možnost si medikament z něho přichystat. Vezměte maličký stroužek česneku, případně si kousek, asi velikosti hrášku odkousněte, zuby ho rozdělte na polovinu a nechte v ústech 5-7 minut „běhat". Následně ho můžete spolknout. Pokud vás začne pálit v žaludku, zapijte ho vodou. Během 5 minut česnek ústa důkladně vydezinfikuje.

Pro zajímavost, tímto způsobem obyčejní lidé léčili dysbakteriózu, při níž organismus po dlouhodobém podávání léků v důsledku té či oné nemoci nedokáže normálně zpracovat stravu. Následkem jsou úporné průjmy. V takových případech je třeba ráno na lačno a večer 2 hodiny po jídle do úst vložit maličký kousek česneku, rozkousat ho a po 5 minutách „běhání“ v ústech ho spolknout. Je-li to nutné, zapijte ho 2 polévkovými lžícemi vody. Léčba trvá týden.

5.) V libovolných souvislostech můžete sobě i vašemu dítěti připravit česnekový inhalátor, případně cibulový či česneko-cibulový. Do hrnečku dejte stroužek česneku nebo kousek cibule (případně oba najednou), rozmačkejte je a přiložte k ústům, 2krát denně 10 minut vdechujte (děti 5 minut). Inhalovat musíte následovně: ústy vdechujte a nosem vydechujte. Trápí-li vás rýma, postupujte opačně: nosem vdechujte a ústy vydechujte. Rýmy se rychle zbavíte a nos bude suchý.

6.) Při nachlazení dětem i dospělým vynikající službu prokáže černá ředkev. Ředkev velkých rozměrů, i s „ocáskem“, se postaví do sklenice s vodou. Do horní části se vyřízne jamka, do níž se dají 2-3 polévkové lžice medu. Stejně jakoby šlo o květináč s nějakou roslinkou, sklenici postavíme na parapet do teplé místnosti. Za 3-4 hodiny, když se nashromáždí šťáva a med se změní v léčivý nápoj, je medikament hotov. Dětem ho dávejte 4-6krát denně půl kávové lžičky. Panečku, ten jim ale chutná! Když jste lék využívali, přidejte nový med. Ředkev vás tak může léčit 4-5 dnů. Ostatně na to, aby vás nemoc opustila, bohatě stačí 2 dny.

Nápoj proti lhostejnosti v lásce

Milovaný je lhostejný? Uvařte mu nápoj z následujících bylin:

<i>kořeny levzeji (leuzea)</i>	-3 díly
<i>šípky</i>	-3 díly
<i>plody hlohu krvavě červeného</i>	- 3 díly
<i>dobromysl (pamajorán)</i>	-2 díly
<i>květy měsíčku (nechtík)</i>	- 3 díly
<i>dvouzubec (dvozubec)</i>	- 3 díly

Byliny uvařte a k pití nabízejte podle „pohádkových“ pravidel. Nápoj odstraňuje únavu, podporuje životní funkce organismu, zvyšuje tonus. Po jeho vypití člověk ze sebe jakoby setřese únavu, špatnou náladu, stává se znovu aktivním, má radost ze života. Umíte si vůbec představit, jakou bude mít radost, že jste mu pomohli, jak vám bude vděčný? O ostatní se postará vaše láskovat, pozornost, krása, slušivé oblečení. (Viz *Čarovný nápoj a neklid.*)

Neklid

Milovaný je neklidný? Uvařte nápoj jiného složení:

- *srdečník* - 4 díly,

- protěž bahenní (*bielolístok*) - 4 díly,
- mateřídouška - 3 díly,
- kořen kozlíku lékařského - 3 díly,
- listy máty peprné - 2 díly.

Mějte na paměti, že lidé v takovém stavu velice neradi pijí léčivé nápoje či užívají léky. K vašemu snažení i k nim se občas chovají dost neuctivě, výsměšně. Nezlobte se na ně! Je to následek nervového vypětí. Lepší je mlčet. Snažte se, aby vaše pohyby byly klidné, přímé, hlas tichý, tón měkký. Však ten váš procitne, láska se ze „sklepení“ paměti vysvobodí a bude ještě silnější než kdysi.

Jak nápoj přichystat? V obou případech vezmeme polévkovou lžící směsi a dáme ji do smaltované nádoby, zalijeme sklenicí vařící vody, přiklopíme a ve vodní lázni 15 minut zahříváme. Pak nápoj půl hodiny chladíme, přece-díme, zbytek bylin vyždímáme. Dáváme pít teplý nebo horký vždy ráno a večer místo čaje.

To je celé tajemství! A vy jste tvrdili, že jsou to „babiččiny pohádky“ (*Viz také - Čarovný nápoj.*)

Neklidný spánek dětí

Ráno, když je na trávě rosa, na louce rozprostřeme bílé prostěradlo a důkladně je necháme rosou promáčet. Pak do něj dítě zabalíme, ať si v něm hodinku, půldruhé pospí, dokud na něm nevyschne. (Vanga)

Neplodnost

1.) Tato porucha se zhusta velice úspěšně odstraňuje rdesnem ptačím (slov. stavikrv vtáčí). Řada žen, jež se vyléčily vypráví, že dodržovaly zeleninovou dietu, pily odvar z uvedené byliny (1 plnou sklenici rdesna zalily 1 sklenicí horké vody). Tento čaj je třeba pít 3krát denně v průběhu 2-3 měsíců, (recept A. Bardy)

2.) Vezměte 1/4-1/2 vědra hořkých ředkví, umyjte je, uvařte a vodu slijte. Žena musí nad vědrem sedět zamotána do něčeho teplého, aby pára z ředkví pronikala až do centra její hráze. Musí však být opatrná, aby se neopařila. Pokud netrpí nějakými jinými vnitřními poruchami, může po 10-15 procedurách otěhotnět. (A. Bardy)

Nervozita - viz Meduňka

Nespavost dětí

Kilogram říčního písku uvaříme v nádobě s velkým množstvím vody. Když voda vychladne, nemocné dítě jí poléváme. (Vanga)

Nespavost dospělých

Spát na polštáři napěchovaném lesním senem nebo sušeným chmelem. Před spaním je vhodné užít 1 polévkovou lžici medu. (Vanga)

Noční pomočování

Vezměte 1 polévkovou lžici semen kopru, zalijte je 1 sklenicí vařící vody, postavte na teplé místo, aby se dobře vylouhovala, pijte na noc. Setkal jsem se s mnoha lidmi, kteří tvrdili, že se touto jednoduchou metodou zcela uzdravili. (A. Bardy)

Odsolování kloubů

Mnohé soli usazené v organismu rozpouští čaj z kořene slunečnice. Jeho tlusté části se umyté a usušené ke skladování připravují na podzim.

Před použitím se kořen rozkrájí na kousky velikosti fazolí a vaří se ve smaltované nádobě: na 3 litry vody použijeme 1 sklenici kořenů. Vaříme je asi 3 minuty. Čaj lze pít 2-3 dny. Podruhé tytéž kořeny vaříme 5 minut, potřetí 10-15 minut. Každou dávku čaje pijeme 2-3 dny. Následně s novou celou proceduru opakujeme. Čaj z kořenů slunečnice užíváme 1 měsíc. Soli začínají vycházet za 2 týdny. Moč je přitom výrazně světlejší. V těchto dnech z jídelníčku vyřadíme ostré a slané pokrmy. Ještě lepší je, bude-li strava pouze rostlinná.

Onkologické choroby

O mimořádných léčivých účincích bramborových květů ví také málokdo. Jejich využití při onkologických nemocích všech druhů přináší vynikající léčebné výsledky. Jedna polévková lžice čerstvých nebo sušených květů se zalije sklenicí vařící vody a 4-6 hodin se nechá louhovat. Užívá se 1 kávová lžička 3krát denně v průběhu celého měsíce. Dané množství a popsané využití bramborových květů berte velice vážně. Jak totiž N. Rusecká upozorňuje, tento zvláštní lék současně může být jedem.

Opar lysivý

V návaznosti na dál popsané pozoruhodné recepty léčebného použití spáleného balicího papíru (*viz také - Vypadávání vlasů*) bez zajímavosti určitě nejsou ani rady ukrajinského léčitele A. Bardy, týkající se léčení oparu lysivého:

Opar lysivý se odstraňuje následujícím způsobem: vezme se kousek lepenky, která se používá například jako obal na sešity, zapálí se a položí na talíř. Když shoří, zůstane na něm mastná skvrna hnědé barvy. Tu si dáme na prst a postižené místo jí namažeme. Tak je nezbytné, postupovat 7-10 dnů, pak opar zmizí.

Opruzeniny

Zpráchnivělé dubové dřevo rozemeleme na prášek. Nemocné místo umyjeme, pečlivě vysušíme a zasypeme, Používají dospělí i děti. (Vanga)

Otoky srdečního puvodu - viz. *Březové pupeny a listy*

Padoucnice (epilepsie)

1.) K léčení epilepsie v kurganském kraji používají fialku. Odvar z této rostlinky se užívá Skrát denně před jídlem, vždy 150 g. Těžké záchvaty plně mizejí.

2.) Lidová léčitelka T. Dinovová prohlásila, že mnozí léčitelé tuto nemoc lečí rohy nebo kopyty. Připravují z nich prášek, jenž nemocnému dávají 3krát denně, vždy po jedné lžičce, zapíjí se slabým odvarem z jmelí bílého nebo dubového. Také radí, aby pacienti s epilepsií používali koupele z odvaru sena.

3.) S jídlem užívat čapí trus nebo na krku nosit (soustavně) kořen pivoňky. (Floridus)

Paradentóza

Vezměte 15 g kořene puškvorce, zalijte 1 sklenicí vody, vařte 15-20 minut, vychladte a užívejte 3krát denně 1 polévkovou lžící. Tento odvar se rovněž hodí k léčení chřipky. (A. Bardy)

Parazití střevní

1.) Vezměte 300 g sušených tykvových semínek, zalijte je asi 50 g vody, přidejte 15 g medu a všechno roztlučte v moždíři. Jednu hodinu užívejte na lačno po čajových lžičkách, za 3 hodiny si vezměte projímadlo, a za další hodinu si udělejte klystýr. Po 2-3 procedurách hlísty zmizí.

2.) Coby prostředek proti hlístům se rovněž používá odvar nebo kořalka z pupenů břízy a také odvar z listů.

Odvar: 1 čajová lžička pupenů na 1/2 sklenice převařené vody, užívají se 2 polévkové lžíce 3krát denně.

Kořalka z lihu: 25 g pupenů na 100 g lihu, nechat 8 dnů louhovat, užívá se 20 kapek Skrát denně.

Kořalka z vodky: na láhev vodky dáme půl láhve pupenů, měsíc necháme louhovat, užívá se 40 kapek 3-4krát denně. (Viz. také - *Hlísty.*)

Písek v ledvinách

1 kg čerstvé petržele s kořeny a 1 velký celer nakrájíme na drobné kousky. Přidáme 1 kg včelího medu a 1 litr vody. Na mírném ohni za soustavného míchání přivedeme k varu. Necháme 3 dny stát. Přidáme ještě 1 litr vody a znovu přivedeme k varu. Přecedíme, přičemž směs nesmí vychladnout. Získaný sirup užíváme před jídlem.

Vždy l polévkovou lžící.

Plísňové onemocnění nehtů na rukách

Uvařit silnou kávu, sedlinu nevyhazujeme. Ruce v kávě máčíme. Tento recept lze také použít k léčení plísňového postižení nohou a bolestí chodidel a kotníků.

(Vanga)

Pneumonie - viz Hořčičné náplasti

Pohlavní choutky -Probuzení

- 1.) Velice silně účinkují: víno, med, pepř, mateřídouška (zažehnutý lásky plamen je nezadržitelný). (Floridus)
- 2.) Semeno fenyklu pít s vínem.

Popáleniny

1.) O schopnostech kopřivy úžasně léčit těžké popáleniny se ví, poměrně málo. Za tímto účelem je nezbytněji louhovat ve vodce. Na popálené místo se přikládá látka namočená do tohoto roztoku.

Rad ohledně léčení popálenin, přičemž na první pohled poněkud podivných, je hodně. Ostatně posudte sami. Jako příklad nabízíme jedno z doporučení známého ukrajinského léčitele Anatolije Bardy:

2.) Popáleniny se úspěšně léčí i následujícím způsobem: ještě horké brambory uvařené ve slupce oloupeme a slupku položíme na gázu, potom ji přiložíme na popálené místo. Převaz měníme pokud možno každé 2 hodiny. Uvedená metoda se jako podivná nebude jevit těm, kteří vědí, že američtí indiáni popáleniny poměrně úspěšně léčili přikládáním syrových nastrouhaných brambor na postižené místo.

3.) Pozoruhodná je rovněž rada z knihy „Ruská lidová učebnice léčení“: „V dávných dobách popáleniny léčili tak, že bílek a žloutek z čerstvého kuřecího vejce velice rychle ušlehali a získanou hmotou mazali postižené místo.

4.) Autorovi předkládané publikace se v průběhu shromažďování lidových receptů rovněž podařilo u jednoho z uzdravujících se nemocných získat „podivný“ recept na prostředek, jenž mu při popálenině pomohl.

Zde je:vaječný žloutek smažíme bez omastku až do zčernání. Odsuneme ho ke kraji pánve a ze získané hmoty vymačkáme tuk, jehož je v jednom vejce asi l čajová lžička. Ten ochladíme a přiložíme na popáleninu. Nezůstane po ní ani stopa. Nabízíme podrobnější vyprávění o tom, jak slepičí vejce zachránila popálené dítě. článek uvádíme beze změn, v té podobě, v jaké byl převzat z periodika „Vesnický život“. Vyprávění čtenáře vyšlo pod titulkem „Zachránil ho vaječný olej“.

Pojednává o tom, jak smrti utekla malá dcerka čtenáře, jež spadla do umyvadla s vařící vodou a utrpěla rozsáhlé popáleniny: „Tenkrát se ještě „transplantace“ kůže při popáleninách nepraktikovala. Dcerka velice často bolestí ztrácela vědomí,

pokrývaly ji tlusté černé strupy, jejichž puklinami prosakovala krev. Jednou do pokoje vešla starší žena, která se léčila v jiném oddělení. Když uviděla naše neštěstí, řekla mi:

- Ty jsi otec? Zachráníš ji, ale musíš mě pozorně vyslechnout a všechno si zapamatovat

- Sežeň si nejčerstvější slepičí vejce, budeš jich potřebovat spoustu. Deset jich uvař, avšak ne tak, jako když je chceš jíst, vař je 15 minut. Potom je zbav skořápky a odděl žloutky od bílků. Žloutky velice důkladně rožetři lžičkou, až získáš kasičku bez hrudek. Následně ji usmaž na čisté pánvičce na mírném plameni, celou dobu ji míchej. Smažit ji budeš 45 minut, — žena se usmála, když spatřila můj údiv a pokračovala:

- Teprve potom dostaneš skutečný **vaječný olej**, který precedíš. Jím budeš mazat popáleniny.

Uvidíš, jak rychle se rány zacelí.

Z 20 vajec jsem získal téměř 1/2 sklenice oleje, steriloval jsem ho a spěchal do nemocnice. V sobotu a v neděli žena dcerku namazala a v pondělí nám lékařka vynadala, že jsme se pustili do „léčitelství“. Domnívala se, že dceři pomohl hypermangan, injekce a streptocidová mast. Jenomže pacientka ležící v téže pokoji prozradila, že používáme slepičí vejce. Je však nutné hold vzdát hlavní lékařce nemocnice, která se rozhodla recept podrobit pokusu a pozorování. Později jsme o něm napsali ministerstvu zdravotnictví a dostali jsme kladnou odpověď.

Přesvědčili jsme se, že vaječný olej:

- *brání hnisání ran .*

- *rychle zjnkčuje kůži a podkožní tkáň a současně likviduje krvácející trhliny*

-*bleskově prosakuje do tkání a zároveň je vysušuje, přičemž tak vytváří vynikající podmínky pro rychlé zcelování ran.*

Co se týče naší dcerky, za 2 týdny se zcela uzdravila. Už vyrostla a po popáleninách nezůstala ani stopa.

Potíže s močením

100 g kořene petržele zalijte 1 l vařící vody a nechte 1 hodinu louhovat. Zmíněnou dávku musíte v průběhu dne vypít. Pije se vždy půl sklenice nebo plná. Zlepšení nastává za 2 týdny, avšak navzdory tomu čaj pijte ještě měsíc, půldruhého. (Á. Bardy)

Prevence a ionizace

Kopřiva je schopna lidský organismus uvést do naprostého pořádku, doporučujeme ji coby preventivní prostředek. Vezmeme 2 polévkové lžíce kopřivy, po 1 polévkové lžici listů moruše, brusinky, borůvky, jahody lesní. Všechno důkladně promícháme, rozemeleme. Následně se 1 polévková lžíce směsi spaří sklenicí vařící

vody, nechá se důkladně vylouhovat, přecedí se a pije se 3krát denně 1 měsíc po 50 gramech. Zkuste to, sami se o léčivých účincích nápoje přesvědčte. Budete se cítit mnohem lépe, bolesti v různých orgánech se vytratí, na tvářích se objeví rumělec, kůže bude elastická a mladá. (N. Rusecká)

Přechod - potíže

Fytoestrogeny (hormony rostlinného původu) jsou obsaženy v kultuře, která nám je málo známa. Nejdříve něco o „málo známé“ zeleninové kultuře. Řeč je o sójových bobech, známých celému světu, jenom my o nich všechno nevíme. V posledních letech na sóju pozornost obrátili nejen labužníci, ale i lékaři. Například je známo, že japonské ženy téměř netrpí potížemi spojenými s přechodem. Jak je to možné? Ukazuje se, že v jejich stravě jsou soustavně sójové boby, jež se v Japonsku jedí v daleko větším množství než v jiných zemích. Zvláštnosti působení sóji vědci vysvětlují vysokým obsahem fytoestrogenů (rostlinných hormonů), jež očividně částečně kompenzují poměrně nízkou hladinu estrogenů v době menopauzy. Výzkumy rovněž ukázaly, že sója je vynikající prevencí vzniku rakoviny prsu, avšak pouze u žen, u nichž ještě nenastala menopauza.

Překyselení organismu

Brambory. Šťáva z čerstvé brambory se pije při soustavných bolestech hlavy, vždy 1/4 sklenice. Tyto bolesti hlavy vznikají v důsledku dlouhodobého překyselení organismu.

Přírodní barviva - viz Kožní choroby

Průjem - prostředek z nezralých ořechů

Při žaludečních a střevních katarrech, průjmech a špatném trávení lid Odpradáva používá výluh z nezralých ořechů.

Připravujeme ho v červnu až v červenci, když plody ještě nejsou zralé a dají se snadno krájet nožem. Utrhneme 20 ořechů, pečlivě je umyjeme a nakrájíme na drobné kousky. Potom je dáme do litrové skleněné láhve a zalijeme 0,5 l vodky. Láhev přiklopíme a necháme 14 dnů stát. Poté hotový výluh přecedíme, nalijeme do láhve a dáme na tmavé místo.

Užíváme 1 polévkovou lžící 3krát denně po jídle. K dosažení léčebného účinku bohatě stačí, když výluh užijeme několikrát.

Je však třeba mít na paměti, že u lidí se zvýšenou citlivostí ořechy mohou vyvolat alergickou reakci (kopřivka, otoky, diatéza atd.). Ti by uvedený roztok rozhodně neměli užívat! Ořechy rovněž škodí pacientům s kožními chorobami jako je ekzém, psoriáza, neurodermitida.

Průjmy a žaludečně-střevní potíže

Do sklenice nalijeme 60 ml silného horkého obyčejného čaje, rozpustíme v něm 40 g cukru a dolijeme 100 ml čerstvé kyselé (z nezralých plodů) hroznové šťávy. Je třeba vypít sklenici tohoto nápoje. Zlepšení nastává již 1,5-2 hodiny po užití, bolesti v žaludku ustupují. Uvedený prostředek rovněž pomáhá při bolestech v kloubech.

Psychické vyčerpání

Při psychickém vyčerpání je vhodné si připravit teplou lázeň nebo nohy aspoň po kotníky namočit do horké vody - na 10-15 minut. Dále se vypije čaj připravený z máty peprné, přičemž na sklenici vařící vody se použije 1 kávová lžička máty a 3 lžičky medu. Odpočinek.

Radionuklidy - Jak organismus zbavit radionuklidů pomocí zeleného čaje

Při řešení potíží jedné vojenské posádky umístěné v oblasti velice nebezpečné pro lidské zdraví - 30 km od Černobylu - redaktor místních novin s úžasem zjistil, že jídelní lístek zdejších vojáků neobsahuje zelený čaj. A co je ještě zářející, až do jeho návštěvy se o tuto stranu života vojáků nikdo nezajímal. Dokonce i lékař byl tehdy nesmírně překvapen: „Jaký je vlastně rozdíl mezi zeleným a černým čajem?“ Novinář mu vysvětlil, že existuje a to dost zásadní. Velice zajímavá fakta jsme získali z Japonska.

Pozorování obětí atomového výbuchu na Hirošimu ukázala, že ti, kteří navštívili Udži (oblast produkce čaje v Japonsku), nejenže přežili, ale navíc se začali cítit mnohem lépe. Následně vědci Kjótské univerzity provedli výzkumy, jejichž výsledky byly jednoznačné: zelený čaj je vynikajícím prostředkem při otravě organismu zhoubným izotopem stroncia 90. Do lidského organismu proniká plicemi a stravou, především mlékem a ovocem. Narušuje ho a způsobuje leukemii a jiná rakovinová onemocnění. Takže nebojte se narušit tradice a pijte zelený čaj!

Rakovina

Mladé a jemné kopřivy při východu slunce sklídíme na čistém místě. Hodinu je necháme ve studené vodě, poté je nakrájíme, natlučeme v dřevěném nebo porcelánovém moždíři, smícháme s mladým česnekem (jeho množství určíme podle chuti a zejména na základě stavu vlastního žaludku). Přidáme nakrájený šťovík nebo špenát (v poměru 1:1 s kopřivou), kopr, petržel, vařená vejce, smícháme s jakýmkoliv rostlinným máslem a s citrónovou šťávou (případně s jablěčnou).

Rakovina a tuberkulóza plic

Uvedu poměrně ojedinělý recept. Nejednou jsem ho slyšel od lidí, kteří se právě tímto způsobem vyléčili. (A. Bardy) Vezměte 1 sklenici žížal Červené barvy, důkladně je promyjte, zalijte 1 litrem lihu (vodky) a 10 dnů louhujte. Potom tekutinu přefiltrujte. Užívejte 1 polévkovou lžící 3krát denně půl hodiny před jídlem.

Rakovina žaludku

.1.) Kořen lopuchu sklizený v květnu nastrouháme jako křen a jíme podle libosti jakékoliv množství. (A. Bardy) 2.) Místo vody se několikrát denně pije odvar ze sušeného jitrocele. Používá se rovněž při žaludečních vředech. Připravuje se jako čaj. (A. Bardy)

Rány nehojící se - viz Infekce potlačuje cukr

Rány - medová mast k hojení

Základem starobylého receptu masti určené k hojení ran (kdysi často používané a dost účinné) je obyčejný med. Ve chvílích, kdy po ruce nemáte „žádné lékárenské výrobky“, vám zmíněná mastička prokáže neocenitelnou službu.

Smíchejte stejné množství (například polévkové lžíce) dobrého tlustého od šunky, medu a žitné, jemně mleté mouky. Směs vařte, pečlivě míchejte, následně ji rozetřete a když vychladne, uložte ji na studené místo. V případě potřeby se mast nanáší na čistě vypranou a vyžehlenou látku nebo na několikrát složený obvaz, ten se pak přikládá na postižené místo. Měníme ho každé 4 hodiny. Za 2 dny se rána zcela zahojí;

Revmatismus

Nádherné květy šeríku (orgován) nejen lahodí oku, ale také léčí. Půl sklenice rozmělněných kvetoucích větviček zalijeme jednou sklenicí vodky, 10 dnů necháme stát na tmavém místě. Přecedíme, vyždímáme. Užíváme 3krát denně 30-35 kapek na lžičku vody. (Viz také - Kloubový revmatismus a také kap. Očista organismu.)

Rýma

1.) Rýmu lze rovněž léčit vykapáváním nosu (2krát denně) šťávou z aloe, cibule, ranní roso. u z travin a šťávou z česneku. Tu ovšem pokaždé musíte ředit v 10-15 dílech převařené vody s pokojovou teplotou.

2.) Při rýmě malým dětem (ani větším to nezaškodí) radím ráno a večer před spaním nos vymazat čerstvým medem.

Salmonelóza - první pomoc v době nepřítomnosti lékaře

Jestliže vám stoupla teplota, objevily se bolesti slinivky břišní, je vám špatně od žaludku, zvracíte a po několika hodinách začínáte 10-15krát denně běhat na záchod, pak vám lékaři s největší pravděpodobností coby diagnózu určí salmonelózu. Původci nemoci se k vám dostali se stravou. Snědli jste je současně s nekvalitními mléčnými či mastnými výrobky.

V případě potřeby si pomozte sami. Polévkovou lžící heřmánku zalijte sklenici vařící vody, 30 minut louhujte pod pokličkou a následně přecedte. Dva dny a dvě noci každé 3-4 hodiny pijte sklenici odvaru. Květy heřmánku lze nahradit mateřídouškou.

Sexuální přitažlivost

Jak napsaly noviny „Good evening“, známý americký spisovatel H. Walles měl u žen obrovský úspěch. Některé to zdůvodňovaly jeho neobyčejnou „přitažlivou“ vůní. Četně vědecké studie věnované roli sexuální vůně důležitost a serióznost daného problému potvrzují. Poslání vůní v sexuálním životě je dost podstatné. Ukazuje se, že existuje celý mechanismus podvědomé regulace vůněmi. Sexuální vůni má každý člověk, avšak její úroveň a zvláštnosti jsou u každého jedince jiné. Navíc ne všichni lidé ji vnímají stejně. Prameny těchto vůní jsou kůže a dech. Zmíněné vůně nepřijímáme přímo jako například aroma květin nebo parfémů. Působí na nás podvědomě. Kromě toho civilizace vedla k tomu, že vůně řídící sexuální chování člověka jsou u něho méně výrazné než u zvířat, která se plně spoléhají na svůj čich.

Přesto však člověk u konečku nosu má tzv. vomeronazální orgán, mající své „spojení“ s mozkem. Právě ten se specializuje na sexuální vůně. Je zajímavé, že řada lidí po plastických operacích nosu, při nichž se ho lékaři dotkli, ztratila potenci.

Vůně s námi manipulují nezávisle na naší vůli. Ne náhodou jsou v nejlepších francouzských parfémech vždy přítomny žlázy savců a také různé povzbuzující prostředky.

* Je známo, že ženy v minulosti uměly vařit tzv. vůně lásky. Samozřejmě tajemství jejich přípravy si nechávaly pro sebe. Nicméně něco přece jenom přežilo.

Například Číňané do koupele přidávali 2 kapky éterických olejů anýzu, rozmarýnu, narcisů, jasmínu a dalších rostlin. Takový „koktejl“ zvyšuje sexuální vnímání.

* Ještě jeden recept: Do vany přidejte 1 kapku éterického oleje jasmínu a 1 kapku oleje kmínu a také 2 kapky růžového oleje a oleje ze santalového dřeva. Taková koupel zesiluje sexuální touhy.

* Ještě jeden recept dvorních dam anglické královny Alžběty I. (kdoví, možná se

bude hodit): do podpaží si dejte oloupané jablko. Nejen že dobře saje pot, ale také propouští vaše feroniony, tedy právě ty molekuly vůní, které k vám opačné pohlaví doslova přitahují. Závěrem rada: chcete-li na sebe obrátit pozornost, pak mějte na paměti, že mnohem více šancí na úspěch budete mít, pokud použijete obyčejnou květinovou vůni a kosmetiku s ní.

Slinivka břišní

Následující recept je podle slov O. B. Majorové nesmírně oblíbený ve Iovském kraji na Ukrajině, Jde o velmi efektivní způsob léčení slinivky břišní výluhem z osmi bylin. Potřebujeme k němu:

1. Šípky - 3 polévkové lžíce
2. Protěz (*Smil*) písečnou - 1 polévkovou lžici
3. Kukuřičné blizny - 1 polévkovou lžici
4. Mátu pepmou - 1 polévkovou lžici
5. Třezalku (*lubovník*) - 1 polévkovou lžici
6. Kořen mořeny (*mařeny barvířské*) - 1 polévkovou lžici
7. Kořen kozlíku lékařského (*valeriana*) - 1 polévkovou lžici
8. Plody fenyklu - 1 kávovou lžičku

Všechny výše vyjmenované rostliny promícháme, 1 polévkovou lžici směsi zalijeme vařící vodou. Necháme 12 hodin louhovat. Precedíme a rozdělíme na 3 části, pijeme půl hodiny před jídlem. Doba léčení - 1 měsíc.

Skleróza

Existuje mnoho teorií týkajících se původu aterosklerózy. Navzdory tomu do dnešního dne nemáme přesné údaje o jejích příčinách. Po onkologických postiženích se právě ateroskleróza považuje za nepřítele číslo 2, neboť se rozvíjí postupně a dá o sobě vědět teprve když na nějakou prevenci nebo léčení moc času nezbyvá.

Ateroskleróza je provázena vysokým obsahem cholesterolu v krvi. K jeho snížení je nezbytné pokrm obohacovat magnéziem, vitaminem B6, cholinem a inozitem, jež obsahují vyklíčená pšeničná zrna, kvasnice, otruby a další přírodní zdroje vitamínu B.

Upozornění! Naklíčená pšeničná zrna jsou rovněž prospěšná při přílišném vysílení, chudokrevnosti, nízkém krevním tlaku. Panuje názor, že mladé výhonky pšenice zvyšují schopnost žen rodit děti a také mužskou potenci. Naklíčená semena je vhodné dávat také do stravy dětí. Jedinec se začne lépe cítit již po jedné až dvou čajových lžičkách naklíčených semen denně.

1. Léčba aterosklerózy přípravky z léčivých bylin je možná díky obsahu vitamínů, mikroelementů, především hořčíku. Přispívají k rozšíření cév, snižují viskozitu krve, zlepšují látkovou výměnu. Dále uvádíme 2 druhy směsí léčivých bylin

využívaných k léčení aterosklerózy (v gramech).

a) První směs:

<i>Květy hlohu</i>	- 150
<i>Listy meduňky</i>	- 60
<i>Růta lékařská</i>	- 40
<i>Kořeny pýru</i>	- 150
<i>Plody jeřábu</i>	- 60

b) Druhá směs :

<i>Violka tříbarevná</i>	-100
<i>Listy jmelí</i>	- 50
<i>Kořeny pampelišky</i>	-150
<i>Kůra řešetláku</i>	- 50
<i>Plody šípku</i>	-150
<i>Nať benediktu lékařského</i>	- 50

2 lžičky směsi zalijeme dvěma sklenicemi vařící vody a hodinu necháme louhovat. Nápoj pijeme teplý, v nevelkých dávkách, nalačno, v poledne a na noc půl sklenice v průběhu jednoho měsíce. Po týdnu přestávky pijeme druhou směs a tak je střídáme několik měsíců.

2.) Současně s léčbou bylinkami je vhodně se léčit česnekem a také 1-2krát denně užívat 1 polévkovou lžící slunečnicového nebo sójového oleje smíchaného s citrusovou šťávou.

3.) Co se týče pomocné česnekové terapie, je známo několik doporučení. Jako nejlepší se však uvádí 2-3krát denně užívat 20-30 kapek lihového výtažku z čerstvých stroužků česneku. Lze rovněž polykat čerstvý česnek, aniž bychom ho žvýkali (1-2 stroužky nakrájené na tenké plátky). Následně je nezbytné vypít 50 ml vody a sníst kousek chleba.

4.) Čaj proti ateroskleróze (v gramech)

<i>Šípky</i>	-15 g
<i>Smil (slamiha)</i>	-10 g
<i>Máta peprná</i>	-10 g
<i>Bříza povislá listy</i>	-10 g
<i>Mrkev</i>	-10 g
<i>Eleuterokok (kořen)</i>	-15 g
<i>Senná (plody a listy)</i>	-10g
<i>Lopuch velký (kořeny)</i>	-10 g

Jednu kávovou lžičku výše uvedených bylin zalijeme 200 ml vařící vody a necháme 15-20 minut louhovat. Tento i další výluh se užívá 3krát denně po jídle v dávkách 1/3-1/2 sklenice.

5.) čaj proti ateroskleróze

<i>Mořské zelí</i>	- 10 g
<i>Hloh krvavěčervený</i>	- 15 g
<i>Jeřáb černoplodý (plody)</i>	- 15 g
<i>Heřmánek (květy)</i>	-10 g
<i>Kukuřičné čnělky s bliznami</i>	-10 g
<i>Brusinka (listy)</i>	-10 g
<i>Dvouzubec třílistý (nat')</i>	- 10 g
<i>Srdéčník (slov. srdcovník) (nat')</i>	- 10 g
<i>Řešetlák (kůra)</i>	- 10 g

Skleróza stařecká

Velice vážným nebezpečím je skleróza mozkových cév, související s charakteristickými psychickými a neurologickými poruchami. Varovné předzvěsti: točení hlavy, bolesti hlavy, únava spojená s intenzivní psychickou prací, zhoršení paměti, nespavost, zácpa a celková malátnost.

Abychom této chorobě „utekli“, nesmíme se přejídat, pít alkohol, pivo, kouřit, je třeba jíst hodně ovoce a zeleniny. Prospěšné jsou rovněž odvary z bylinek v podobě čaje z květů a plodů hlohu, jeřabin nebo kůry řešetláku, natě rdesna ptačího, listů jmelí. Vliv odvarů z těchto směsí spočívá v úpravě procesů látkové výměny a zlepšení mikro-cirkulace krve v mozkových cévách, v kardiovaskulárním systému atd;

Uvedeme dva recepty směsí (v gramech):

- 1.) *Listy jmelí (imelo)* -25g
Plody kloku -20 g
Routa (rúta)-20 g
Přeslička rolní -20 g
Průtržník lysý-10 g

-

Výše uvedené komponenty smícháme. Jednu polévkovou lžici směsi zalijeme 300 ml vařící vody a necháme louhovat. Užíváme 2krát denně 150-200 ml.

- 2.) *Semena kmínu* - 10 g
Květy kloku -20g
Listy routy - 10 g
Listy meduňky ' -20 g
Kořeny kozlíku lékařského - 20 g

Všechny uvedené bylinky smícháme. 2 polévkové lžíce směsi nasypeme do termosky a zalijeme dvěma sklenicemi vařící vody. Nádobu uzavřeme a necháme 1-2 hodiny louhovat. Užíváme půl sklenice 2krát denně před jídlem.

- 3.) Ještě jeden velice prostý recept na lektyar používaný při skleróze mozkových

cév. Je nesmírně oblíbený v centrálních oblastech Ruska: 200 g kůry jeřábu obecného (ja-rabiňy vtačeť) vaříme 2 hodiny na mírném plameni v 0,5 l vody. Užívá se 1 polévková lžíce 3krát denně půl hodiny před jídlem. Místní obyvatelé tvrdí, že kladné účinky pozorují poměrně rychle.

4.) Recept dost podobný předchozímu jsme objevili v souboru receptů známého léčitele A. Bardy. Rozhodli jsme se ho čtenářům přiblížit kvůli porovnání a výběru možností: 200 g kůry jeřábu (jarabiny) hodinu vaříme na mírném plameni v 1/2 litru vody. Užívá se 30 g 3krát denně před jídlem.

5.) A. Bardy uvádí ještě jeden zcela obyčejný recept sloužící k léčení stařecké sklerózy. Někteří lidé možná neuspokojí, avšak řada nemocných jím bude zaručeně nadšena. Vezměte 30 g suchého kořene omanu, nakrájejte jej, nasypete do láhve a zalijte půl litrem vodky. Ať se louhuje 10-15 dnů. Najeden léčebný cyklus potřebujete 2 litry nápoje. Užívá se vždy 25 g 2krát denně - ráno a večer

.Sura - nápoj slunce

Recept na starodávný nápoj sura, jenž se pil v Kyjevské Rusi jako náhrada oběti přinášené bohům, objevil známý ukrajinský lékař-fytoterapeut J. S. Tovštucha. Na základě jeho technologie si nejdříve musíte připravit 3 druhy bylin:

1. Oman pravý

Tato rostlina rostoucí v keřích na vyvýšených březích řek, zvláště v mělkých půdách, na krajích luků, někdy i na lesních loukách, má výrazné květy jasně žluté barvy. Obsahuje polysacharid inulin, saponiny, pryskyřici a prchavé oleje se specifickou příjemnou vůní. V lidové medicíně se využívá k léčbě dýchacích cest, jater, slinivky břišní, cukrovky a také k léčení ran, vředů, gastritidy atd.

2. Řepík lékařský

Tato rostlina patří do čeledi růžovitých je mnohaletá s jasně žlutými květy. Byly v ní objeveny třísloviny, železo, síra, kyselina křemičitá, jablečná, citrinová, askorbová a stopy prchavých olejů. V lidové medicíně se řepík používá k léčbě jater, žlučníku, kožních onemocnění, k stimula-citvorby krve, zánětu ledvin.

3. Svízel syřištový (slov, lipkavec pravý)

Tato mnohaletá rostlina má květy medové vůně jasně žluté barvy. Obsahuje třísloviny, prchavé oleje, kyselinu citrinovou a askorbovou atd. V lidové medicíně se používá při zánětech močové a pohlavní soustavy, ekzémech, áte-roskleróze, cukrovce, epilepsii. Přípravky z ní fungují coby močopudné prostředky tisíců bolest, protizáněťové, uklidňující.

Příprava nápoje

Nyní přejdeme k metodě přípravy nápoje. Musíme upozornit, že mléko současně čerstvé i kyselé je v ní nahrazeno práškovým a proces kysání zastupuje směs lihu, jenž je, jak je známo, výsledkem kvasinkového kvašení.

Vezmeme 2 polévkové lžíce drcených kořenů omanu, natě řepíku a zalijeme je 400

ml pramenité vody, vaříme 10 minut. Potom přidáme 2 polévkové lžíce drcené nati svízele (lipkavce) a 100 ml čerstvého plnotučného mléka, 30 minut louhujeme. Poté se do nápoje přidá 400 ml -médu (rozpustí se v přeezeném vychlazeném výluhu) a ještě se přidá 50 g sušeného mléka. Do takto připraveného nápoje navíc přimícháme 400 ml 00% lihu a 3 dny necháme stát. Následně nápoj přecedíme přes 4 vrstvy gázy, Tak vznikne univerzální léčivý a posvátný nápoj dávných předků, jenž nazvali sura.

Sura se užívá Skrét denně po 1 polévkové lžici půldruhé hodiny před jídlem.

Svědění

1. „Vezmi kopřivu, trochu soli a také vaječný žloutek, všechno smíchej, a 3 dny maž místo, které tě svědí." (Prostředky ze staré učebnice určené proti svědění)
2. Síra plus soda odstraňují svědění. (Floridus)

Svědění dělohy nebo mužského údu

Dělohu a také mužský úd zbavuje svědění, když je zahřejete vínem, v němž jste spařili šalvěj. (Floridus)

Tuberkulóza

Znamenitého léčitele, od kterého pochází následující vynikající recept proti tuberkulóze, autor znal osobně. Sám byl přítomen několika zázračným vyléčením tuberkulózy tímto prostinkým prostředkem. Je třeba zmínit, že přibližně stejné předpisy jsou také na předchozích stránkách této publikace, avšak léčitel používající tento prostředek tvrdí, že zdánlivě nevýznamné *změny* v jeho receptu (ve srovnání s jinými) hrají velice důležitou roli.

Recept: vezmeme 10 vajec (s bílou, nikoli hnědou skořápkou). Musejí být opravdu čerstvá! Dále použijeme 10 citronů, rovněž čerstvých a podle možnosti zralých. Vejce i citrony umyjeme. Pak vejce dáme do sklenice s širokým hrdlem. Následně do ní přidáme na kousky nakrájené citrony, avšak bez jader. Sklenici postavíme na teplé místo a přikryjeme gázou. Po uplynutí 7 dnů. (někdy 14 i více, záleží na teplotě místa, kde láhev stojí), když se vejce rozpustí, do směsi nalijeme láhev dobrého francouzského koňaku. Jestliže se na povrchu tvoří plíseň, je nezbytné ji odstraňovat. To je třeba dělat před i po přidání koňaku. Zkrátka a dobře do té doby, než plíseň zcela zmizí. Masu pravidelně mícháme dřevěnou vařečkou. Plné 3 týdny. Když se plíseň na povrchu přestane objevovat, směs se promíchá, nalije do láhve a uzavře.

Poznámka: Jestliže se plíseň netvoří, lze lék do láhve přelít dříve než za 3 týdny.

Dávkování: Kávová lžička Skrát denně před jídlem. Je žádoucí mít láhev s širokým hrdlem, abychom plíseň mohli odstraňovat bez problémů.

Žádoucí je rovněž lék uchovávat v láhvi s tmavého skla, jelikož světlo rozpouští

draslík, jenž při léčbě tuberkulózy hraje velice důležitou roli.

Trhliny na patách

Hrst rozrazilu (véroniky lékařské) svaříme ve 2 litrech vody a necháme vylouhovat. Vyzbrojíme se notnou dávkou trpělivosti a 10-15 dnů si v tomto odvaru paříme nohy. Až do úplného zhojení ran. Trhliny na patách vznikají někdy i v důsledku plísňového onemocnění kůže, znamená to tedy, že tímtež způsobem můžeme léčit i plíseň na nohách.

Trhliny na rtech

Trhliny na rtech (hluboké) namažte čerstvou měkkou pryskyřicí (smůlou vytékající z borovice). Bolest rychle *zmizí*. Po 5-6 dnech zmíněné procedury se rány plně zhojí. *Poznámka: tímtež způsobem lze také léčit nežitý.*

Tříska zadřená

- Na kůži kolem třísky naneste menší množství obyčejného kancelářského lepidla. Jakmile zaschne, trhněte rychle za jeho okraj. Zpravidla současně s lepidlem vyleze i tříska.

Uhranutí - lze se před ním uchránit?

Moskevský spisovatel A. I. Gorbovskij svého času sestavil jakousi kolekci různých pozorování (historek), spojenou se „špatným nehezkým“ pohledem neboli uhranutím. Domnívá se, že je chybou, když se tak lehkomyšlně chováme k uhranutí a začarování. Ona lehkovážnost je způsobena neznalostí podstaty dobrého nebo špatného daru, jenž ten či onen člověk dostal do vínku. Přitom nejen na Rusi, ale také v jiných zemích odpradáвна existoval systém ochrany před uhranutím.

a) Například různé druhy šperků - náušnice, náhrdelníky, náramky, prsteny, brože - se kdysi používaly nejen jako ozdoba, ale především s ochranným cílem - odpoutat pozornost, odzbrojit „špatný pohled“.

b) Odtud také pochází zvyk, jenž se na našich vesnicích zachoval dodnes - u vrat domu zasadit jeřáb.

c) V městských bytech zase, podle slov A. Gorbovského, ochrannou roh' plní zrcadlo umístěné v předsíni, třebaže se domníváme, že je tam jen proto, aby se přicházející a odcházející na sebe mohl podívat.

d) Při té příležitosti je vhodné zmínit zajímavé pozorování, které v minulém století bylo učiněno v Kalužské gubernii a jež je rovněž ve zmíněné kolekci Gorbovského. „Téměř u každého vchodu do domu, psal tehdejší cestovatel, pohled mimoděk padl na staré lapte (obuv upletená z lýka, která pokrývala pouze chodidlo - pozn, překl.). Na otázku, proč u nich visí staré lapte, mi lidé odpovídali: Jakmile vejdeš do dvora a uvidíš je, hned o nich začneš přemýšlet. Znamená to, že i oko na ně okamžitě

padne, takže potom už nemůžeš uhranout ani dobytek ve dvoře, ani, když vejdeš do sednice, báby pracující za stolem..."

Ukládání solí

Jde o odvar z 15 bylin. Tento recept pochází od známe lidové léčitelky Majorové.

Potřebujeme k němu:

1. Březové pupeny - 40 g
2. List brusinky - 40 g
3. Diviznu malokvětou -30g
4. Přesličku rolní - 30 g
5. Rdesno ptačí (stavikrv) -30 g
6. Vachtu trojlistou - 30 g
7. Mátu peprou - 30 g
8. Pelyněk ~ 10 g
9. Šípkové plody - 10 g
10. Plody koriandru - 30 g
11. Kořen lopuchu - 70 g
12. Kořen petržele - 60 g
13. Kořen celeru - 50 g
14. Suché okvětní lístečky růže - 15 g
15. Kukuřičné blizny - 60 g

Výše vyjmenované komponenty promícháme. Na 1 litr vody vezmeme 3 polévkové lžíce směsi a 10-15 minut vaříme. Louhujeme 2 hodiny. Pijeme Skrát denně 1/4 sklenice, vždy 30-40 minut před jídlem. Doba léčení - 24 dnů. Proceduru musíme opakovat za 6 měsíců.

Usazování solí

Vezmeme hlavičku cibule a rozřízneme ji na polovinu. Do středu každé z částí kápneme 1 kapku dehtu a přiložíme na bolavé místo. (Vanga)

Usazování solí, radikulitida, paralýza, revmatismus, tromboflebitida

Tento recept mi svěřil člověk, jenž kdysi trpěl tromboflebitidou. Nabízel ho lidem strádajícím ochrnutím nohou a rukou, kteří se nemohli hýbat. Nemocní používající tento způsob léčby se časem začali cítit lépe, mnoha z nich se uzliny na nohách vstřebaly. Bohužel jsem si nepoznamenal, jaké druhy paralýzy takto lze léčit. V každém případě však uvedená metoda nemocnému neuškodí. (A. Bardy)

* Vezměte dvoulitrovou láhev a až po okraj do ní nasypete květy akátu bílého, v žádném případě je do nádoby ne-pěchujte. Květy zalijte lihem (aby všechna volná místa mezi nimi byla zaplněna), láhev pevně uzavřete víčkem a na 15 dnů ji postavte do tmavé místnosti. Bolavá místa hojně mažte tímto roztokem a roztírejte ho.

Varikózní rozšíření žil

Varikózní rozšíření žil se léčí koupelemi nohou z protěže. Použijeme 100 g byliny, jež zalijeme 5 litry vařící vody a 8-10 hodin necháme louhovat. Lázeň trvá 20-30 minut, teplota vody musí být příjemná - v teplých ročních dnech 32-35 °C a v zimě 37 °C.

Vodnatelnost

Následující recept nabízíme bez jakýchkoli změn a dodatků, tak jak ho doporučují ruští lidoví léčitelé:

Umýt a očistit 0,8 kg petržele, hodit do hrnce, zalít čerstvým nepasterovaným mlékem a dát do nepřilíš horké trouby. Mléko se musí rozpálit, avšak nesmí se vyvařit. Zahříváme ho do té doby, dokud nezůstane polovina počátečního množství. Přecedíme a nemocnému dáme 1 až 2 polévkové lžíce odvaru každou hodinu. Připravené množství musí pacient vypít za jeden den. Tento prostředek je silně močopudný, proto ho dětem dáváme méně, v úvahu bereme věk a fyzický stav. Léčitelé tvrdí, že uvedený medikament pomáhá i v případech, kdy představitelé oficiální medicíny nejsou postiženému schopni pomoci, ani když použijí moudra „vědecké“ farmacie.

Vředy na mužském údu

Popel z kořene kopru. Často se sype na úd. Léčí. (Floridus)

Všši - dva způsoby boje

1) Pomocí petroleje

Hadříkem namočeným do petroleje vlasy potírejte tak, aby ho pokud možná co nejméně stékalo na kůži a krk. Minimálně na 5 hodin hlavu zamotejte do šátku. Potom ji důkladně umyjte. Pach se rychle vytratí a vy se uvedené havěti zbavíte.

2) Pomocí klikvy (klukva. brusnica)

Díky obsahu kyselin, jež mají baktericidní vlastnosti, lze klikvu plně využít coby hygienický prostředek. Ve válečných a v poválečných letech, kdy kousek mýdla měl cenu zlata, si lidé klikvou myli hlavu a tak úspěšně bojovali proti vším. Recept je jednoduchý: kaši ze syrové klikvy vetřete do vlasů a několik hodin hlavu nechte převázanou. Po dvou až třech procedurách se nezvaných „hostů“ zbavíte.

Vypadávání vlasů

Velice často dětem najednou bez zjevných příčin začnou v chomáčích vypadávat vlasy. Jelikož žádné účinné metody léčení této poruchy neexistují, jsou rodiče nuceni pomoci hledat „u lidu“. Představte si, že prostředek léčby se našel. U léčitelky A. L. Furové. Její metoda je prostá. Stačí vzít tuhý papír, stočit ho do kornoutu, jehož konec se vsune do čisté láhve (asi püllitrové) a druhý se zapálí. Je

ovšem nutné, aby dým směřoval k láhvi.

Po chvíli se na stěnách sklenice vytvoří temná hmota. Tu nabereme čistými prsty a místa, kde vlasy vypadaly, namažeme. Po několika procedurách začnou znovu růst. Podle slov Á. I. Furové její babička tímto způsobem za války s úspěchem léčila děti. Dokonce tvrdí, že touto „rosou“, tak totiž získané hmotě říká, lze rovněž léčit opar na ústech.

Zánět kloubů

Pozdě na podzim seberte kořeny šípku, rozemelte je, na l sklenici vody dejte l kávovou lžičku, vařte na mírném plamem 5-10 minut, užívejte půl sklenice 3-4krát denně půl hodiny před jídlem. Po delším užívání (2-3 měsíce) bolesti v kloubech zcela ustanou.

Zánět jater

1.) Použijeme následující směs bylin:

<i>Třezalku (lubovník)</i>	-20 g	<i>Kůru řešetláku</i>	- 15 g
<i>Rdesno ptačí (slov. stavíkr vtáčí)</i>	- 10 g	<i>Heřmáněk</i>	- 5 g
<i>Čekanku</i>	- 15 g	<i>Květy měsíčku (slov. nechtíka)</i>	- 20 g

Výše uvedené komponenty smícháme. Vezmeme 20 g směsi na půl litru studené vody. Zalijeme ji a necháme stát celou noc. Ráno ji 5-7 minut vaříme a necháme na teplém místě 20 minut louhovat. Celý výluh využíváme během jednoho dne po několika částech.

2.) Kořen šípku povařte ve smaltovaném čajníku (odvar musí být silný), pije se l sklenice teplého nápoje 3krát denně do naprostého uzdravení. (A. Bardy)

3.) Vezměte 0,5 l mléka, přidejte 11 piva. Užívejte po 200 ml před každým jídlem. (A. Bardy)

4.) Pije se rovněž odvar měsíčku. 50 g byliny se zavaří vil vody, pije se v libovolném množství celý den do plného uzdravení. (A. Bardy)

Zánět jater a gastritida spojená se střevními poruchami

Níže uvedený recept sestavitelům tohoto sborníku dál v městě Krivoj Rog zdejší poměrně vysoce postavený člo věk, jenž se dostal do velice svízelné situace.

Příčinou bylo prudké zhoršení jeho zdravotního stavu. Zvláště ho trápil naprostý úpadek sil, neschopnost strávit jednotlivé druhy potravin, různé bolestivé pocity a soustavné nadýmání. Především poslední příznak mu způsoboval nepříjemnosti, jelikož jej provázal častý a naprosto nekontrolovatelný únik plynů. V důsledku toho musel vyřešit problém, jak dál pobývat nejen na veřejně přístupných místech, ale dokonce ve vlastní rodině. Nejlepší lékaři města mu nedokázali pomoci. Navzdory tomu, když použil netradiční způsoby léčení, se jeho zdravotní stav velice rychle

zlepšil a výše uvedené symptomy se ztratily.

S cílem vyléčit se (gástritidu, játra) použil nás ledující byliny: *heřmánek (květy)*, *třezalku*, *řebříček (květy)*, *země-žluč (celou rostlinu)*, *křiru řešetláku*, *smil (suchokvět, slamíha)*, *vratič (květy)*, *mátu pepřnou*, *rdesno ptačí*, *kukuřičné vousy*. Smícháme stejné díly výše uvedených komponentů, 1 polévkovou lžící směsi zalijeme 1 sklenicí vařící vody a 1,5-2 hodiny necháme louhovat. V zájmu co nejdelšího uchování teploty je vhodné louhovanou směs přikrýt. Následně ji přes gázu precedíme a zbytek bylin důkladně vyždímáme. Pije se 100 g 3-4krát denně půl hodiny před jídlem. Užívá se teplé, avšak uchovává se v lednici.

DOPLŇKOVÁ LÉČBA PŘI CHOROBÁCH STŘEV

Na noc si dát očištný klystýr (1,5 litru teplé vody). Předtím spařit měsíček výše uvedeným způsobem (nemá-me-li měsíček, je možné použít heřmánek).

Po očištném klystýru uděláme mikroklystýr z odvaru měsíčku. Tyto procedury provádíme obden 1 měsíc, celkem tedy-musíme provést 15 seancí. Výluh z byliny ve střevu musí zůstat do rána. Podobný způsob léčby onemocnění jater jsme objevili ve volgogradském kraji.

Zánět kloubu, oslabení páteře

Vezměte spodní část hovězích nožiček, chvíli je držte nad ohněm nebo je napařte, odstraňte kopyta, rozsekejte je a vařte jako byste připravovali huspeninu, pijte 10 dnů, pak si udělejte přestávku a znovu 10 dnů užívejte. 5-6 cyklů léčení a nemocný se začne cítit lépe. Mužům navíc do ucha pošeptám, že tato metoda výrazně zvyšuje potenci. (A. Bardy)

Zánět ledvinových pánviček - viz Krvácení (děložní, plicní)

Zánět mužského pohlavního údu

Kořen fenyklu vaříme ve víně. Pacient se paří (hojí postižený úd). Tento prostředek rovněž mažeme s olivovým olejem. (Floridus)

Zánět nosních dutin

Černá ředkev rovněž pomáhá léčit tak záludné postižení, jakým je anomální prořezávání zubů do Highmorové dutiny. Přesvědčil jsem se o tom na vlastní zkušenosti. Je třeba vzít jednu ředkev, důkladně ji umýt a včetně slupky nastroumat 1-2 polévkové lžíce. Potom hmotu zabalte do kousku látky (široký obvaz složený nadvakrát či natři-, krát) a přiložte na bolavé místo. Nos a Highmorovu dutinu (dutinu čelistní) si předtím namažte něčím mastným (dětským krémem, vazelínou apod.). Shora nastrouhanou dužinu přikryjte pergamenem, zateplete ho vatou a hřejivou šálou. Postižený tak zůstane 5-10 minut (dospělí 10-15 minut). Po dvou až

třech procedurách se dutina nosní zcela vyčistí a nemoc ustoupí. Obklady je vhodné přikládat ráno i na noc. Ještě musíme zdůraznit, že pacient v žádném případě nesmí nastydnout.

Záněť prostaty

Na prášek rozeleme ohořelé lipové poleno. Sedm dní za sebou z něho připravujeme nápoj v podobě kávy, pije se vždy ráno. (Vanga)

Záněty sliznice dutiny ústní

Recept 1

šalvěj (listy) - 1 díl

bezinka (květy) - 1 díl

Příprava: 2 polévkové lžíce směsi zalijeme 200 ml vařící vody a 10-15 minut louhujeme. Přecedíme přes gázu a necháme vychladnout.

Poznámka: ústa vyplachujeme 3-4krát denně po jídle

. Recept 2

kořeny proskurníku lékařského

(slov. ibis lékařsky) - 1 díl

dobromysl (slov. pamajorán) - 4 díly

Příprava: byliny smícháme, vezmeme 2 polévkové lžíce na 200 ml vařící vody, 20-30 minut necháme louhovat, přecedíme.

Poznámka: ústa vyplachujeme 5-6krát denně po jídle.

Záněť vaječníků

1.) Spařit seno z lesa, pacientka musí sedět nad párou. Proceduru opakujeme denně až do odstranění zánětu. 2.) Uvaříme hlávkou čerstvého zelí, zalijeme ji čerstvým mlékem, nemocná musí sedět nad párou. 3.) Pacientka ať sedí nad párou vycházející z nevyprané ovčí vlny zalité- vařící vodou. (Vanga)

Poznámka: Ve spojitosti s posledním návodem jsme se rozhodli zařadit informaci obsaženou v článku „Léky... z vlny“, jenž byl publikován v periodiku „Medicína pro vás“. Ono sdělení je totiž nesmírně zajímavé: vědcům se podařilo získat přípravek „Keratan“, který dokáže „zaplnit mikrotrhliny a poranění a vytvořit ochrannou vrstvu, současně urychluje hojení ran“. Tento lék získali z vlny, chmýří a chlupů.

Záněty ženských pohlavních orgánů

Vezměte 5-10 kořenů trnek, povařte je ve sklenici vody a pijte místo čaje. Tento odvar se také využívá k vyplachům v poměru 1:1 s pře vařenou vodou. (A. Bardy)

Zánět žlučníku

Nemocný ať denně na lačno sní 2 plané hrušky. Vhodný je rovněž kompot z planých hrušek uvařený bez cukru. (Vanga)

Zasažení bleskem - první pomoc

Níže uvedenou radu jsem převzal od lidové léčitelky Taťjany Dinovové, která se domnívá, že její doporučení může být velice prospěšné při nějaké nešťastné náhodě a zvláště že se může hodit vesničanům, k nimž rychlá záchranná služba nemusí přijet včas.

Léčitelka uvádí:

* Po zásahu bleskem rychle mezi řádky na poli rozložte deku a na ni postiženého položte, potom ho pečlivě zasypte zeminou, volnou nechtě jen hlavu. Jak je pravidlem, po několika minutách ho zachvátí zimnice. V takovém případě ho okamžitě ze země vytáhněte, uložte ho do teplé postele a dejte mu vypít čaj na pocení. Sama jsem před 30 lety byla svědkem záchrany života člověka zasaženého bleskem právě tímto způsobem. Když přijela záchranka, byl již při vědomí. Jediné, co mu ještě vypovídalo službu, byl jazyk. Léčitelka lékařce tvrdila, že ráno je mladíka třeba ještě jednou zakopat do země a pak bude mluvit. Doktorka jí však vynadala, že je šarlatárka a pacienta odvezla do nemocnice.

* Nedávno jsem v učebnici doktora Felixe Lojevského četla o podobném případě. Vypráví o tom, jak blesk zasáhl ženu a srazil ji k zemi. Nejevila známky života. Běž naděje na záchraňují položili do vany ze zeminy. Asi za 1 až 8 minut tělo začalo jevit známky života. Zasažená ostře a chraptivě dýchala, svaly se škubaly. Za dalších 5 minut se jí začalo vracet vědomí, jen jazyk ji neposlouchal. Jakmile tělo zachvátila zimnice, ženu vytáhli. Celou noc jí dávali pít horký čaj a ráno ji znovu zakopali do vany ze zeminy. Ležela v ní, dokud ji nezachvátila zimnice. K večeru následujícího dne zmizelo ztuhnutí nohou a rukou a třetího dne už mluvila a chodila po dvoře.

Zázračný posilující a léčivý kysel

Třilitrovou láhev do třetiny nebo do poloviny zaplňte ovesnými kroupami a až po okraj dolijte převařenou a předem vychlazenou vodou. Přidejte ještě půl sklenice kefíru nebo kyselého mléka (to je zásadní rozdíl mezi mou a tradiční metodou), nádobu pevně uzavřete a na 2-3 dny dejte kvasit. Kvasný proces lze urychlit, jestliže láhev necháme u nějakého topného tělesa. Když směs vykvasí, přecedteji přes cedník. Zbývající hrubou hmotu v cedníku několikrát propláchněte malým množstvím studené vody. Pak ji smíchejte s přecezenou tekutinou a 12-16 hodin nechtě stát. Po uplynutí této doby se v nádobě vytvoří dvě vrstvy: vrchní - tekutá a spodní - hustá usazenina. Tekutinu opatrně slijte, netřeste jí (lepší je vysát ji gumovou hadičkou), sedlinu (500-600 ml) přelijte, přiklopte a dejte do lednice. Je

to vlastně koncentrát kysel.

Podle potřeby z láhve berte malé množství, z něhož připravíte kysel. Současně je to kvásek pro novou dávku. Několik polévkových lžic koncentrátu (přibližně 5-7) rozmíchejte ve dvou sklenicích studené vody. Na mírném plameni za intenzivního míchání směs uveďte do varu a uvařte na žádoucí hustotu. Na konci varu kysel přisolte, přidejte máslo (jakékoli) a potom vychladte. Chutnější je však teplý. Vynikající je se sladkou smetanou nebo s mlékem. (V. Izotov)

Zaživací trakt - léčení šťávou z brambor

Známý ruský lékař P..M. Kurennoj, jenž v USA vydal knihu „Ruská lidová učebnice léčení“, v ní z hlediska léčby nemocí zaživacího traktu zveřejnil velice zajímavý a současně prostinký recept (gastritida, špatné zažívání, žaludeční plyny, nedokonalé trávení) založený na šťávě ze syrových brambor.

1. Ráno na lačno je třeba vypít 1 sklenici šťávy ze syrových brambor. Po jejím požití je nezbytné si na půl hodiny lehnout. Za hodinu lze snídat.
2. Tak je nutné postupovat 10 dnů bez přestávky.
3. Potom je 10 dnů přestávka, po níž se znovu opakuje desetidenní léčba. Opět se udělá desetidenní přestávka a následně se potření zopakuje desetidenní procedura.

Zrak - zlepšení pomocí šťávy endivie

Podle vyjádření věhlasného znalce lidového léčitelství G. Z. Minedžjana má endivie výživné vlastnosti, jež potřebuje optická soustava očí. K této šťávě přidává ještě šťávu z mrkve, petržele a celeru. Zásobuje jí svalovou část očí. 200-250 ml směsi šťávy užívané denně, zhusta vrací zrak v průběhu několika dní a týdnů do normálu. V mnoha případech odstraňuje nutnost nosit brýle.

Zub - bolavý avšak celý

K léčení zubů zpravidla používáme kořalky vyrobené z vodky (silnější je lepší):

1. *Kořalka z puškvorce*
2. *Kořalka z propolisu*

Za tímto účelem vezmeme 0,5 l vodky (40stupňové), do ní přidáme 0,5 sklenice rozemletých kořenů puškvorce. Aspoň týden necháme louhovat. Stejně se připravuje kořalka z propolisu - na 0,5 l vodky přidáme 10-20 g rozmačkaného (naškrábeného) propolisu. Přibližně týden ho necháme louhovat. Kořalky se používají současně. Vezmeme 1 polévkovou lžičku kořalky z puškvorce a 1 kávovou lžičku kořalky z propolisu, smícháme je a ústa, přesněji bolavý zub, jimi asi 1-3 minuty vyplachujeme. Pak je vyplivneme.

Tuto proceduru je třeba provést buď když zub bolí (nezáleží jaký), nebo před spaním. Procedury trvají přibližně měsíc, třebaže veškeré bolestivé projevy mizejí první až třetí den.

Mějte na paměti, že uvedené roztoky zajišťují pronikání propolisu a alkaloidů puškvorce až do hlubokých míst bolavých zubů. Puškvorec bolesti zbavuje kořeny a propolis „plombuje“ všechny trhliny. Zuby vás přestanou bolet. Bylo zjištěno, že zbývající kořeny, které se v dásni stěží drží, se v ní upevní a dokonce je možné na ně při jídle tlačit, aniž bychom cítili bolest. Navíc se přestanou kazit. V průběhu několika let výrazně obrostou zubním emailem a jsou znovu práce schopné. V zájmu rychlejšího růstu zubů se užívá prášek připravený například ze zubů vepře. Ty se rozemelou na jednorázovou dávku do 0,1 g a užívají v době jídla jednou denně.

Zvláštní „ruský“ způsob přípravy čaje z léčivých bylin

Jakoukoli surovinu používanou do čajových směsí před sušením různě zpracováváme (viz *Čaj z listů léčivých bylin*, *Čaj z fermentovaných listů*). Coby taková přípravná operace může sloužit i skládání a kroucení listů do trubiček, které pak v dlaních převalujeme (například to lidé dělají s listy obyčejného čajového keře, když chtějí získat čaj nejvyšší kvality). Existuje také zvláštní „ruský“ způsob zpracování listů léčivých bylin, z nichž lze připravit velice chutný aromatický čaj. Za tímto účelem se listy po převalování a kroucení před sušením dávají do hliněných nádob. Důkladně se napěchují a přefáží čistou látkou, potom se na 10-12 hodin vloží do ruské pece dusit.

Zvracení krve

Trus divočáka. Usušit, rozmíchat s vínem (nebo s vodou), pít. (Floridus) - Uvádíme jenom jako zajímavost!

Žaludeční a střevní choroby, žaludeční vředy a vředy na dvanáctníku

* Odvar nebo výluh z 15 g kořene puškvorce na sklenici vody (louhujeme 8 hodin, vaříme 20 minut) se užívá vždy po 1 polévkové lžici Skrát denně.

*Pijeme rovněž kořalku. Potřebujeme: 20 g oddenku puškvorce na 100 ml líhu nebo sklenici vodky, louhujeme 8 dnů. Užívá se 20-40 kapek Skrát denně.

*Přípravky z puškvorce se také užívají při choleře a tyfu. V dobách epidemií se coby prevence žvýká, což mnoho lidí chrání před tímto těžkým onemocněním.

*Uvedená rostlinka hojí i rány a působí protizáněťově (na rány a bolavá místa se přikládají kousky vaty namočené ve výluhu).

Žaludeční a střevní choroby a zánět močového měchýře

Výluh z rezavce šikmého (rusky čaga, slov. ryšavec šikmý). Tato houba se v lidové medicíně odpradávná používá coby vynikající prostředek k léčbě žaludečních vředů, gastritidy. Léčitel A. Bardy ji radí také využívat k léčení zánětů močového měchýře. Kromě toho, a to zvláště zdůrazňuje, není uvedená houba toxická a lze ji

pít místo čaje. V každém případě podle jeho slov dělníci pracující v lese právě z rezavce vaří nápoj" nahrazující čaj.

Rozeznat rezavec na první pohled je poměrně snadně. Vypadá jako. výrůstky černého květu, váží do dvou kilo gramů a jeho povrch je nerovný, jakoby pokrytý trhlinami. Barva hmoty uvnitř je temně hnědá a na omak velice tvrdá. U základu je výrůstek mnohem světlejší a měkký, s drobnými nažloutlými žilkami v místě, kde vyrůstá z kmene.

Avšak pozor, sklízet rezavec lze pouze z živých bříz! Houba vysušená na vzduchu se naseká na kousíčky a pak se uchovává v domácích podmínkách. Před použitím se umyje, následně se zalije vařící vodou,, aby byla zcela ponořena. Louhujeme ji 4-5 hodin. Poté ji nastrouháme nebo umeleme na mlýnku na maso.

Rozmělněnou houbu zalijeme vodou, v níž se louhovala. Předtím však dolijeme vařící vodu. Na 1 sklenici rozmělněného rezavce přidáme 5 sklenic vody. Voda určená k zalití musí být předem, ohřátá na přibližně 50 °C. Nádobu důkladně zabalíme (aby se teplo uchovalo eo nejdéle) a necháme 48 hodin stát. Poté se tekutina slije a usazenina se pres několik vrstev gázy vymačká. Vše se smíchá.

Získaná tekutina se vodou rozředí do počátečního množství. Dospělým se doporučují minimálně 3 sklenice v průběhu 24 hodin po malých dávkách.

V zájmu doplnění předchozích informací ještě dodáme poznámku, již jsme převzali z Příručky léčivých rostlin S. J. Sokolova a I. P. Zamotajeva: „...jeho použití se omezuje na onemocnění provázená zadržováním tekutiny v organismu. V takových případech výluh poslouží místo čaje a dalších nápojů. Lze ho dokonce užívat dvakrát tak silný (2 díly houby na 5 dílů vody)."

Dále vás musíme upozornit, že rezavec není obyčejným léčivým prostředkem, proto se před jeho užitím rozhodně poradte se svým lékařem. Ostatně toto doporučení na paměti mějte i v jiných případech.

Žaludeční vředy

1.) Jeden můj známý odjel na venkov. Denně v 6 hodin vstával, vydal se ke studni, z jejíž horní vrstvy bral vodu a velkými doušky jí vypil plný hrníček. Za měsíc jeho vřed zmizel. (A. .Bardy) Své vyléčení si vysvětluje vlivem studené vody na vřed. Tento prostinký recept mu prozradil jeden staříčkový felčar.

2.) 10 celých čerstvých vajec (dovezených z vesnice) opatrně položíme do třilitrové sklenice, aniž bychom je rozbili. Na ně nasypeme 20 nakrájených citronů střední velikosti (jsou-li velké, stačí jich 15), předem je oloupeme. Vše dáme na 11 dnů do lednice. Sklenici přiklopíme polyetylenovou pokličkou s otvory (uděláme je obyčejným sídlem). Za 11 dnů směs se „zmizelými" vejci z lednice vyndáme a přecedíme přes cedník nebo síto. Následně do ní nalijeme půl litru koňaku s nepříliš dlouhou dobou trvanlivosti (tři hvězdičky).

Takto připravený lék uchováváme v chladu. Pije se Skrát denně 1 polévková lžíce 5

minut před jídlem.

Jak nemocná (přesněji bývalá nemocná), která nám tento recept nabídla tvrdila, zmíněný prostředek použila jako poslední možnost utéci před nezbytnou, jak jí ujišťovali lékaři, operací. Stal se zázrak. Když lék připravený výše uvedeným způsobem využívala, vřed velikosti staré

pětikopějky zmizel. Překvapena byla nejen ona, ale i lékaři, jež se jí chystali operovat. Pro všechny, kteří předpokládají, že měla málo kyselé Žaludeční šťávy uvádíme, jelikož coby hlavní složku medikamentu použila citrony, že kyseliny měla zvýšené.

Uvěřit, že se tímto způsobem lze zbavit tak těžké nemoci, není snadné. I my bychom pochybovali, kdybychom recept nedostali od osoby, která se jím vyléčila. Ukázalo se, že onen zdánlivě nový předpis je vlastně vousatý. Dokonce se používá i k léčbě jiné choroby. (*Viz Tuberkulóza.*)

Ženské choroby a různé záněty

Na l sklenici vody vezmeme 5 g kořene nebo kůry trnkových větviček. Vaříme 15 minut. Užíváme po malých doušcích při různých zánětových onemocněních. Množství není nijak omezeno. Při ženských chorobách se tento výluh navíc používá k výplachům. Předem se však musí v poměru 1:1 rozředit s převařenou vodou.