

Meníme svet po kvapkách

Joalis info

6/2015
november – december

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Detoxikácia a centrálna nervová sústava



Život
a pentagram

Hormonálna sústava

Slovensko hodnotilo



NOVÁ KNIHA:

Tvoje strava je tvůj osud

Josef Jonáš, Jiří Kuchař

Príčiny, súvislosti, dôsledky a možnosti riešenia chorôb a problémov spojených s jedlom, tak znie podtitul tejto knihy. Prechádzame v nej spoločne s potravinami, ktoré konzumujeme behom celého dňa, zároveň aj dejinami ľudskej stravy. Vysvetľujeme historické dôvody, prečo nám mnohé z našich základných istôt, napríklad pšenica alebo mlieko, dnes skôr škodia než prospievajú. Strava ovplyvňuje zdravotný stav omnoho viac, ako sme si doteraz mysleli. Chceme Vám naznačiť, že nad každým kúskom jedla alebo dúškom nápoja by ste sa mali zamyslieť. Jedlo menilo osudy našich predkov, ale to, čo jedli naši rodičia alebo prarodičia sa za necelé polstoročie novodobého poľnohospodárstva a chovu hospodárskych zvierat zmenilo rovnako významne ako spôsob spracovania. Naša spoločnosť vymenila kvalitu prežitku za kvantitu. Syntetické antibiotiká a pesticídy z obilných, zeleninových alebo ovocných polí nás nevidaným spôsobom každodenne zaťažujú. Často netušíme, čo vlastne jeme. Nevieme o prítomnosti cudzorodých látok a alergénov, ktoré spôsobujú poruchy metabolizmu alebo o neustále stúpajúcej chemizácii našej stravy. Kvôli tomu musíme zmeniť skladbu potravín aj spôsob ich prípravy. Vedľa poznania príčin, súvislostí a pochopenia ponúka táto kniha riešenie. Je ich omnoho viac, než viete alebo predpokladáte a výber záleží len na Vás.



Joalis

Objednávky na: objednavky@man-sr.sk

Obsah

- 4 JOALIS TÉMA**
Detoxikace a centrální nervová soustava
- 8 PROFIL**
Jan Lanta: Všichni chceme být zdraví a šťastní
- 11 ETIKA ZDRAVÍ**
Konat dobro a neškodit
- 12 ORGÁNY ČÍNSKÉHO PENTAGRAMU**
Hormonální soustava I.
- 16 GALERIE JOALIS**
Zlatý fond detoxikace
- 18 CESTY KE ŠTĚSTÍ**
„Jasný, jdem na Mont Blanc...“
- 22 NEKONVENČNÍ MEDICÍNA**
Jen Bůh léčí hříšné
- 23 ZAMYŠLENÍ**
O našich klientech
- 24 DETOXIKACE**
Život a pentagram
- 28 JOALIS ANIMAL**
Metoda „Monika“
- 29 AKTUÁLNE**
Slovensko hodnotilo
- 30 SOFTSKILLS**
Uši jsou k slyšení, oči k vidění
- 31 KALENDARIUM**
Připravované akce



Milí čtenáři,

hlavními tématy posledního letošního bulletinu jsou centrální nervová soustava a mozek, které mají důležitý vliv na funkci všech pěti mateřských orgánů. Pentagramu se proto věnuje článek Mgr. Marie Vilánkové a o detoxikaci centrální nervové soustavy zase pojednává příspěvek MUDr. Josefa Jonáše. V rámci našich pravidelných rubrik vám tentokrát představíme profil terapeuta Jana Lanty, provedeme vás středověkou medicínou či nabídneme vzhled do komplikované problematiky hormonálního systému člověka. A jak to vypadá, když člověk něco lehkovážně slíbí (a svůj slib pak musí chtít nechtě dodržet), se dozvíte v článku Ing. Vladimíra Jelínka o jednom neuvěřitelném dobrodružství.

Je tak trochu nepsaným pravidlem, že editorial posledního čísla v roce bývá laděn vánočně, či ještě častěji bilančně. Není divu, kdy jindy bilancovat, než právě v prosinci, kdy se láme starý rok a člověk s nadějí očekává ten nový, a jak často optimisticky doufá, výrazně lepší! Důvod k hodnocení mám v této chvíli i já osobně – je to totiž přesně rok, co jsem nastoupil jako šéfredaktor bulletinu Joalis info. Můj život se samozřejmě za tu dobu v leccems změnil. Začal jsem možná více přemýšlet nad svým zdravím, tělesnou schránkou i skladbou svého jídelníčku, předsevzal jsem si nebrat na lehkou váhu různé tělesné i psychické symptomy, a co je nejdůležitější – rozhodl se v oboru nekonvenční a celostní medicíny dále vzdělávat.

Věřím, že tak trochu podobně to máte i vy ostatní, kteří jste našimi pravidelnými čtenáři, terapeuty či klienty. Vždyt Joalis mění život nám všem. Přeji Vám tedy, aby se vaše zdravotní, psychická a vlastně i celková životní bilance roku uplynulého i následujícího odehrávala jen a jen v „plusových číslech“.

Krásné Vánoce!

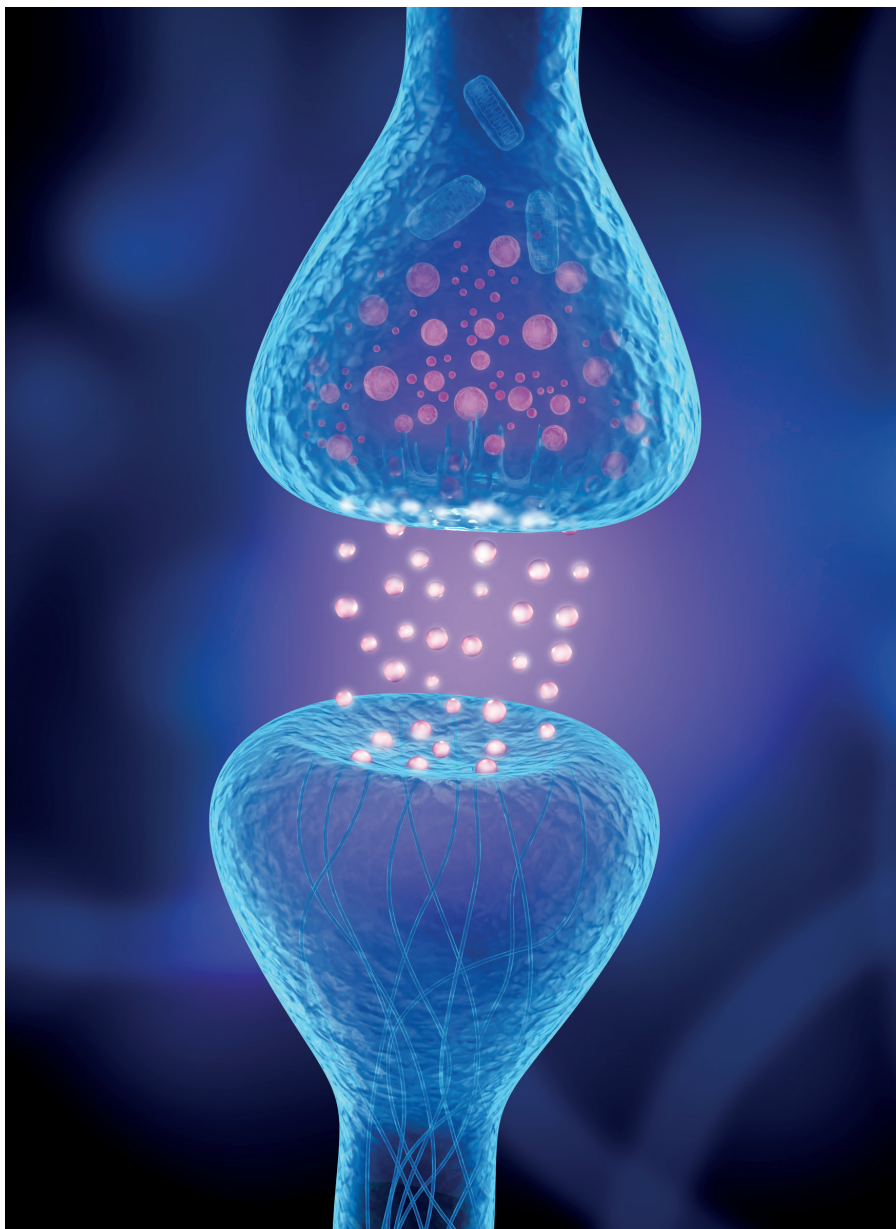
Mgr. Denis Drahoš

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Číslo bolo spracované s využitím textov z českého vydania bulletin Joalis info 6/2015
Spracovanie pre SR: Ing. Lýdia Eliášová, man-sr@man-sr.sk
Grafická úprava pre SR: Ivan Sokolský | ywan, www.ywan.sk
Tlač v SR: Tlačiareň P+M s.r.o., Budovatelská 1, 038 53 Turany
Distribúcia v SR: MAN-SR s.r.o., Plzenská č.49, 040 11 Košice
Redakčná rada: MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková
Šéfredaktor: Mgr. Denis Drahoš, d.drahos@joalis.eu, tel. 602 694 295
Grafická úprava: Martina Hovorková
Vydavateľ: Joalis s.r.o., Orlická 2176/9, 130 00 Praha 3, IČO 25408534, www.joalis.eu
 Evidován pod č. MK ČR E 14928
 Společnost Joalis s.r.o., má certifikovaný systém řízení, kvality dle normy ISO 9001.



Základy detoxikace preparáty Joalis jsou založeny na principech čínské medicíny, v níž jsem hledal inspiraci. Ale aplikování zásad čínské medicíny na aktuální problémy naráží na spoustu obtíží.



Aktivní receptor

Detoxikace a centrální nervová soustava

Problém je již na úrovni terminologické a jazykové. To, čemu Číňané říkali čchi, bývá překládáno jako energie, i když se vlastně o žádnou energii nejedná. Pro tento pojem nemáme adekvátní české synonymum. Právě slovo energie je nám nejbližší, i když nemáme na mysli žádnou ze známých fyzikálních energií. Hovoříme o silách, které působí na existenci člověka.

Tajemství mozku

Starověcí Číňané nebo Indové neuvažovali v pojmech moderní fyziky. Stejně se také podrobně nezabývali mozkem. O jeho funkci nevěděli nic a trvalo mnoho staletí, než lidé pochopili mozek jako centrální řídicí orgán. Nejdříve byly znalosti velmi nejasné, ale ani dnes toho o mozku mnoho nevíme, což po-

tvzuje i světoznámý český neurolog Vladimír Beneš. V záznamech o starověké čínské medicíně nemůžeme hledat mnoho inspirace, ani porozumění centrální nervové soustavě (CNS), jak mozek a míchu nazýváme.

Základním stavebním kamenem je neuron. Jde o buňku, ze které vybíhá velice mnoho výběžků, dendritů, kterými jsou jednotlivé buňky propojeny, takže společně tvoří

jakousi síť. Slovo síť už nám samo připomene dnes běžně používané slovo internet, protože síť s tím jednotlivých počítačů a lidí, kteří je obsluhují, vzniká gigantický informační systém, jenž je složen z miliard „buněk“. Síť, kterou tvoří neurony, a informace v ní probíhající jsou mnohonásobně složitějším systémem, než dnes dokážeme simulovat v jakémkoli počítači.

Prostory mezi nervovými buňkami jsou vyplněny gliovými buňkami. Bez nich by neurony nemohly fungovat. Mají celou řadu funkcí, jež se týkají očisty nervových buněk nebo jejich zásobení důležitými látkami. Pravděpodobně mají i další funkce, které se v současnosti intenzivně zkoumají. Více typů buněk centrální nervové soustavy neexistuje, takže v podstatě jde o velmi jednoduchý orgán, který je tvořen jednou tkání. Něco podobného už nikde v lidském organismu nenajdeme. Neurony jsou nositeli genové informace, která se tvořila po několik milionů let, a proto dnes mozek dokáže řídit něco tak složitěho, jako je samotný lidský organismus v tak složitěm světě, jako je ten náš. Mozek programujeme i výchovou a učením, čímž vytváříme spojení (synapse), jež tvoří síť drah, ve kterých jsou uloženy veškeré programy nutné k životu. Řízení produkce hormonu, což patří k výsadám mozku, se učit nemusíme – na rozdíl od chůze, k jejímuž zvládnutí musíme vytvořit příslušné synapse v částech mozku ovládajících motoriku. Obdobně se musíme učit i řeč – zejména rodnou řeč, vždyť se neučíme jen význam slov a stavbu vět, ale také výslovnost nebo akcent, čímž se jednotlivé řeči velmi výrazně liší. Tímto neúplným výčtem bychom funkci mozku degradovali.

Člověk má speciální schopnost ukládat si ve své centrální nervové soustavě zkušenosti lidstva z minulosti (a na nich dále stavět), tudíž se funkce jeho nervové soustavy stále vyvíjejí. Zatímco u zvířat zůstává funkce nervového systému po miliony let stejná, u člověka můžeme sledovat vývoj i v průběhu staletí, což je nepatrná časová jednotka v celém vývoji lidstva.

Ohrožená existence

Celý mozek je poháněn elektrickými potenciály, které vznikají v každém neuronu. Substráty nezbytnými pro vznik elektrických potenciálů jsou cukr a kyslík. Mnoho zdravotních problémů vzniká jako porucha těchto elektrických potenciálů, které tvoří organizovaný celek a jež lze citlivými snímači monitorovat. Na tomto principu je založen

elektroencefalograf (EEG), zařízení, které nám umožňuje snímat potenciály z povrchu mozku a hodnotit, zdali mají fyziologicky přiměřený charakter, nebo jestli jsou patologické. Poruchami tvorby a distribuce elektrických potenciálů můžeme vysvětlovat choroby typu epilepsie, stejně jako migrény nebo záchvaty vzteku a zuřivosti.

Lidský mozek je orgán, který podléhá emocím, stresu a uvědomuje si „vlastní existenci“. Jeho rozvoj je mnohem komplikovanější

Centrální nervová soustava je v podstatě velmi jednoduchý orgán, ale jeho detoxikace je poměrně složitá.

než u jiných živočichů. Velmi rušivý a negativní vliv na centrální nervovou soustavu má zejména stres. Při pocitu ohrožení vznikají určité fyziologické pochody, mění se funkce mozku, což má při dlouhodobém trvání závažné důsledky. Mozek má proti počítači schopnost kreativity a je schopen vytvářet jak nevědní postupy a myšlenky, tak i díla hudební nebo literární. To zatím žádný počítač nedokázal, ale nedokáže to ani žádný jiný živočich.

Do mozku přitéká krev, která přináší kyslík a živiny. Mezi krví a vlastními neurony je hematoencefalická bariéra, která náš mozek ochraňuje. Ve stresu se tato bariéra stává propustnou, a tudíž do mozku mohou pronikat různé toxiny. Nejednodušší a nejcitlivější je mozek v průběhu nitroděložního vývoje, protože není nijak chráněn. Také hypotalamus, orgán nacházející se v mozku, není touto bariérou ochraňován, a tudíž je velmi vnímavý na přítomnost toxinů. Do mozku se toxiny dostávají jak při nitroděložním vývoji, tak v průběhu dalšího života, a to především ve stresových situacích. Jestliže systémem EAV naměříme stres, nejde o aktuální stresovou situaci. Tomuto stavu říkáme stresový režim, a pokud mozek pracuje ve stresovém režimu, pak jde vlastně o abstraktní pocit trvalého ohrožení, což má pochopitelně velmi vážné následky nejen pro průchodnost hematoencefalické bariéry, ale třeba i pro výkonnost imunitního systému.

Emocionální dietetika

Lidský mozek je do určitého věku závislý na emocionální výživě. Ohraničení tohoto věku není přesně určeno a neví se, v kterých fázích počátku života je emocionální výživa –

neboli láska a pozornost – natolik důležitá, že se bez ní nemůže mozek správně programovat. Vznikne-li emocionální defekt, citová deprivace, táhne se pak s člověkem nadále a ovlivňuje celý jeho život. MUDr. František Koukolík napsal knihu s přiléhavým názvem – Vzpouza deprivantů. Vyslovuje v ní závěry, že politici i jiní lidé jsou patologickými postavami lidských dějin. Nejen tedy stres, ale i citová deprivace jsou patologickými toxiny poškozujícími činnost centrální nervové soustavy.

Už od narození vidíme, že některé dítě spí klidně a pláče minimálně, jiné prakticky nespí a propláče celé dny a noci. Rozdílnost je dána úrovní toxinů, které si mozek novorozence přinesl na svět. Odlišný vývoj mozku vidíme i v dalším období – někdo mluví velice brzy a správně, jiný velmi pozdě a špatně, další se naučí chodit poměrně záhy, jiný později, někdo myslí geniálně matematicky, další je nesmírně šikovný v pohybu a zvládne mimořádně složitě pohybové činnosti. Zkrátka vývoj mozku je různý a velmi důležitou, až zásadní roli hraje přítomnost toxinů v mozku. V některých případech jsou poškozovány programy, které by měly v mozku vznikat, ale v jiném případě jsou naopak části mozku drážděny a nuceny k větší výkonnosti (takové děti pak nazýváme akcelerovanými). Tento proces však nemá vliv na konečnou úroveň schopností, protože u někoho se zastaví vývoj dříve a u jiného pokračuje dále. Obvykle si všímáme zejména toxinů, které poškozují činnost mozku a těchto možností je opravdu nepřeberné množství.

Infekce a imunita

Škála toxinů, které zasahují do činnosti centrální nervové soustavy, je daleko širší, ale základem obvykle bývá stres a citová deprivace. Nejrozšířenějším toxinem je mikroorganismus. V mozku se mohou vyskytovat nejrůznější typy mikroorganismů, avšak prim hrají neuroviry, borelie a další mikroorganismy (syfilis, toxoplazmoza gondi, priony). Plísňe se v mozku vyskytují jen za podmínek zásadního narušení imunity. Mohli bychom jmenovat ještě další mikrobiální zástupce, původce meningitidy a encefalitidy, ale to není účelem tohoto článku. ▶

Pro detoxikaci Joalis je také důležité, v jaké formě infekce v centrální nervové soustavě existuje a na kterém místě mozku infekce působí, protože od toho se odvíjí symptomatologie. Velmi důkladně máme zmapována mikrobiální ložiska. Chtěl bych upozornit, že většina lidí považuje mikrobiální ložisko za jedinou možnou existenci mikroorganismu v centrální nervové soustavě. Terapeuti pak

nacházíme řízení protimikrobiální a protinádorové imunity; pokud se zde nachází toxin, pak dochází k chybám řízení imunity, což má někdy nepříjemné důsledky v podobě častých infekcí a jindy má katastrofální dopad v podobě vzniku zhoubných nádorů. Mimo toto centrum imunity známe lalok ostrovní (*lobus insularis*), odkud je řízena tzv. atopická alergie. Jde o zvláštní poruchu imunity, která se

Další části mozku detoxikujeme stejným způsobem jako přední velký mozek. Vždy musíme uvažovat nad tím, jaké toxiny se zde nacházejí a od toho se pak odvíjejí různé symptomy. Nemohu probírat podrobně symptomatologii jednotlivých laloků, ale mohu alespoň naznačit, že v případě toxického zatížení mezimozku (*diencefalon*) se jedná také o poruchy produkce serotoninu a v důsledku toho projevy deprese. Nachází se zde také neurohypofýza, která je producentem řady hormonů (vassopresin, oxytocin). Tato část mozku často uniká pozornosti terapeutů. Především oxytocin hraje roli nejen při porodu a kojení, ale má velmi úzký vztah k náladám a celému emocionálnímu projevu člověka. V neurohypofýze se také vytváří endorfiny. Jsou to látky, které mají účinek podobný morfinu a stabilizují mozek v emocionální pohodě a optimismu. V této oblasti často nacházím poruchy jak v produkci serotoninu, tak v produkci oxytocinu nebo endorfinu, což má za následek chronickou nespokojenost, pesimismus, pocit stresu a bezvýhodnosti. Udávané projevy mají vážné důsledky v podobě tělesných chorob, včetně zhoubného nádoru. Je tedy velmi důležité detoxikovat tyto oblasti, abychom mohli mozek emocionálně vyladit.

Důležitou oblastí velkého mozku (*telencefalon*) je postranní komora, kolem níž se nachází velmi mnoho emocionálních center. Můžeme zde hledat centra agresivity, centra strachu, fobií, žárlivosti a dalších emocí a především hipokampus, jenž je centrem paměti, včetně tzv. stresové paměti (toho, co nepříjemného se nám událo v životě). Stejně důležitá jsou v poslední komoře i bazální ganglia, kde můžeme hledat centra řídicí emoce, strach a další projevy této oblasti psychiky.

Přenos informací mezi synapsemi

Emoce a Streson nahrazují celou škálu dříve používaných preparátů a rozhodně by měly být použity na počátku detoxikace.

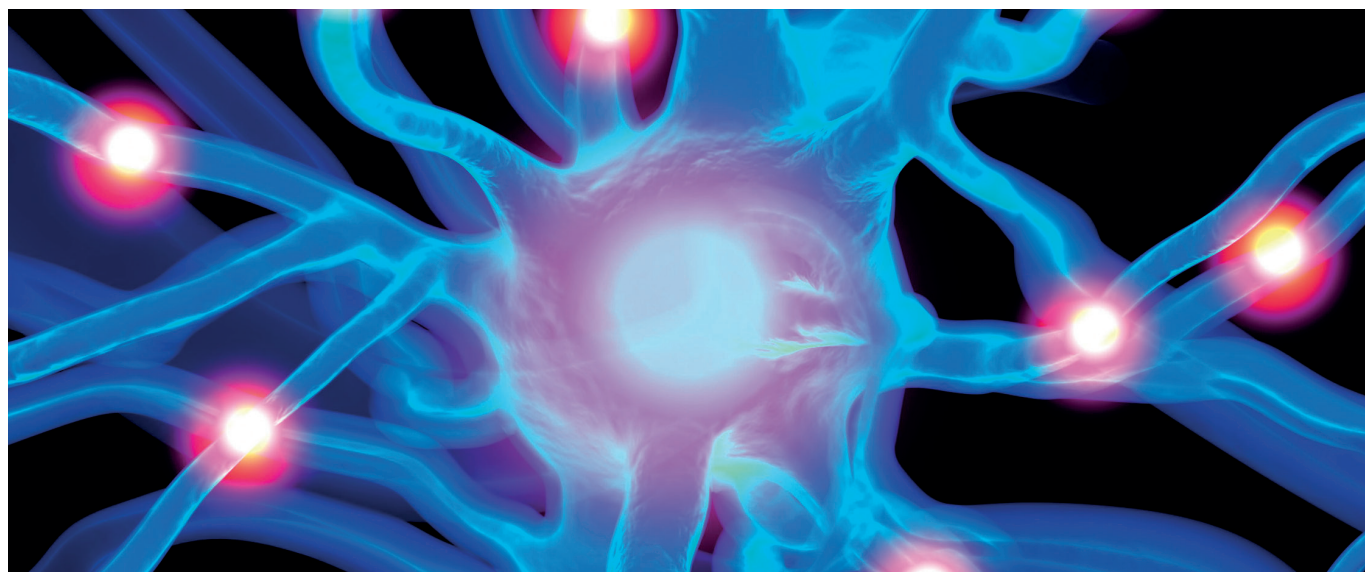
většinou podávají preparáty zaměřené na toto ložisko. Musím říci, že to není opodstatněné, a že se setkáme i s jinými formami existence mikroorganismu, které však na preparáty proti mikrobiálním ložiskům nereagují. Objevují se tedy dvě zásadní chyby: první je ignorace centrální nervové soustavy, obvykle z důvodů neporozumění její struktury a funkcí. Druhým omylem je zužování problému chronických infekcí pouze na mikrobiální ložiska. Důsledkem pak bývá používání preparátů vhodných právě jen pro mikrobiální ložiska. Detoxikace prochází již po dobu dvaceti let neustálým vývojem a někteří lidé uvízli v průběhu této doby na určité úrovni znalostí a nejsou schopni pružně sledovat další poznatky a přizpůsobit jim podávání preparátů.

Velmi zásadní funkcí centrální nervové soustavy je řízení imunity probíhající ve třech centrech předního mozku (*telencefalon*). V temenním laloku (*lobus parietalis*)

dotýká hlavně kůže, vzácně i jiných částí těla. V *lobus paracentralis* nacházíme nesmírně důležitá centra pro řízení imunity a jejich porucha znamená vznik autoimunitní problematiky, revmatických reakcí a dalších obtíží (psoriáza a další exantémy).

Celek je složen z částí

Preparát **Cranium**, používaný k odstranění mikrobiálních ložisek, nemůže odstranit žádné další toxiny, které mohou být přítomny v mozku (především různé formy existence mikroorganismů, ale také těžké kovy, chemické látky, vzácněji i metabolity). S přípravkem **Cranium** tedy nevystačíme a musíme hledat další možnosti detoxikace. O nich se zmíním později. Často narážíme na toxické zatížení spánkového laloku (*lobus temporalis*), což nejčastěji přináší poruchy elektrické aktivity, které jsou příčinou migrény, epilepsie i jiných tzv. záchvatovitých stavů.



V mezencefalonu můžeme rovněž najít mnoho center, která při toxické zátěži způsobují různé nemoci, za všechny bych jmenoval alespoň retikulární formaci (*formatio reticularis*). Tato tkáň má pro člověka velký význam a její trvalá aktivita zajišťuje to, čemu říkáme energie. Snížená aktivita je příčinou chronické únavy, zvýšená aktivita způsobuje motorický neklid či také poruchy spánku.

Příčiny zhoubných nádorů musíme hledat v mozku. Karcinom bychom měli nazývat onemocněním mozku, ať se nádor vyskytuje kdekoli v a tamtéž bychom měli hledat i příčinu nezhooubných nádorů. Jediná příčinná léčba je detoxikace formixu (párového svazku vláken spojujícího hipokampus a corpus mamillare), jehož fyziologická činnost nejen zabrání vzniku nádoru, ale způsobí také návrat k správné činnosti a může nezhooubné bujení dokonce zlikvidovat. V mozku musíme také hledat příčinu cyst, žlučových i led-vinových kamenů, příčinu zvýšeného cholesterolu i některých typů cukrovky. Neexistuje zdravotní problém, pro který bychom v mozku nenašli odpovídající strukturu.



Detoxikace na jiné úrovni

V současné době máme ojedinělou možnost posunout detoxikaci na úplně jinou úroveň. Postihnout činnost mozku a pochopit účinky všech možných kombinací preparátů je nesmírně obtížné. Vyžaduje nejen pečlivé studium, ale především praktické učitele, kteří by adeptům detoxikace ukázali své zkušenosti. Nejen lékaři konvenční medicíny, ale také lékaři ájurvédští či terapeuti čínské medicíny musejí procházet náročnou teoretickou přípravou a rovněž praktickou supervizí zkušenějšího a vzdělanějšího kolegy. To v detoxikaci bohužel není možné. Nemáme takovou strukturu vzdělávání a terapeuti nemají dostatečnou ekonomickou jistotu, aby byli motivováni studovat bez nároku na jakoukoli odměnu (tak jako je tomu v jiných oborech zdravotnictví).

Pro složitost celého problému a malou možnost vzdělávání v této oblasti bylo třeba vytvořit nějaký logičtější a přístupnější systém. Nové preparáty nejenže velmi zjednodušily detoxikaci centrální nervové soustavy, ale především umožnily v daleko širší míře odstranit chronické infekce, což vytváří až neskutečné možnosti. Postihují nejen mikrobiální toxiny, ale zároveň zahrnují i detoxikaci organických i anorganických látek a dalších toxinů. Pod preparáty **Emoce a Streson** se podařilo dostat všechny přístupy oslovu-

jíci mikrobiální ložiska, ale také chronické infekce, což je skutečně zásadní problém detoxikace. Streson navíc rozbíjí stresový program a přeladí člověka ze stresového režimu

dloužené míše, pontu ani mozečku. Bylo by možné hovořit o mezencefalonu, diencefalonu a nakonec i telencefalonu neboli předním mozku. Jistě bychom našli ještě mnoho mož-

Obvykle je třeba za zdravotními problémy jít do centrálního nervové soustavy.

do klidného harmonického stavu. **Emoce a Streson** nahrazují celou škálu dříve používaných preparátů a rozhodně by měly být použity na počátku detoxikace. Mají vliv nejen na centrální nervovou soustavu a její detoxikaci, ale zároveň na detoxikaci tělesnou.

Přípravkem, který napomáhá centrální nervové soustavě i jiným tkáním v těle zbavovat se nejrůznějších toxinů v celé škále, jak ji známe, je **Supertox**. Všechny výše uvedené přípravky vznikly podle zásad holistického přístupu k organismu, a jak už jsem mnohokrát ukazoval, měl by celý proces vývoje končit u jednoho jediného preparátu. Ostatní preparáty ale neztrácejí na významu. Pakliže klient uzná za vhodné, můžeme v detoxikaci pokračovat i dalšími přípravky.

Péče o sebe

Předloženou problematiku jsem probral jen velmi zběžně. Nevěnoval jsem se míše, pro-

ností, jak si vyprávět o mozkových funkcích. Nerozebíral jsem podrobněji hypothalamus, hypofýzu ani epifýzu. V řadě zdravotních problémů jde o toxické zatížení těchto částí mozku. Zkrátka – není v možnostech jednoho článku rozebrat funkce mozku a porozumět jim. I přestože je naše poznání dosud velmi nedokonalé, již dnes nám slouží k pochopení mnoha zdravotních problémů.

Zpravidla se lidé snaží hledat problémy na tom místě, kde je pociťují. Skutečnost je ale jiná! Obvykle je třeba za konkrétním problémem jít do centrální nervové soustavy. Preparáty určené pro tělo mají jen malý vliv na mozek, protože v detoxikaci funguje jako samostatný orgán. Preparáty, o kterých byla řeč, tvoří zlatý fond detoxikace a jsou výsledkem výzkumu posledních let. Řekl bych, že výsledkem velmi podařeným. Jeden filosof pravil: „Starej se o svůj mozek a mozek se postará o tebe.“

MUDr. Josef Jonáš

Začínal jako bankovní úředník a nepochopený vizionář. Po několika letech se z něj stal uznávaný výživový specialista. Jeho specializací jsou zdravý životní styl a detoxikační medicína podle MUDr. Josefa Jonáše.



Jan Lanta: Všichni chceme být zdraví a šťastní

Venku už je sice pošmurno, ale řekněte nám, jaké je Vaše oblíbené roční období a proč?

Mám rád všechna období a na každé se vždy těším, protože toho předchozího už bylo „dost“. Ještě, že se to tak akorát střídá. Postupem času, jak „jdu životem“, objevuji nové rozměry střídání ročních období, propojují se mi více a více s pentagramem a já pociťuji stále větší obdiv k našim moudrým předkům, kteří – ať negramotní nebo s nejzákladnějším vzděláním – ze svého okolí čerpali moudrost. Četli si v přírodě okolo sebe jako z knih a hlavně vše respektovali, přijímali a radovali se ze všech činností, které konali. Moudra našich předků převálcovala pravidla, předpisy, vzorce a dogmata, a tak okolo sebe slycháváme, že když svítí sluníčko, tak je moc vedro a mohlo by zapršet, a když prší, tak by mohlo svítit slunce. Jsme stále nespokojení. Poslední dobou při procházkách v přírodě začínám objevovat nejen její krásu v každém ročním období, ale i poselství, která nám předává. Příroda nás stále učí. A je jen na naší vnímavosti, jestli tato poselství a informace „přečteme“ a necháme se jimi inspirovat.

Máte nějakou konkrétní metodu, jak číst poselství a informace?

Pro mě je nejdůležitější „vyladit“ emoce „usebráním“. Rozprostírá se ve mně klid a hlava přestává pracovat, čímž se zvyšuje má vnímavost. Les, louka, hory... jsou pro mě tím nejúžasnějším prostředím pro harmonizaci. Poté jde již vše hladce a stačí mi jen pozorovat, co se kolem mne děje. Když cítím potřebu něco starého poslat k vodě, tak si jdu sednout na břeh řeky nebo rybníka a poprosím vodu o očistu. Jsou to vlastně banální činnosti. Stačí opravdu jen pozorovat a nepřemýšlet! Tato láska k přírodě se u mě zrodila díky mému dědečkovi, se kterým jsem jako malý chlapec strávil v lese opravdu mnoho času a jsem mu za to moc vděčný.

Čím jste se živil, než jste propadl myšlence založit si vlastní obchod se zdravou výživou a přírodní kosmetikou?

Pracoval jsem v bankovním sektoru. Nejprve jako přepážkový pracovník, později jsem řídil skupinu obchodních zástupců a pro zpestření jsem působil i jako školitel prodejních a komunikačních dovedností. Ale to je již historie. Ze dne na den jsem odešel z cel-

kem prestižního postu a společně s manželkou založil obchůdek na malém městě.

Začátky jsou vždy obtížné, jak se na Vás dívali známi a přátelé?

Jako na podivína. Nikdo to nechápal. Zpočátku jsme byli, řekl bych, terčem lehkého posměchu nejen mezi známými, ale i v rodině. I když byly začátky složité a náročné, našeho rozhodnutí vůbec nelituji, ba naopak – jsem za to vděčný. Vše co se díky těmto změnám odehrálo a odehrává, nás vede k dalšímu poznání a novým výzvám.

S jakým sortimentem jste začínali?

Především s čaji a bylinkami, dále pak se základními potravinami, jako jsou obiloviny, vločky, luštěniny a mouka. Něco málo i z přírodní kosmetiky. Ale z mého současného pohledu to bylo skoro až směšně málo produktů.

Co teď nejvíce frčí?

Lidé stále hledají novoty, kterým přikládají nějaké nové zázračné vlastnosti a bombastické a jedinečné účinky, které jsou lékem „na všechno“. Takže teď jsou hitem

superpotravin, jako třeba chia semínka, koprná semínka, alfa apod.

Zákazníci také ujíždějí na biopotravínách, ne? Nezdá se Vám, že dnes se za „bio“ označuje téměř každé zdravé jídlo?

Zastávám spíš jiný styl života, než za každou cenu BIO. Myslím, že podlehnout bio životu není zase tak těžké. Reklama a moderní trendy dělají své. Ale často si lidé mylně myslí, že jídelníček stačí pozměnit přechodem na bio potraviny. Bio maso, bio mléko, bio zelenina, bio kosmetika, bio oblečení, a za chvíli to budou bio auta, bio mobily a bio kdovíco ještě... Máme trochu i výhodu v nevýhodě – a to, že jsme v malém městečku a lidé hodně sledují ceny. I my jim radíme, že důležitější je skladba potravin, než to, zda jsou BIO. A také to, že by měli znát sami sebe a tím snadněji rozpoznat, které potraviny jim škodí a které naopak prospívají. Velmi rádi jim nabízáme možnosti zjištění vhodných potravin pro ně konkrétně, či co je problémem pro jejich metabolismus. Kdo z nich to se změnou jídelníčku myslí vážně, rád tuto možnost přijímá.

A Joalis? Kdy a jak jste se dozvěděl o preparátech MUDr. Jonáše?

Joalis je „dar“ z nebes. V dobrém slova smyslu „hromadná zbraň“, která je obrovsky mocná a myslím, že málokomu z nás dochází, s čím máme tu čest pracovat a být tomu nablízku. Proto mě oslovuje Sokratův citát: „Vím, že nic nevím.“ Čím víc se vzdělávám, tím víc vidím, jak mnoho toho ještě nevím a co vše musím ještě nastudovat a poté zažít v praxi. Je skvělé prožívat setkání s lidmi, kteří pro Joalis pracují. Zatím jsem se setkal s kladnými ohlasy, nadšením, vstřícností, radostí a zápallem. Mám pocit, že nic není problém a to je nádherné. Bez nadsázky zažívám období, kdy je má práce zábavou a zábava prací. Moc se mi líbí motto bulletinu: „Měníme svět po kapkách“ – je vystihující a pravdivé.

O preparátech MUDr. Josefa Jonáše jsem se dozvěděl asi v roce 2005, přesně si to nepamatuji. Bylo to na festivalu Biostyl v Praze na Výstavišti. Jezdíme se tam s manželkou pravidelně inspirovat. Právě tam jsme ve stánku Joalis nasbírali materiály a informace o metodě, ale ještě nebyl ten správný čas. Ještě jsem nebyl připraven. Postupem času, jak jsme se rozhlíželi, začal mě šuplík, do kterého jsem materiály uložil, volat. Prostudoval jsem web Joalis a ihned jsem se přihlásil do vzdělávacího systému. To se stalo na konci roku 2013.

Spojit zdravou výživu a detoxikaci je velmi vhodné. Jak na tuto možnost reagují Vaši klienti?

Lidé reagují různě, ale většinou pozitivně. Někteří se okamžitě objednají, jiní vyčkávají

a někdo nevěří, že by nějaké kapky mohly odstranit vleké potíže, se kterými si neporadí ani kapacity v bílých pláštích. Na nikoho nenaléhám a nechávám věci plynout. Vše se krásně skládá a já díky tomuto propojení nemám nouzi o zájemce. Hned na počátku terapeutické praxe jsem si řekl, že chci pracovat jen s lidmi, se kterými mi bude fajn a kteří budou inspirací i pro mě. Již nyní začínám cítit naplnění tohoto záměru.

Je skvělé, že propojení zdravé výživy a detoxikace funguje oboustranně. Začínají se objednávat i lidé, kteří k nám nakupovat nechtěli a přišli primárně od zdravotním problémem, protože slyšeli od svého známého, že metoda MUDr. Jonáše opravdu funguje. Jak se jim ulevuje, slyší i na pobídky ke změně stravování. A to je úžasné.

Užíváte Joalis i Vy?

Ano. Díky preparátům Joalis jsem dokázal vyřešit svoje téměř celoživotní obtíže s bederní páteří, nikdo si s tím nevěděl rady. Za to jsem MUDr. Jonášovi velmi vděčný. A alespoň prostřednictvím tohoto rozhovoru pošlu panu doktorovi velké díky.

Nyní jsem již téměř u konce se základním úklidem svého organismu a musím konstatovat, že se cítím skvěle. Nejvíce mi vyhovuje moje současná emocionální vyrovnanost. Harmonizace emocí – to je základ. Jen vyrovnaný člověk může vyzvat své tělo k ozdravné aktivitě.

„Kurýrujete“ i svou rodinu?

Napadá mě známé rčení: „V rodině není nikdo prorokem.“ Popravdě, nejvíce pracuji s manželkou, která v detoxikaci našla velkého pomocníka a je vzorným uživatelem již od

Raději než někoho přesvědčovat, snažím se na každého intuitivně a empaticky naladit a podle toho zvolit styl komunikace a volbu „argumentů“. Lidé potom reagují klidně a nemají pocit nátlaku. Volí si sami. Jakkmile je někdo někam natlačen, nemá to dlouhodobého trvání, což je v případě C. I. C. metody velmi potřebné.

Možná se i tady zúročuje Vaše předchozí profese školitele, nemyslíte?

Zcela určitě. V té době jsem učil obchodní zástupce, jak prodávat užítky a výhody produktu, a jak správně a empaticky komunikovat. Vždy, když jsem školení a semináře vedl, kladl jsem důraz na předávání praktických zkušeností, než jen na pouhou teorii. A vzhledem k tomu, že pozici školitele jsem začal zastávat po cca pěti letech své vlastní obchodní praxe, nebylo to moc těžké. Učil jsem jen to, co jsem sám uměl a osobně vyzkoušel. Všechny tyto zkušenosti nyní vědomě i podvědomě používám a dále se jim učím. Vždyt první dojem je jen jeden. Každý další je až druhý, či třetí... Na základě prvního dojmu se rozhoduje velmi mnoho lidí. Takže považuji umění komunikace za klíčové.

Co Vás vlastně okouzlo na metodě řízené a kontrolované detoxikace?

První, co mě napadá, je propojení všeho, co je mi blízké a s čím jsem se ve svém životě setkal. Vždy, již od školních let, mě bavila biologie, záhy jsem v sobě objevil zájem o východní filozofii a práci s energiemi. Literatura s tematikou duchovních, přírodních a sebepoznávacích témat u mě dominuje a rád poznávám vše, co do této mozaiky zapadá. Začal jsem se stravovat jinak, do mého života zasáhly informace o rozšiřování vědo-

Lidé si často mylně myslí, že jídelníček stačí pozměnit přechodem na bio potraviny.

sámého začátku. Moc jí to prospívá a díky tomu krásní a mládně. A já jsem jí vděčný za její aktivní přístup. Je mým „pokusným králíkem“. Pomalu se začínají přidávat i naše děti, moje maminka i bratr, a to je pro mě velká radost. Bohužel mám i zkušenosti opačné – ti, kteří by to v naší rodině nejvíce potřebovali, tápou a nevěří. Je to však jejich volba a mě nezbyvá nic jiného než to respektovat. Každý máme svoji vlastní cestu.

Snažíte se lidi přesvědčit racionálními argumenty, nebo s nimi jednáte intuitivně?

mi a změněných stavech vědomí, meditační techniky, harmonizace emocí a mnoho dalšího. Hlavně mě práce s lidmi baví.

Metoda C. I. C. toto výše zmíněné (dle mého) poznání obsahuje a dále rozvíjí a propojuje. A to je úžasné. Za nejpodstatnější považuji fakt, že díky ní se člověk skutečně mění a to na těch správných „místech“, zejména pak harmonizací emocí a psychiky. Pokud se nám povede tato „náprava“, pak jde vše mnohem snadněji. Dále mě překvapila účinnost preparátů. Neznám jinou tak účinnou metodu, která by dokázala rychle a levně nastolit v organismu harmonii.



Jestli tomu dobře rozumím, tak doporučujete několik alternativních směrů?

Nikdy jsem o tom z tohoto úhlu nepřemýšlel, ale asi to tak bude. Zjišťuji, že vše, čím jsem si ve svém životě prošel, je mi nyní k užítku. Mohu dát k dispozici svoje znalosti i osobní zkušenosti. Lidi to posiluje a dodává jim naději, že i ve složitých životních situacích mohou najít někoho, kdo je vyslechne, rozumí jim a chce jim pomoci. Všichni chceme být zdraví a šťastní. Já mám obojího dostatek a nemám potíže se podělit. Těší mě, že i v rovině přijímání a dávání se u mne projevila harmonie. Veliké učení přichází od klientů samotných. Pociťuji, že propojování, sdílení a doplňování různých metod a směrů může být účinné.

Podělte se s námi, prosím, o nějaký Váš případ.

Rád se pokusím. Uvedu případ, který mě moc zaujal, hlavně proto, že mi vyvolal vzpomínku na mého otce, který již 24 let není mezi námi. Asi proto mi tak utkvěl v paměti.

Objednala se ke mně pětaticetiletá paní, a když jsme si začali povídat, co ji přivádí, nestačil jsem se divit. Potíže, které ohrožovaly její život, se naprosto přesně shodovaly (včetně lékařské diagnózy) s nemocí, kterou trpěl můj tatínek. Paní přišla již po opakované chemoterapii a její stav byl poměrně stabilizovaný. Jakmile jsme se pustili do práce, začaly se mi otevírat vzpomínky na chvíle s otcem a krásně jsem si uvědomoval, že pokud by metoda C. I. C. fungovala již tenkrát, pak by tu s námi stále byl. Víím, že žádná kdyby neplatí, ale bylo to tak silné, že jsem byl velmi citlivý a všechny další kroky a situace, kterými si klientka prochází, s ní stále naplno prožívám. Nyní jsme již ve fázi, kdy paní pociťuje velkou úlevu. Je klid-

nější, vyrovnanější a začala si uvědomovat, kde a kdy nastaly první signály jejích potíží. Naplno převzala zodpovědnost za svoji situaci a zdraví, včetně vztahových disharmonií. Velmi dobře pochopila, že již pouhý ekzém, který v jejím případě byl první nepříjemnou „vlastovkou“ a ukazatelem jejího stavu cca sedm let před propuknutím onkologického onemocnění, se nesmí podceňovat. Dnes již ví, že potlačování i takto běžných (a dnes často se vyskytujících) zdravotních komplikací vede jen k dalšímu zhoršování zdraví a může se projevovat skutečně děsivě.

Myslím, že dnes má klientka moc dobře ví, co je prevence, začala se zajímat o změnu stravování i pravidelně upouštět stres procházkami v přírodě, a myslím, že je již nyní uzdravena, i když jsme teprve u třetí kúry. A já jsem díky tomuto případu znovu zavzpomínal na svého otce a odpustil další vrstvy.

V dotazníku jste uvedl, že nemáte rád nesmyslné světské zákony... Máte na mysli i nařízení a pravidla, kterými je svázána nekonvenční medicína a terapie, jež ji praktikují?

Samozřejmě i tato omezení jsou pro moje myšlení nesrozumitelná. Podle mého mínění to tu začíná silně připomínat otrokářskou společnost. Jen nám krásně vymazali mysl a nahráli nám pocity, že jsme svobodní, volní a můžeme cokoli. Je to však skutečně tak? Působí na nás strachem, omezeními a nařízenými, zákony a pravidly. Nejsme přece cvičené opice, ale svéprávné zodpovědné bytosti. Každý by měl mít možnost dělat, co je mu blízké a co skutečně chce, pokud neublíží svému okolí.

Doby, kdy otrokářství kvetlo, se nám zdají

jako strašlivé, ale otroci tehdy alespoň věděli, že jsou otroky. Dnes jsme otroky nadnárodních společností, farmaceutických firem, úředníků, policistů, vzdělávacích systémů, strkáme hlavy do oprátek leasingů, hypoték, bankovních i nebankovních úvěrů, destruktivních vztahů. Jsme jako koně s klapkami na očích, místo Boha máme peníze a říkáme si ateisté. Myslím, že jsme „penězověrci“ a k penězům se „modlíme“, protože, kdo je má, ten se má. Měli bychom raději hledat, co můžeme společností přinést každý sám za sebe. A protože přírodní zákony fungují dokonale a stále rychleji, pak nikdy nemůžeme trpět nedostatkem lásky, soucitu, peněz, práce, odpočinku, zábavy, důvěry i pochopení. Je třeba rovnoměrně dávat i přijímat. Proto mi ve všech oborech a rovinách chybí starý dobrý selský rozum. Kdyby se více používal, bylo by nám fajn i bez spousty zákonů a nařízení. A tím by nám sílilo srdíčko, což je pro dokonalou harmonii nezbytné. ▲

Mgr. Denis Drahoš

Jméno a příjmení:

Jan Lanta

Datum narození:

29. 11. 1971

Vzdělání:

Středoškolské s maturitou (na to si moc nepotrpím, ale nějaké certifikáty mám a semináře jsem absolvoval...)
ŽIVOT

(jediná smysluplná škola)

Záliby:

příroda, sebepoznání, jóga, pejsci, sport, šamanismus, rodina, partnerské soužití, „práce“, zahrada, hudba

Působíště:

Hronov

Kontakt:

info@dobre-zdravi.cz
www.zdravavyzivahronov.com
www.dobre-zdravi.cz
608 830 709

Co mám rád:

selský rozum, harmonii, otevřenost

Co nemusím:

papírování a úředničnu, přetvářku, nesmyslné světské zákony



V předchozích dílech jsme si vysvětlili, co je morálka a etika, jaký je mezi nimi rozdíl, jaké jsou její zdroje a jak užívat termínů v etické diskusi. Nyní přejdeme k hlavním principům, na kterých je založena lékařská etika.



Konat dobro a neškodit



Pokud chceme dobře reprezentovat metodu řízené a kontrolované detoxikace, měli bychom potlačit „své já“ ve prospěch klienta a přistupovat k němu velmi humánně a morálně. Principy jsou vlastně směrovkami našeho jednání, každý terapeut by je měl znát a vycházet z nich v každodenní praxi. Ignorování těchto principů může vést dokonce k nezvratným škodám na zdraví klienta.

1. Princip nonmaleficence

Obsah tohoto principu je jednoduchý: **neškodit**. Pokud terapeut není schopen dobře a efektivně zasáhnout, pak ať v souvislosti s terapií přinejmenším neškodí. V zásadě platí, že závažné nevratné poškození, byť by bylo důsledkem chyby v dobré víře (bona fide), tolerováno není. Zpravidla je fiaskem vztahu lékař-pacient a nezřídka se jím zabývá soud.

Poškození se v této souvislosti nazývá iatropatogenní a může být různého druhu:

- somatická iatropatogeneze (nesprávným postupem, zákrokem, ohrožením klienta nálezem v poradně, kumulováním nepříznivých vedlejších účinků apod.)

- psychická iatropatogeneze (vystrašením, panikou, nevyhovujícím výkladem potíží či nevhodným a ponižujícím chováním apod.)

Mezi nejčastější iatropatogenní poškození bývá zařazována depersonalizace klienta, který je redukován na pouhý objekt zájmu. Klient se stává věcí, která se mechanicky pohybuje v odosobněném prostředí. Individuální životní situace klienta je pro terapeuta

zkouškou vnímavosti a porozumění a je velmi důležité vytvořit takové prostředí, ve kterém se bude klient cítit bezpečně a bude vnímat, že je o něj zájem jako o konkrétní osobnost. Zanedbání informací (okolností, souvislostí nebo dat) bývá dalším důvodem iatrogenních poškození – zde bývá příčinou nedbalost terapeuta, která je způsobena souhrnem okolností: neodborností terapeuta, konfliktním charakterem jeho povahy, neuspořádaností a chaotickým stylem práce i administrativní nedůsledností.

Opačný případ nastává, pokud k poškození dojde úmyslně. I s těmito případy se setkáváme a myslí na ně také trestní řád. Obvykle se jedná o zneužití situace a profesionálního postavení, kdy terapeut s klientem manipuluje a má nad ním moc. Tyto případy zaznamenáváme častěji u lékařů konvenční medicíny, např. ve formě podplácení farmaceutickými firmami. Na úplném okraji poté stojí lékař, či terapeut, který může být zapleten do činnosti zločinecké skupiny. Postavení terapeuta vyžaduje vysokou mravní integritu a upřímnost nejen k sobě, ale také – a to zejména – odpovědnost vůči klientovi.

2. Princip beneficence

Zdánlivě jednoduchý princip – **konat klientovi dobro** – je v praxi velmi problematický. Tento imperativ velí činit dobro. Slovo beneficence lze překládat jako dobrodíní. Tento pojem nese druhotný význam činnosti spojené se shovívavostí. Ale již dobro samo o sobě je velmi problematickým pojmem. Můžeme se ptát: „Co je pacientovo, event. klientovo, dobro?“ Pro konvenční medicínu to ob-

vykle bývá určitý stav organismu, který je tzv. nejvhodnější pro život. Můžeme se ptát dále: „Náleží k pojmu klientova dobra také jeho duševní stav? Spadá pod tento pojem také jeho dobrý sociální a i duchovní stav? Co je tedy tzv. nejvyšší míra zdraví?“

Metoda řízené a kontrolované detoxikace (a v důsledku jakákoli nekonvenční medicína) má v tomto bodě jistotu. Všechny výše popsané složky a jejich faktický stav spoluvytvářejí lidské zdraví. Lidské zdraví je úhrnem vnějších i vnitřních faktorů, které mají vliv na somatický či psychický stav individuálního klienta. Podstatou je vždy a za všech okolností shoda jednání terapeuta se zájmy nemocného (ochrana života, zlepšení kvality života i úleva od bolesti a strádání). Musíme však také přihlížet k dobru těch druhých (ohrožuje-li jednotlivce okolí např. infekcí, agresivitou apod.). Dobro zde může být tedy také omezením práv klienta v zájmu dobra okolí.

V rámci duševní regrese, která je vyvolána nemocí, klient nemusí rozpoznávat, v čem spočívá jeho dobro. Je upjatý a zaměřený na jedno řešení. Tento stav může vyvolat mravní dilema terapeuta. Pokud v situaci ohrožující život klient odmítá ošetření lékařem a trvá pouze na terapeutickém zákroku, měl by terapeut cítit princip nonmaleficence a klientovi důrazně doporučit návštěvu lékaře a o tomto konání nejlépe sepsat písemný záznam. Pochybujeme-li o kompetenci klienta jednat v jeho prospěch, měli bychom se více řídit naším pojetím pacientova dobra. Terapeut by měl pacientovo dobro hledat v interakci s ním a vytvořit pojem dobra v dialogu.

Mgr. Denis Drahoš

Prostřednictvím hormonální soustavy jsou řízeny jednotlivé orgány člověka a vyšších živočichů. Hormony regulují růst, vývoj pohlavních znaků, metabolismus a pomáhají překonávat stres. Poruchy její funkce jsou pro zdraví člověka velmi závažné.

Hormonální soustava



Zdravého člověka tvoří dokonalý systém, jenž je složen z navzájem propojených a spolupracujících podsystemů – orgánů, které jsou zase složeny z velkého počtu jednotlivých buněk. Jejich správná funkce je podmíněna koordinací činností. Každé lidské tělo je řízeno třemi systémy, kterým se věnujeme v detoxikaci. Patří mezi ně nervový systém, humorální (hormonální) systém a imunitní systém. Tým složený z řídicích systémů funguje správně pouze tehdy, když každý její člen pracuje správně. Porucha v jednom systému může vyvolat poruchu na jiných místech systému, např. nesprávná činnost některé z hormonálních žláz může nepříznivě ovlivnit funkčnost nervového centra.

O bateriích člověka

Staré národy neměly znalosti o tom, jak tělesné systémy fungují na molekulární úrovni, ale byly schopny jiným způsobem pozorovat organismus a na úrovni vyšší než jej pozoruje současná věda. Mnozí jednotlivci zasvětili svůj život tělesným a mentálním cvičením a odměnou jim bylo hluboké poznání. Věděli, jak si tzv. dobíjet baterky, protože hormonální systém s vitalitou zásadním způsobem souvisí.

Taková tělesná a mentální cvičení jsou popsána v klasických jógových textech, které jsou v podstatě tři. *Geranda samhita*, *Šiva samhita* a *Hathajóga Pradípiká*. Tyto sbírky cvičení pocházejí z různých období druhého

tisíciletí, ale všechny se obracejí k velikému učiteli jógy Matseyndrovi, který žil asi v 10. století. V současné době se věnuji studiu těchto textů a snažím se pochopit jejich přesné sdělení, a to proto, že jsou podle mne zbaveny zbytečného balastu, který se v průběhu staletí do jogínských textů a učení vmísil, a který bohužel odvádí pozornost od samotného smyslu popisovaných cviků. V jednoduchosti je krása.

V těchto starobylých knihách se tvrdí, že pokud to, nebo ono cvičení ovládnete a budete ho provádět například půl roku, tak omládnete i o deset let. Když takové tvrzení čtu, ptám se, zda to autor myslí vážně, nebo jen literárně přehání. Pokud však do problematiky pronikáme hlouběji, začneme si

uvědomovat, jaký nezpochybnitelný vliv mají popisovaná cvičení na hormonální systém. Mnohá z těchto cvičení se zdají být snadná, ale může být kontraproduktivní je zkusit na vlastní pěst a bez kontroly zkušeného učitele. Cvičení nelze správně provádět, dokud vám je někdo přesně nevysvětlí, neboť efekt vychází z velmi jemných detailů a z pochopení důvodů, proč cvik děláte a co jím chcete dosáhnout. Jestliže se člověk (byť malinko) odkloní od detailů, pak cvičení nemusí být vůbec účinné a je jen ztrátou času.

Pokud se snažíme obdobné znalosti a dovednosti předávat, pak je nestačí pouze napsat. V každém případě je nutné znát konkrétního člověka s jeho individuálními predispozicemi. Je nutné pochopit jeho potřeby, pocity, bolesti. Nejlepším způsobem předávání informací je jejich konkrétní realizace tzv. na míru, tedy sdělit konkrétnímu člověku jaký soubor preparátů, cvičení nebo jiných změn potřebuje, co mu prospěje a jak zasáhnout právě jádro jeho problému. Úloha terapeuta, který je schopen klientovi předat, co přesně má dělat a jak přesně to má dělat, je nezastupitelná. To se nedá jenom načíst z knížek, tuto schopnost je třeba vypěstovat až praxí a zpětnou vazbou na vracejících se klientech.

Kybernetika organismu

Základní a nutnou podmínkou řízení a regulace je přenos a zpracování informace, např. jaký je stav uvnitř i vně orgánu, tkáně či systému orgánů. Tyto životně důležité informace jsou získávány signály, které zaznamenávají speciální přijímače (receptory), jež jsou rozprostřeny v celém organismu. Vlivem

udržení podílí zásadní měrou. V teorii systémů pojmem homeostáza označujeme soustavné udržování rovnováhy mezi vnitřním prostředím systému a jeho okolím. Udržování stálosti vnitřního prostředí je nutnou podmínkou pro normální činnost organismu. Hlavními substancemi, jejichž stálost je řízena, je intersticiální tekutina (tkáňový mok) vyplňující mezibuněčný prostor, krev a krevní složky.

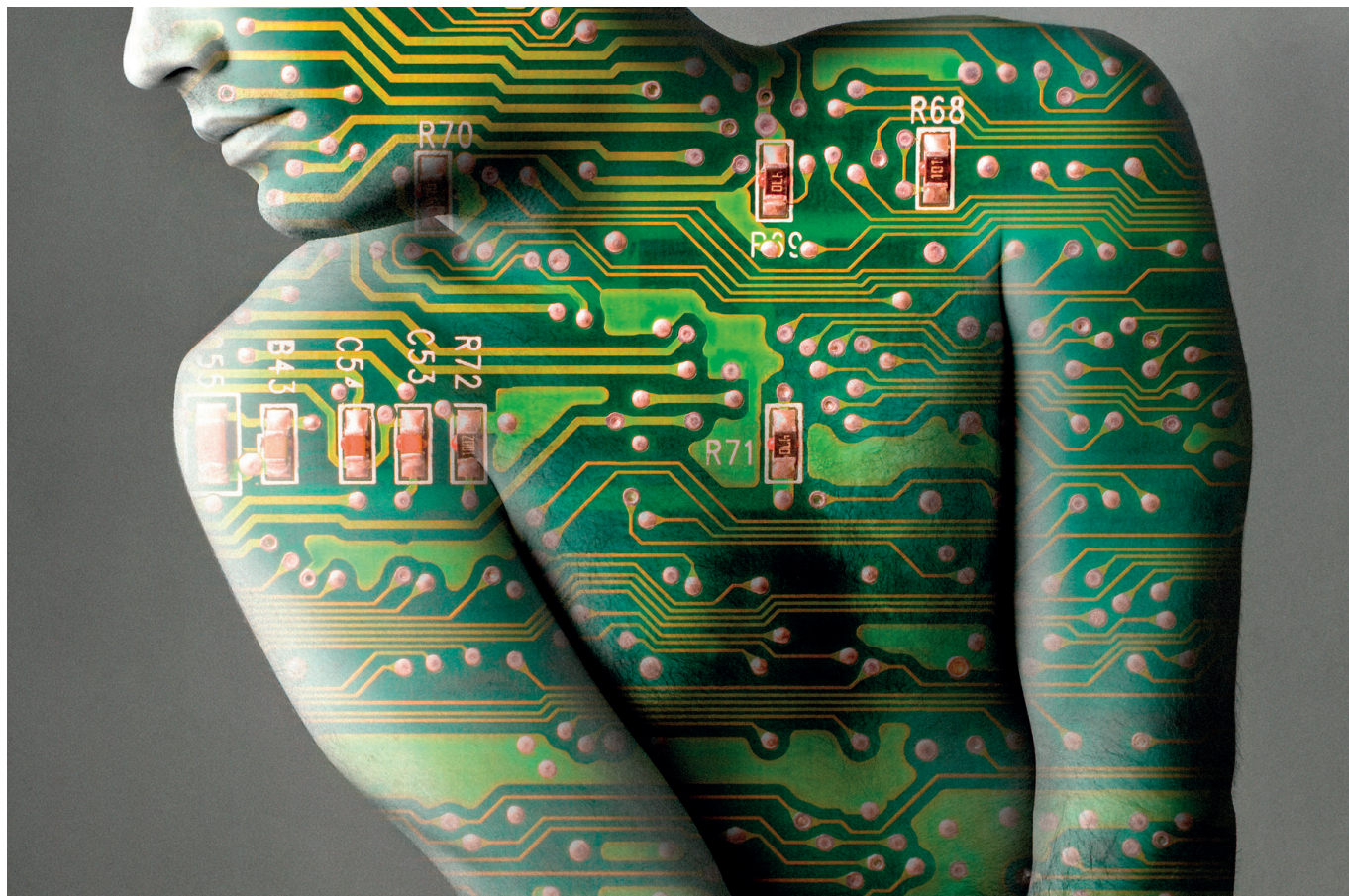
Úloha terapeuta, který je schopen klientovi předat, co přesně má dělat a jak přesně to má dělat, je nezastupitelná.

těchto přijímačů (hmatová tělíska, receptory tlaku ...) je ústředí (endokrinní a nervový systém) informováno o aktuální situaci v organismu a o jeho odchylkách od normálního stavu. Ve správně fungujícím organismu se navrhuje řešení, jakými dalšími chemickými ději opět normálního stavu dosáhnout.

Tento „normální stav“ se jmenuje homeostáza (z řeckého *homoios* = neměnný, *statis* = stav) a právě hormonální systém se na jejím

V lidském organismu je cca jedenáct litrů *intersticiální tekutiny*. Ta vzniká filtrací plazmy z krevních kapilár a slouží k přenosu živin a kyslíku k buňkám a ke zpětnému transportu odpadních látek. Proniká tkáněmi a vyplňuje prostor mezi buňkami a spolu s plazmou a transcelulární tekutinou je nazýváme extracelulární tekutinou. Vrací se s odpadními látkami metabolismu z větší části zpět do krve. Menší část vytváří lymfu.

Ve snaze o udržování homeostázy se lze ▶



zpravidla orientovat podle složení *krve*. Často k nám přicházejí klienti a přinášejí s sebou zprávu o výsledku krevního rozboru. A ptají se nás na názor. Složky krve jsou dnes klasickou medicínou dobře měřitelné, a pokud je detoxikace účinná, musí se změny projevit také na krevním rozboru. Detoxikací bychom měli organismus přesvědčit o tom, že má zbavit určité tkáňe toxinů, a tím nastavit homeostázu, kterou se snažíme dosahovat celostně, tedy na základě detoxikace celého systému. Neřešíme jen koncovou tkáň, ale řešíme systém celého řízení. Tato metoda vychází z předpokladu, že lidský organismus je dokonalý a že na člověku nemusíme nic měnit. Je potřeba odstranit pouze překážky a barié-

drůve cca po třech měsících od začátku detoxikace.

Hormony v rovnováze

Stav funkce hormonálního systému si můžeme představit jako pořádek a nepořádek v místnosti. V uklizeném pokoji je informace velmi vysoká, zatímco v neuklizeném je tomu naopak. Zdravý stav organismu je možné popsat jako stav mezi pořádkem a nepořádkem, snad trochu s tendencí k pořádku. V životě (a jako základ duševního zdraví) je vhodné se vyvarovat extrémů. Přílišný pořádek, přílišná organizace, kdy se člověk až obsedantně zaměřuje na sebekontrolu, je

Největší částí hormonů jsou chemické látky bílkovinné povahy. Jsou vylučovány rovnou do krve a odtud jsou transportovány do místa určení, kde působí na konkrétní děje. Snad nejnámějším a nejdříve popsáným hormonem je inzulín (tvořený slinivkou břišní). Hormony jsou produkovány v hormonálních žlázách, které se nazývají také žlázy s vnitřním vyměšováním (sekrecí). Požadavek na vytvoření nového hormonu je většinou stimulován řídicím hormonem vyloučeným v limbickém systému mozku (hypofýzou a hypothalamem). Nervové dráhy přenesou konkrétní impuls do mozku a ten vydá požadavek na vyloučení přesného množství daného hormonu. Pokud je hladina hormonu v krvi vyšší, jeho tvorba se zastaví či zpomalí. Pokud je nižší, tvorba se naopak podníti.

Přírodní a neinvazivní optimalizace činnosti hormonálních žláz je dnes díky přípravkům Joalis dostupná komukoliv.

Správci hormonálního systému

Nadřazené hormonální žlázy (zejména hypothalamus a hypofýza) se nacházejí v mozku. Pomocí spouštěcích hormonů se aktivuje činnost podřízených hormonálních žláz a podílí se tak zásadní měrou na hormonálním řízení. Hypofýza (podvěsek mozkový) a hypothalamus jsou součástí tzv. emocionálního mozku a v něm jsou uloženy ve spodních partiích.

Rychlost aktivity buněk v těle řídí hormon vylučovaný motýlkovitým útvarem okolo průdušnice pod hrtanovou chrupavkou -

ry, toxiny, psychické bloky a systém začne zase fungovat dokonale. Obvykle je třeba zasáhnout úplně někde jinde, než do systému, který produkuje zkoumanou látku, jež se pak v laboratoři sleduje. Je-li detoxikace C. I. C. účinná, pak se musí změnit také složení krve směrem k homeostáze. Krevní obraz se často nespraví za týden, ani měsíc. Vyšetření krevních hodnot je vhodné vyhodnotit nej-

spouštěčem stresu, úzkosti a strachu. Stejně to může být i v případě úpravy jídelníčku. Útrpný a bedlivý dozor a s tím spojená psychická nepohoda ještě nikoho nezachránily. Není nutné mít v životě vše dokonale uspořádáno. Lidé puntičkářsky zaměření na systematickosti vedou své kroky stále stejnými cestami, a proto nejsou schopni improvizovat a vidět také jiné stránky života.





štitnou žlázou. Nedostatek jódu vyvolává zvětšování štítné žlázy, čímž vzniká tzv. struma. Poruchy funkce štítné žlázy mohou způsobit závažné psychické poruchy a u dospělého člověka i množství zdravotních potíží. Na zadní straně štítné žlázy můžeme nalézt *příštítná tělíska*. Jsou zodpovědná za hormon, který udržuje stálou hladinu vápenatých iontů v krvi, jež jsou potřebné při tvorbě tkání, zejména kostí a zubů.

Štěpením glukózy je získávána energie pro aktivitu buněk. Trávicí šťávy a inzulín jsou produkovány ve *slinivce břišní*. Inzulín je hormon, jehož vlivem se může glukóza dostat do buněk. Pokud se po jídle zvýší hladina cukru v krvi, pak slinivka vyloučí inzulín, který hladinu glukózy sníží. Diabetes mellitus je důsledkem poruchy funkce slinivky břišní.

Stres je psychickou, stejně tak jako fyzickou zátěží organismu. Hormony dřeně *nadledvin* (párového orgánu umístěného na vrchní straně ledvin) adrenalin a noradrenalin slouží ke zvládnutí zátěžových situací. Další hormony jsou tvořeny v kůře nadledvin, starají se o stálou hladinu minerálů, rozšiřují cévy a regulují aktivitu srdeční činnosti a podílí se na hospodaření organismu s vodou.

Specifickými hormonálními žlázami jsou pohlavní žlázy. Jejich hormony řídí tvorbu primárních a sekundárních pohlavních znaků. U mužů jsou to *varlata* a hlavním hormonem je testosteron. U žen jsou to *vaječníky* produkující ženské pohlavní hormony – estrogenery a progesteron. Ty řídí nejen vznik pohlavních znaků, ale zajišťují také komplikovaný systém menstruačního cyklu, vývoj vajíčka, plodu a spolu s dalšími hormony také porod.

Drásalův syndrom

Mezititulek by měl vlastně znít: Poruchy činnosti hormonální soustavy. Když jsem se problematikou detoxikace hormonálního systému zabýval, narazil jsem na zajímavou postavu českých dějin – českého obra. Jmenoval se Josef Drásal. Jeho abnormální výška 242 cm nebyla však dána geneticky, ale byla způsobena nadměrnou a patologickou produkcí růstového hormonu a tedy poškozením vylučování hormonu způsobeného poruchou podvěsku mozkového. Podobných příkladů lze nalézt velké množství. K dalším méně závažným projevům porušené hormonální aktivity bychom mohli zařadit pubertální akné, cukrovku, strumu a kromě obřího vzrůstu také vzrůst trpasličí, zastavený růst u dětí, psychické poruchy, poruchy menstruačního cyklu a velmi mnoho dalších onemocnění, vznikajících jako důsledek špatné činnosti jednotlivých žláz hormonální soustavy.

Konvenční medicína má „dobré“ výsledky při léčení těchto problémů. Její léčba spočívá v zavedení farmaceuticky vyrobeného chybějícího hormonu. Avšak následné zatížení organismu vlivem antibiotik, antidepresiv, imunosupresiv, očkovacích látek, a právě také hormonálních náhrad, může způsobit mnoho dalších problémů, protože se těchto syntetických látek organismus většinou nedokáže zcela zbavit a vyloučit je beze zbytku z těla. Jejich aplikace dokonce může přinášet další obtíže, na které je opět nutné předepisovat další farmakologickou léčbu. Přírodní a neinvazivní optimalizace činnosti hormonálních žláz je dnes díky přípravkům Joalis dostupná komukoliv.

Ing. Vladimír Jelínek

HORMONÁLNÍ ŽLÁZY a některé vybrané preparáty k jejich detoxikaci

- **hypotalamus Hypotal, MiHerb, EmoDren**
- **hypofýza (podvěsek mozkový) Hypotal, MiHerb, EmoDren**
- **epifýza (šišinka) Hypotal, MiHerb, EmoDren**
- **štítná žláza (podrobněji hormony štítné žlázy) ThyreoDren**
- **příštítná tělíska ThyreoDren**
- **brzlík Imun**
- **Langerhansovy ostrůvky v pankreatu (slinivce břišní) BetaDren, PankreaDren, VelienDren, VelienHerb**
- **nadledvinkové žlázy Supraren**
- **nadledvinková kůra**
- **nadledvinková dřeň**

U mužů TesteDren

- **varlata**
- **okolí semenných váčků (Leydigovy buňky)**
- **semenné váčky**

U žen GynoDren

- **vaječnickový folikul**
- **žluté tělísko**
- **placenta (v těhotenství)**



Zlatý fond detoxikace

Povinností této rubriky je informovat o novinkách, ale také o preparátech, které se již dlouho používají. Většině lidí není známo, jaké od nich vlastně mohou čekat účinky.



Největší novinkou poslední doby je preparát **Mikrotox**. Víím, že si někteří z vás vzpomenou, že jste tento preparát znali již před deseti nebo patnácti roky a že tedy nemůže jít o novinku. Od počátku detoxikace jsem se domníval, že tento preparát je nadbytečný a že ho v zásadě nemá smysl používat. Tímto preparátem bychom totiž měli odstraňovat mikrobiální toxiny, tedy toxiny, které vylučují mikroorganismy. Domníval jsem se, že mikrobiální toxiny zmizí zároveň s mikroorganismy a že tedy není potřeba používat další přípravek pro jejich vyloučení.

Chronické obtíže a jejich řešení

Věnoval jsem velké úsilí likvidaci mikroorganismů a zcela jsem přehlížel mikrobiální toxiny, ačkoli jsou známy jak mikrobiologům, tak také nám, terapeutům. Když jsem dosáhl velmi dobrých, ba výtečných výsledků při likvidaci mikroorganismů, které se v organismu vyskytují ve formě mikrobiálních ložisek, či ve formě akutních nebo chronických infekcí, mohl jsem si myslet, že hlavní úkol byl splněn. Jaké bylo mé překvapení, když po odstranění organických i anorganických toxinů

a různých mikroorganismů nadále přetrvávaly chronické obtíže, které měly stejný charakter, jako když byla tkáň zatížena.

Zaměřil jsem se tedy na mikrobiální toxin. Jelikož znalosti detoxikace za dvacet let praxe a výzkumu značně pokročily, mohl jsem si dovolit zkoumat, jak mikrobiální toxin definitivně odstranit. Přístroj EAV jasně signalizoval, že ve tkáních přetrvává. V průběhu života, především v jeho stresových obdobích života, se v našem organismu usídlují a opevňují různé mikroorganismy. Ty mohou být

lus niger a mucor racemosus, jež Enderlein pokládal za základ veškerých nemocí. Nejsem takový optimista, především proto, že se mi dané plísni nedařilo identifikovat jako toxin. Posléze jsem však dokázal toxiny aspergillu a mucoru identifikovat v tkáních většiny klientů, kteří mne navštěvují.

Najděte je a zničte

Není výjimkou setkat se s toxiny rodu mollitutes i anaerobními mikroorganismy. Pokud

Supertox

Preparát, který zlepšuje vylučování toxinů z tkání. Proces detoxikace můžeme rozdělit na fázi uvolnění toxinů, fázi vyloučení toxinů a fázi odvedení toxinů z organismu. Supertox zlepšuje průběh druhé fáze detoxikace. Může se podávat v součinnosti s dalšími preparáty, jejichž účinek potencuje.

Preparáty Joalis se již blíží holistickému ideálu.

likvidovány imunitním systémem a antibiotiky, anebo mohou přežít všechny útoky a být zničeny pomocí detoxikačních preparátů Joalis. Ale v průběhu své existence vylučují do tkáně toxiny, které simulují zánětlivé stavy, stejně tak jako to dělají mikroorganismy. Ukázalo se, že je to nesmírně důležitý toxin, jehož odstranění nám do detoxikační mozaiky chybí.

Využil jsem proto dosud registrovaného **Mikrotoxu** a zaměřil jsem se na způsob odstraňování těchto toxinů. Myslím, že nebylo obtížné přijít na složení účinného preparátu. Při sledování, jaké organismy nejčastěji mikrobiální toxin po sobě v tkáních zanechávají, jsem narazil hlavně na salmonely, ale také neisserie, streptokoky, stafylokoky, ale i listerie, leptospiry, pseudomonas aeruginosa, chlamydie, borelie, viry i plísni. Dokonce jsem se musel vrátit zpátky ke znalostem z konce devadesátých let minulého století, kdy jsem podával preparáty z německé firmy Sanum vyrobené podle závěrů Dr. Güntera Enderleina. Preparátům a plísním jsem se blíže věnoval v knize Tajenky života. Dva základní přípravky firmy Sanum byly Nigersan a Mukokel a týkaly se dvou plísní – aspergil-

se chcete sami přesvědčit, můžete si v počítači vyhledat pojem mikrobiální toxin a ručička přístroje vám klesne z 80 na 60. Mikrobiální toxin necháte v aktivním poli a přidáváte jednotlivé rody mikroorganismů. Tam, kde se nachází mikroorganismus, který toxin vyloučil (resp. kde se nachází zmíněný toxin), tam se ručička vrátí zpět na 80. Bude možná ještě několik týdnů trvat, než preparát bude definitivní, ale již teď mohu hovořit o velmi zajímavém přípravku. Doplňuje preparáty, které jsou dnes základem detoxikace – **Emoce a Streson**.

Čtvrtým preparátem, o kterém již mnoho detoxikačních terapeutů a zájemců ví, je **Decitox**, založený na principu miasma, jenž popsal již Samuel Hahnemann. Řada slavných lékařů v minulosti hovořila o jakýchsi zátěžích, které se táhly generacemi a které nebylo možné identifikovat s genetickými vadami. Bylo na ně možné použít něco, s čím dnes konvenční medicína vůbec nepracuje, ale o čem mi vyprávěla již moje babička narozená v 19. století. Říkala mi, že určité rodové zátěže se v dalších generacích mohou zesilovat a nejvyšší intenzity dosahují v generaci sedmé. Pak se prý opět zeslabují. Nevím, zda šlo o lidovou pověru, nebo o moudro, které musíme brát vážně, ale odpovídají pojmu miasma. Uchopil jsem problém jinak, než to udělal Hahnemann, a proto nerozlišujeme různé typ miasmů, ale princip této tendence je stejný. Dnes víme, že **Decitox** pomáhá uvolňovat chronicky působící mikroorganismy v různých tkáních.

Důležitý a nezbytný je i pátý preparát – **Supertox**. Vnikl na základě analýzy postupů lidové medicíny, která se soustředila na tři kroky detoxikace. Prvním krokem bylo otevření pevností, ve kterých se v organismu toxiny skrývají. Většinou mají charakter emocí a stresu a my je dnes dokážeme velmi rychle

Mikrotox

Cílem toxického působení mikroorganismů je poškození organismu natolik, aby nebyl schopen se bránit další invazi. Mikrobiální toxin, látka proteinové povahy je někdy využívána i při akutní infekci, jindy slouží k dlouhodobému narušování obrany organismu. Mikrotox je komplexní preparát určený k odstranění mikrobiálních ložisek, která jsou nejčastějším vzdáleným zdrojem mikrobiálních toxinů.

rozbíjet. Druhým krokem je vyloučení toxinů z tkání, právě k tomu slouží Supertox. Toxiny se dostávají do drenážních orgánů, kterými jsou ledviny, střeva, kůže, plíce; resp. se dostávají do tekutin, které se v těchto orgánech vyskytují, tzn. do hlenu, slin, potu, moči či stolice. Mohou se vylučovat i slzami a tím dráždí oči, ve kterých vznikají záněty.

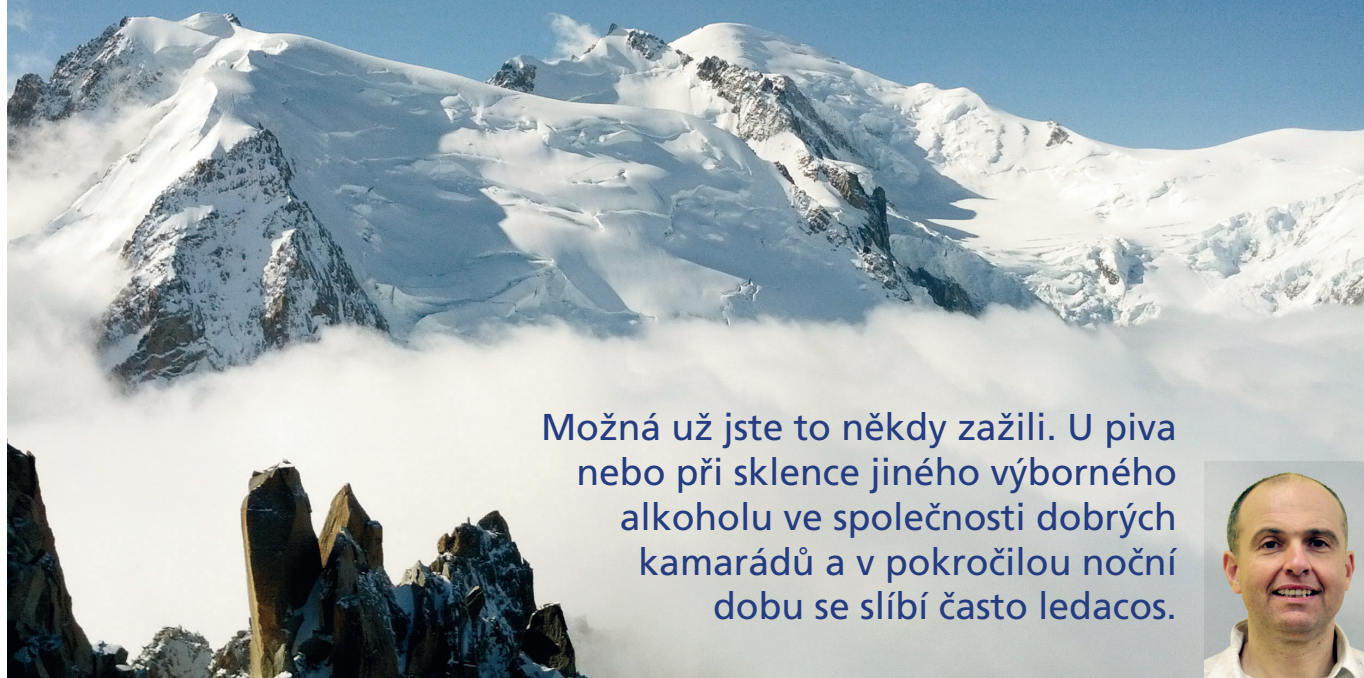
Zlatý fond detoxikace

Otázka drenážních preparátů je otázkou, o které se zmíním v některém příštím bulletinu. Nyní máme k dispozici **Zlatý fond detoxikace: Emoce, Streson, Decitox, Mikrotox a Supertox**. Preparáty se již blíží holistickému ideálu – tak, jak jsem si detoxikaci vždy představoval. Možná, že jsou konečnou verzí, protože lidský život není tak dlouhý, aby v jeho průběhu člověk vše objevil. A možná, že se jimi uzavře také jedna kapitola detoxikace a tvůrčí cesta jednoho člověka. Nic není jisté a nic není definitivní. Příští si řekneme něco o dalších preparátech zlatého fondu detoxikace.

MUDr. Josef Jonáš



„Jasný, jdem na Mont Blanc...“



Možná už jste to někdy zažili. U piva nebo při sklence jiného výborného alkoholu ve společnosti dobrých kamarádů a v pokročilou noční dobu se slíbí často ledacos.



oni na podzim jsme měli sraz se spolužáky z vysoké školy v jedné hospůdce v centru Prahy. Sešlo se nás tam asi osm. Osm skoropadesátníků, kteří si ovšem tak nepřipadají. Když jsme vypili více jak tři dobrá tanková plzeňská piva, tak nás napadlo, že bychom mohli uskutečnit po těch dlouhých letech (dříve jsme tak neučinili) nějakou společnou akci.

Jirka navrhl: „*A co takhle jít na Mont Blanc?*“

Jednoznačně schváleno a přijato čtyřmi z nás, kteří se nebojí turistiky a delších pochodů...

„*Jasný, jdem na Mont Blanc...*“, jakoby to mělo být asi tak namáhavé jako letní výstup na Sněžku. Možná pár výškových metrů navíc. Domluvili jsme se na první týden v září 2015.

Jak šel čas, ostatní odpadali a zůstali jsme pouze dva, já s Jirkou. Oba jezdíme v zimě na běžkách, v létě na kole. Oba běháme delší trati na amatérské a rekreační úrovni. Jirka s lepšími výsledky v amatérských závodech.

„*Tak co, jdem pořád na ten Mont Blanc?*“, zeptal se mě v březnu letošního roku Jirka. „*Samozřejmě, že ANO*“, řekl jsem, neboť jsem v posledních letech v podstatě pro každý dobrý výlet.

Jirka tedy zamluvil pro nás dva horského průvodce Libora z Pardubic (více lidí nemůže mít podle regulí navázané na laně) na zářijový termín. To jsem o podrobnostech stále nic moc nevěděl. Musím na sebe prozradit, že jsem nikdy nebyl na ledovci ani nešel v mačkách. V nejvyšší nadmořské výšce jsem byl v 3.800 metrech loni v Nepálu a uvažoval jsem, že 4.810 metrů, které měří Mt. Blanc, není už snad tak mnoho metrů navíc. Jirka už jednou na ledovci byl.

A pak přišel začátek srpna a neklidné podvědomí předalo vzkaz mému vědomí, že by bylo dobré si o výstupu něco přečíst a vážně se tématem Mont Blanc zabývat. Četl jsem na internetu reportáže českých turistů a horolezců, kteří na horu vystoupili. Mnohé reportáže se mi zdály příliš dramatické, to když poukazovaly na mnohá nebezpečí a úskalí, ja-

ká horolezci zažili při výstupu. Přehánějí. Říkal jsem si v duchu. Dostal jsem se k údaj, že ročně zemře při pokusu o výstup zhruba 80 horolezců... To nemůže být možné, přemítám. Možná se spletli v desetinné čárce a je tam ta nula navíc... Avšak čím víc se blížil den odjezdu D, tím víc samovolně stoupala a stoupala míra respektu vůči hoře...

Vyjíždíme z Čech

S horským vůdcem Liborem jsme z Čech odjeli ve středu 2. září večer. Přespali jsme na hranicích s Německem ve Svaté Kateřině. Ve čtvrtek jsme vstávali brzy a rychle jsme se přesunuli do Francie do Cham blízko Chamonix. Stihli jsme jen tak tak jednu z posledních jízd lanovky na Col de Balme, odtud jsme se pěšky během dvou hodin přesunuli na horskou chatu Albert Premier v nadmořské výšce 2707 m. Přespali jsme a v pátek ráno v 6 hodin jsme vyrazili na aklimatizační túru na vrchol Aiguille du Tour do výšky 3540 m nad mořem. Sestoupili jsme ještě ten

den rychle dolů a přesunuli se do Chamonix, kde jsme nejprve navštívili centrum města a pak jsme strávili noc z pátku na sobotu v turistické ubytovně. Pocity po túře byly dobré...

V sobotu dopoledne Libor studuje předpověď počasí na Mt. Blancu a je již téměř jisté, že se náš výstup uskuteční. Balíme si tedy nejn nutnější věci na výstup a z Chamonix vyjíždíme ještě dopoledne lanovkou na horu Aiguille du Midi do nadmořské výšky 3842 m. Stoupáme dvě patra po schodech do restaurace nad konečnou stanicí lanovky. Nadmořská výška je již znát, při každém dalším schodu se zadýcháváme. Dáváme si kafe a měříme si pulz pomocí aplikace na mobilním telefonu. U mě 84. Snad dobrý... Udělalo se krásné počasí, a tak je vidět cesta přes tři vrcholy, kterou se vydáme.

Cesty na Mt. Blanc

Uvádí se, že cest na vrchol Mt. Blanc je pět. Nejčastější jsou však tři. Z italské strany, druhá nejfrequentovanější (tzv. *normálka*) z Chaty Gouter ve výšce 3835 m, a ta třetí je ta naše. Vede přes tři vrcholy z Chaty Cosmique 3613 m. Každá z nich je jinak nebezpečná a náročná. Tzv. *normálka* je zdánlivě nejlehčí, prakticky pořád se stoupá do kopce, avšak je třeba překonat jedno značně nebezpečné místo – Grand Couloir (Velký kuolár), kde padají velmi často kameny. Průchod Velkým kuolárem je asi jen 100 metrů dlouhý, ale podobá se ruské ruletě. Nelze určit, v který okamžik se balvan nebo balvany uvolní a ani nelze odhadnout přesnou dráhu jejich pádu. O nebezpečnosti Grand Couloir svědčí statistiky – každoročně v tomto stometrovém úseku zahyne cca 50 horolezců následkem pádu kamenů. Čím teplejší počasí je, tím větší je pravděpodobnost uvolnění kamenů. Takové nebezpečné podmínky byly právě letos kvůli extrémním vedrům, proto byla cesta v létě často zavřena. Uvažovalo se vážně již před několika lety, že by se v úseku Grand Couloir udělal pro horolezce tunel, kterým by bezpečně prošli. K jeho realizaci avšak zatím nedošlo. V čase našeho výstupu byla *normálka* právě několik dní otevřená a při pohledu na hřeben při našem nedělním výstupu po ní stoupalo nahoru jednoznačně nejvíce horolezců.

Naše cesta povede přes tři vrcholy, respektive přes dvě sedla a pak na vrchol Mt. Blanc. Nejprve vystoupáme do sedla Mont Blanc du Tacul 4100 m. Před sedlem na závěr prvního svahu čeká jedno úskalí – odtrhová ledovcová trhlina, jejíž stav rozhoduje o tom, zda je možné ji přelést a půjde se dál nebo ne. Pak se ze sedla sestoupí něco výškových metrů

dolů a stoupá se strmě vzhůru do sedla druhé hory – Mont Maudit 4345 m. Těsně před sedlem čeká další úskalí. Je třeba vylézt po sto metrů dlouhé, 50 stupňové ledové strmině. Pomocí cepínu a technikou zabodávání špiček maček do ledu stěny. Po zdolání strminy se opět trochu klesá dolů před konečným výstupem na Mt. Blanc, který se odtud již zdá blízko, ale zdání klame. Poslední úsek je relativně široký a dává pocit zdánlivé snadnosti. Oproti normálce je cesta přes tři vrcholy o jeden stupeň horolezecké obtížnosti těžší, je delší a nastoupá se více výškových metrů.

Horský vůdce

Výstup na Mont Blanc bez zkušeného horského vůdce je značně riskantní a nezodpovědný, ne-li téměř nemožný a holou sebevraždou, zvláště pro nezkušeného člověka. Ročně se pokusí o výstup na horu zhruba 10 000 horolezců, přibližně 100 z nich zde najde svoji smrt. Statistiky však neuvádějí další počty zraněných a zachráněných, ani skutečné počty lidí, kteří vyjdou až úplně nahoru a neotočí se tedy v polovině. Při našem sestupu z Mt. Blancu byly motory vrtulníků slyšet prakticky nepřetržitě... Počty mrtvých jsou tak alarmující, že v Chamonix tamější autority zpřísnily pravidla pro výstup. Od června do září tak lze na Mont Blancu potkat policisty, kteří kontrolují, jestli mají účastníci výpravy dostatečné vybavení, nestanují na nepovolených místech. Policisté prověřují také horské vůdce.

Oficiální horský vůdce může na horu doprovázet pouze dva horolezce a musí mít mezinárodní licenci UIAMG, nejvyšší vzdělání v oboru. Kromě značné horolezecké praxe studuje po přijetí na školu dva roky nejruznější obory, řada lekcí probíhá právě v Chamonix. Ostatní průvodci jsou bráni jako nekvalifikovaní, zakázány jsou také komerční výstupy na Mont Blanc bez průvodce s licenci. Ve Francii je asi 1500 průvodců s touto licenci, v Čechách 26, náš průvodce Libor samozřejmě právě tuto licenci má a dvouletou školu vystudoval.

Chata Cosmique

Vycházíme z restaurace na Aiguille du Midi výlezem pro horolezce. Liší se od ostatních východů tím, že je oddělen od chodby pevným zábradlím asi ve výši pasu, který prostě musíte přelést směrem k ledovému tunelu.

Nasazujeme na nohy mačky, do jedné ruky bereme cepín, do druhé ruky hůlku. Navazujeme se na lano. Z kopce to bude takto: já

první, Jirka druhý a Libor jistí seshora. Do kopce je to v opačném pořadí, tedy Libor první, pak Jirka a já. Jdeme směrem k východu z tunelu a už tady čeká první horolezecké překvapení! Ledový hřebínek dolů z kopce ostrý jak žiletka, s vyšlapanou stopou tak úzkou, že má člověk co dělat, aby si neškrtnul mačkou na jedné noze o nohavici na noze druhé. Jdu první a nezbyvá nic jiného než se zcela koncentrovat na každý krok a zabodnutí mačky do ledu. Všechno ostatní, co je vidět vpravo, vlevo a hluboko dole pod námi, nezbyvá než si odmyslet... Pak to jde. ▶



Výstup z lanovky Aiguille de Midi – jen pro hodně otrlé jedince



Takto se spalo na horské chatě Cosmique



Jsou 2 hodiny ráno – vyrážíme z chaty Cosmique



Mont Maudit – strmina (zdroj internet)



Po šesté ráno – zdolali jsme druhý vrchol - svítá

Zdoláváme zhruba dvousetmetrový technický úsek a dále už je cesta schůdná bez větších nebezpečí. Po jedné hodině chůze něco málo po poledni dorážíme do chaty Cosmique.

Ubytováváme se a jdeme si odpoledne trochu zdřímnout, vždyť budeme vstávat ráno ve tři čtvrtě na jednu... Pokládám se na postel a pod deku a před sebou stále vidím pohled z horní stanice lanovky na svah plný ledových ker (séraků), po kterém máme zítra jít. Neusnul jsem.

Jdeme všichni tři do společenské místnosti. Protože jsme na polici našli karty, vítězí nápad, že bychom si mohli ukrátit čekání na večeri mariášem. Ten jsme hrávali kdysi na vysoké škole... A tak chvilku vzpomínáme na pravidla, ale po několikáté hře se už dostáváme do víru hry, a tak čas rychle běží. Místnost se pomalu začíná plnit horolezci. Je čas večere. Nejprve vydatná zeleninová polévka s francouzským sýrem, u kterého nejprve odkrajujeme okraj, jehož požitelnosti nevěříme, a pak krájíme a ulamujeme na malé kousky do polévky. Vynikající! Druhý chod: Lasagne. Opět na výbornou. Pak dezert Panacota. Zase kulinářský zážitek. Francouzi to prostě v kuchyni umějí.

Po večeri ještě pár her mariáše a v devět hodin uléháme na palandy pod deky do svých

spacákových vložek, které si přinášíme s sebou. Zkouším nejrůznější techniky usnutí :-), ale nervozita před výstupem, neustálý hluk přicházejících a odcházejících spolunocležníků a vysoká nadmořská výška mohou dohromady za to, že nemohu usnout a ve tři čtvrtě na jednu se pak divím, že je už tři čtvrtě na jednu (!?), protože Jirka, co spal nahore na palandě nade mnou, už vstává. Ne-spal jsem.

Oblékáme se na výstup a jdeme do společenské místnosti, kde je zhruba pro dvacet z nás, kteří vstali a vyráží nahoru na Blanc, přichystaná snídaně a horký čaj do vlastních termosky. Obouváme boty, rukavice, čepici a vycházíme do tmy před chatu. Přes noc napadlo asi deset centimetrů nového sněhu, to není příjemné. Nasazujeme mačky, navazujeme se, zapínáme čelovky. Na nebi svítí hvězdy a málo znatelný bělavý kruh okolo dorůstajícího měsíce prozrazuje, že v následujících dnech přijde zřejmě změna počasí. Už je to tady! Dlouho a s napětím očekávaný výstup! Vykračujeme do tmy a zhruba s dvaceti dalšími horolezci v různé početných skupinkách směřujeme k první hoře.

Výstup nahoru

„Hlavně nepřepálit tempo“, říkám si v duchu. Libor rozptyluje moje obavy a ukazuje svoji zkušenost, protože nasazuje pohodově strojově stereotypní tempo, které se dá vydržet hodně dlouho. To už stoupáme do prvního svahu strmě nahoru přes lavinové pole. Zhruba po půl hodině od výstupu se začínáme ve svahu propadat do čerstvého sně-

nak se mi noha často proboří do sněhu, někdy až po koleno. Nemusím podotýkat, že je to protivné a působí mi to nadbytečnou námahu.

Ke konci prvního svahu přichází odtrhová trhlina ledovce. Máme štěstí, nebude to tak náročné. Asi jen dva metry kolmo vzhůru a pak strmě nahoru... Už jsme v prvním sedle. Vidíme před sebou obrysy druhého skalního masivu a světýlka čelovek horolezců rozestá v krajině před námi. Sestupujeme dolů a míříme k výstupu na druhou horu. Stejný scénář jako první hora. Raaaz dvaaaa, raaaz dvaaaa... Stejně strojově tempo. Hodinu a půl.

To se již ocitáme před obávanou strminou, kterou je třeba vylézt až do sedla. Zhruba sto metrů po ledu nahoru. Už dole na chatě Libor naznačil, že to nebude jednoduché. Libor vylézá zhruba do poloviny a k zajištění připravuje dlouhé lano. Lezeme, první Jirka, za ním dva metry já. Kupodivu to nějak jde, ale v důsledku kombinace stresu a momentálního fyzického výkonu mi srdce buší maximální rychlostí. Nejráději bych na stěnu vyběhl (kdyby to šlo), abych už to měl za sebou. Vylézt strminu nám trvalo asi dvacet minut, a ani jsme si téměř nestačili uvědomit, že se rozednilo. V dále se nám otevřel pohled na Mont Blanc. Je po šesté hodině ráno, sundáváme čelovky a nasazujeme tmavé brýle proti slunci, bez nichž by byl výstup na ostrém slunci odrážejícím se od všeho bílého okolo nemožný.

Ani nechci myslet na to, že tuhle cestu půjdeme ještě dolů. Jsme v nadmořské výšce asi 4350 m a začínám to už docela dost cítit na dechu. Musím se napít. Čtyři hodiny bez pití

Ročně zemře při pokusu o výstup zhruba 80 horolezců.

hu skoro po kolena. „Jak tohle dáme v takovém sněhu?“, říkám si v duchu a trochu zapochybuji. Po pěti minutách zapochybuje i Libor: „To není dobrý, pod Mauditem to může bejt nafoukaný a může hrozit lavina“.

Zkušenost horského vůdce se jistě pozná podle toho, že jednoznačně rozhodne, že se dál nejde. Takhle Libor otočil na cestu zpátky před čtrnácti dny dvojici na stejné cestě těsně pod sedlem Maudit. Protože tam bylo nafoukáno asi půl metru čerstvého sněhu a nedalo se jít dál. Naštěstí pro nás po vystoupení do výšky nafoukaný sníh hodně ustupuje a dá se jít poměrně dobře. Dávám si pozor při každém došlapu, aby se mačka s botou ve svahu zasekla na co největší ploše, ji-

bylo docela dost. Vyrážíme a postupujeme dále, vychází slunce a začíná foukat velmi nepříjemný vítr rychlostí přes 50 km/h. Pocitová teplota je asi tak -15 °C, takže máme v úmyslu zastavovat co nejméně, abychom zbytečně na větru neprochladli. Další malou komplikací jsou nafoukané sněhové jazyky, kterým se snažíme vyhýbat, ale ne vždy je to možné. Jdeme, jdeme, jdeme... Čím víc stoupáme vzhůru, tím víc cítím na dechu účinek vysoké nadmořské výšky. Můj dech je mělký a rychlý. Jirkův taky, dokonce i Liborův. Cesta na vrchol Mont Blancu se zdá být neko-nečná. Žádám pro sebe o malou minutovou přestávku na vydýchání, ale Libor nás po minutě žene opět vzhůru.

Předcházíme dvojici horolezců, kteří jsou zjevně také unaveni. Já osobně si posledních několik set metrů před vrcholem připadám jak zombie, to tím, jak se potácím, a povzbuzuje mě jen fyzikální přesvědčení, že z kopce už to s tlakem vzduchu a s koncentrací kyslíku bude jen a jen lepší. Vrchol je už jen pár desítek metrů daleko...

„Kdybych věděl, vo čom to je, tak sem nechodím“, byla první Jirkova slova na vrcholu, které pronesl hodně udýchaně s jistou dávkou nadsázky (ale ne zas takovou), avšak hned jsme si uvědomili, že jsme (a jako tvorové spíše nižší) dokázali. Bylo devět hodin ráno. Podali jsme si navzájem ruce a poblahopřáli k výstupu. Nahoře jsme byli sami tři, až po chvíli za námi přišla dvojice dalších horolezců, těch, které jsme před několika minutami předešli. Je to zvláštní pocit – stát na střeše Evropy a vidět, že všechny ty alpské vrcholy okolo vás v horizontu 360°, jsou přeci jenom o něco níže, než právě stojíte.

Sestup dolů

Na vrcholu hory jsme pobýli skutečně jenom chvíli. Asi tak deset minut. Jednak bylo třeba pospíchat dolů, protože sníh na sluníčku bude jistojistě tát, a hrozí nebezpečí, že by „něco“ mohlo spadnout. A také studený, silný a ostrý vítr byl tak nepříjemný, že Libor zavelel k sestupu a hůlkou ukázal směrem na cestu, odkud jsme přišli. Jako psychickou podporu nám přislíbil, že nás v nejhorším případě v té stometrové strmině z Mauditu dolu slaní – tedy spustí na laně dolů.

Dolů jdeme docela svižně, našlapujeme mačkami na paty. Jdu první a zjišťuji, že zaboření nohy do sněhu ve svahu až po koleno je při sestupu spíše výhodou. Tak tedy nějak tak sklouzávám dolů ze svahu, chvílemi mám pocit, že letím, ale dávám si pozor, abych nestrhnul k zemi za sebou navázaného Jirku. Po chvíli zastavujeme a dáváme si svačinu a teplý čaj. Jídlo přišlo akorát včas, protože jsem už cítil, že mi dochází energie. Pardubický perník spolu s maršté (tzv. pochodákovým čajem) z chaty to všechno spravil.

Jak Libor slíbil, tak taky udělal. Na Mauditu nás navázal na lano a my jsme tak půl strminy slezli a druhou půlku spíše viseli na laně. Největší stres dnešního dne, alespoň pro mě, byl za námi. Svižným tempem jsme postupovali dolů a vystoupali jsme na poslední vrchol před závěrečným sestupem. Otevřel se nám nádherný pohled na Aiguille du Midi a Chamonix vlevo dole v údolí... Začaly mě přepadat pocity euforie a štěstí. Druhé já mi říkalo: „Ne, ještě počkej, ještě nejste dole,

ještě je tady spousta trhlin, pořád bud' opatrněj a soustředěnej“.

Skutečný oddych přišel až po sestupu z posledního svahu. Jsme v nejnižším místě dnešního sestupu. Dolů jsme to dali za necelých pět hodin. Zastavujeme se, dáváme si svačinu a Libor nás upozorňuje, ať se v žádném případě na rovném místě neodvazujeme, protože ledovec je zrádný. A nikdy není jisté, že se právě za okamžik nemůžete propadnout do zasypané a dobře zamaskované trhliny v ledovci, přestože terén tak vůbec nevypadá. Cesta zpátky na stanici lanovky, již jsme včera šli dolů, je sice asi 250 výškových metrů do kopce, tedy náročná, avšak při pomýšlení, že „to je dneska už úplně všechno“ opět nasazujeme svoje tempo a zhruba za hodinu si podáváme ruce v ledovém tunelu nad hřebínkem – před vlezem pro alpinisty do chodby k lanovce... Nekontrolovaný pocit štěstí, euforie, se už dostavil. Ale také značná únava... Dali jsme to!!!

Mont Blanc a detoxikace

Když jsme hráli na chatě Cosmique před večerí karty a postupně přicházeli šlachovití, štíhlí a vysportovaní horolezci z mnoha zemí, tak jsem si při pohledu okolo potichu říkal, co tady vlastně pohledávám. Že to bude těžké, jsem tušil už od lanovky, kdy jsem poprvé uviděl realitu, tedy tu cestu, po které půjdeme mezi séráky velkými jak zaoceánská loď, okolo trhlin a v závějích. Ono ale záleží na tom, s kým se srovnáváte. Člověk prostě v životě nemůže být někým jiným, má být sám sebou se všemi odlišnostmi a slabiny či nedokonalostmi. A pokud se mu podaří dostat se nad některou vlastní slabost, často danou rodovými modely, je to velká výhra.

Rovněž práce s vlastními emocemi, respektive živly, se ukázala a stále ukazuje jako vynikající a nevyhnutelná životní etapa. Během výstupu jsem si v hlavě asi pětkrát pouštěl naučenou videosekvenci – stojím na břehu a pozoruji tekoucí řeku. Ten obraz mě vždy dokáže okamžitě zbavit obav, takže jsem se na ledovém svahu v tu chvíli uvolnil a koncentroval. Pět set metrů srázu pod námi jsem do-

kázal vyhodnotit tak, jako by tam byl třeba jen jeden metr a bezpečná země. Představy dokáží člověka posilovat stejně jako zabíjet... Jirka, věnující se řadu let dechovým technikám, nám prozradil, že po značnou dobu výstupu použil techniku soustředění na svůj vlastní dech.

Uvědomuji si, že bych tenhle životní výstup bez patnáctileté detoxikace s Joalis jistojistě nedal. Jak fyzicky, tak psychicky. Už jenom detoxikace plic a dýchacích cest byla pro mě během těch let obrovským posunem, mohu říci takřka zázrakem, a pomohla mi i cosi překonat a před něčím utéct. Těžko se to vysvětluje. Vám, milí čtenáři a čtenářky bulletinu, přeji, abyste našli dostatek síly a odhodlání a zdolali svoje životní vrcholy. A ať Vám k tomu pomáhá detoxikace Joalis.

Ing. Vladimír Jelínek



Na vrcholu Mt. Blanc



Aiguille de Midi pohled ze sestupu

Přechod přes Velký kuolár lze shlédnout zde:
https://www.youtube.com/watch?v=PFz_-ovF2oI

Jak to vypadá, když ve Velkém kuoláru padají kameny:
<https://www.youtube.com/watch?v=cr-DCBEXDzk>



Jen Bůh léčí hříšné

Řecká a římská medicína nezanikla pádem Říma, ale byla asimilována kulturou arabskou a byzantskou a rozvíjela se dále i ve středověku. Její úroveň sice nebyla vysoká, vše se ale mělo změnit.



Historie lékařství rozeznává dvě hlavní linie jeho vývoje: východní a západní. Základním pojmem západní křesťanské medicíny byl hřích. Jakákoli nemoc byla vykládána jako trest za hříchy či náklonnosti k nim, neboť jejich pácháním se člověk vystavoval božímu hněvu. Uzdravení bylo vysvětlováno jako důsledek boží milosti, projevené lítostí a vyslyšených modliteb. Patrony lékařství byli svatý Kosmas a Damián a po roce 800 n. l. se začali svatí spojovat s léčbou konkré-

ž byla nasáknutá roztokem opia, mandragory a bolehlavu a dávala se pacientovi před operací na obličej. Lékaři zpočátku zastávali spíše roli lékárníka, ale následně se od sebe obě profese osamostatnily. A ve vrcholném středověku byly již přísně odděleny.

Správná životospráva (dietetika) ve formě souboru rad a hygienických předpisů se šířila i pomocí poezie, což způsobilo, že se zásady, které stanovili již Hippokratés a Galénos, staly mezi obyvatelstvem velmi populárními.

kařství, dietetiku, farmaci) a jejich systematickou prací a především sepsáním kvalitních učebnic se zasloužili o uchování pokladů lékařské vědy. Nejvýznamnějším arabským lékařem byl Avicenna, jehož učebnice „Kánon medicíny“ se na evropských univerzitách používala až do roku 1800 a stala se základem evropské medicíny. Avicenna byl mnohem praktičtější a modernější než Galén. Tvrdil, že nákaza se šíří pomocí neviditelných tvorů a skrze vodu nebo vzduch. Arabská věda dala světu také alchymii. Arabové budovali také první lékárny.

Rozmach arabské vědecké medicíny skončil s rozvojem konzervativního islámu (kolem r. 1100 n. l.). Islámská věrouka hlásala, že všechna pravda byla Mohamedovi zjevena ve formě veršů a byla zapsaná do Koránu, a proto pravdu již není nutno dále hledat. Kdokoli se zabýval vědou či filosofií, byl označen za hříšníka. Medicína založená výlučně na Koránu a prorokových výrociích zavrhovala všechny neislámské zdroje a rozvinutý systém medicíny byl nahrazen pouze hygienickými předpisy. Sbírky, které jsou zřejmě souborem Mohamedových výroků a skutků (tzv. hadísy), obsahují některé narážky na lékařství. Jejich obsahem je nábožensky posvěcené umění léčit, a to pouze pomocí magických a pověrečných léčitelských praktik. Ve 14. století tak „Prorokova medicína“ zahubila vyspělou arabskou vědu a medicínu.

Mgr. Denis Drahoš

Z prastarého umění míchání léčivých směsí se vyvinula farmacie.

ního orgánu (např. sv. Lucie – oči, Sv. Erasmus – břicho, sv. Apolónie – zuby).

Kláštéry a čáry

Z prastarého umění míchání léčivých směsí (v Bibli se objevuje mnoho zpráv o léčivých přípravcích i mastičkářích) se ve středověku vyvinula farmacie. Zahrnovala kultivování rostlin a jejich další zpracování společně s nerosty a zvířecími produkty. Porodní báby, léčitelky, kořenářky a mastičkářky, jejichž moudrost se předávala ústně a které bývaly často podezřelé z černé magie a čarodějnicví, doplnily při péči o nemocné i kláštéry. Monte Cassino je spojováno se vznikem klášterní medicíny. Péče tamních benediktinských mnichů se ovšem nejprve orientovala pouze na spolubratry.

Křesťanská společnost se starala o své nemocné prostřednictvím prvních dobročinných nemocnic a klášterních ošetřoven. Místní obyvatelé bývali léčeni bylinnými přípravky a zde také vznikaly první praktické předpisy pro ošetřovatele a rozsáhlé herbáře. Součástí léčebných postupů bylo také církevní vymítání ďábla (který byl považován za příčinu nejen fyzických, ale i psychických nemocí) a užívalo se také na chorobu dnes známou jako epilepsie. Již od konce 10. století s úspěchem používali k omámení pacientů uspávací houbu (lat. *spongia somnifera*),

Za vrcholnou představitelku tzv. klášterní medicíny se považuje abatyše Hildegarda z Bingen, která se ve svých rozsáhlých encyklopedických a vědeckých dílech psaných latinsky snažila propojit křesťanské pojetí nemoci (kterou léčí pouze Bůh) a znalosti bylinkářství a léčiv.

Arabské základy evropské medicíny

Z antického kulturního centra Alexandrie se antická lékařská věda přenesla do Bagdádu, kde chalífa Mamún roku 83 založil překladatelskou akademii zvanou Dům vědění. Arabové měli již kolem roku 900 přeloženo na stovky spisů Aristotelových, Hippokratových i Galénových. Staly se základem kompletního systému antické medicíny, kterou Arabové beze zbytku přejali. Jádrem bylo učení o čtyřech šťávách podle nauky Galéna.

V rozvíjející se islámské kultuře se antická medicína potýkala s náboženstvím. Podle islámské verze neuzdravuje příroda (což je učení Hippokratovo), ale svrchovaný pán veškerého tvorstva – všemohoucí Bůh (Alláh). Vlivem mohutné ofenzívy se společně s islámem šíří také arabská věda a medicína.

Arabští lékaři a filosofové, např. Johannitius, Rhazes, Avicenna, Averroes, Maimonides, ohatili mnoho oblastí lékařské vědy (oční lé-

Západní větev medicíny:

- klášterní (400–1130)
- scholastická (1130–1500)

Východní větev medicíny:

- byzantská (400–1300)
- arabská (700–1400)



O našich klientech

Nikdy dříve jsem si nemyslel, že budu pracovat v oboru

alternativní medicíny. Osud tomu ale chtěl jinak. Za patnáct let praxe terapeuta jsem poznal tisíce nejrůznějších typů lidí. Práce s nimi je vždy individuální, přesto se racionálně dají rozlišovat různé druhy klientů, což je důležité si pro správnou komunikaci s konkrétním klientem uvědomit.

Klasická medicína zmůže mnohé. A co nedokáže, často zdůvodňuje tím, že to řešit nejde. Lidé jsou masírováni propagandou o jediném spasiteli zdraví. Setkávám se však v našich poradnách se spoustou nadšených lidí, kteří potvrzují, že jim detoxikace pomohla a vrátila je zpět do života. Jejich zdravotní stav se také odráží ve výrazně zlepšených lékařských nálezech a zprávách.

Základem detoxikace je fyzikálně-medicínský postup, jímž vkládáme do organismu určité informace, které jsou poté organismem „načteny“. Informace spouští správné a prospěšné programy a tělo se začíná pročišťovat. Problém úrovně účinnosti není v samotných preparátech, ale především v tom, že někteří klienti jsou lidé pasivní. Jsou zvyklí pasivně myslet i jednat a očekávají, že je užívání určitých (obecně jakýchkoliv) preparátů podle daného systému spasí. Ano, ale jen do určité míry a pouze v určitých diagnózách.

Dnes jsou našťástí již přípravky Joalis na velmi vysoké úrovni, a proto mohou pasivně působit. Vždyť už samotné jejich užívání má nějaký řád a je samo o sobě rituálem, což je již pro mnohého klienta velmi přínosné. Jako terapeut pracuji aktivně přes patnáct let a ze své praxe vím, že na základě naší zkušenosti s detoxikací mohou klientovi slíbit velké pokroky při mnohých diagnózách, které klasická medicína není schopna léčit a u nichž pouze potlačuje symptomy. I Joalis za patnáct let prošel značným vývojem a u některých diagnóz našťástí pomůže pouhé užívání přípravků. Avšak v mnoha případech pouze pasivní cesta nestačí. Pasivní klient se pro každého terapeuta stane po nějaké době prubířským kamenem.

Je nesmírně důležité, aby si terapeut otipoval, na jaké úrovni poznání se jeho klient nachází. Všechny informace totiž není možné sdělit každému člověku. Měli bychom vědět, s kým máme tu čest, a podle jeho úrovně volit nejen obsah, ale také formu sdělení. Když mému jazyku, terminologii, nebo myšlení klient neporozumí, nebo někomu něco

nutím proti jeho vůli, pak se domnívám, že to nemá žádný smysl. Znalosti o způsobu šíření informací mezi lidmi měli i staří esoterikové, např. pythagorejské učení bylo tajné. Nikoli proto, že by bylo špatné, nemravné, nebo naopak tak výtečné, ale protože jen člověk na určitém stupni poznání mohl učení správně pochopit. Zvažte sami, jestli má cenu někomu, kdo nechce nebo neumí naslouchat, vysvětlovat, že přípravky Joalis jsou skutečně dobré a účinné.

Proto jsem si během své praxe s klienty udělal následující typologii:

A Klient odmítající a agresivně naladěný proti detoxikaci i jiným alternativním směrům. (Nemá cenu komunikovat.

F Klient ztotožněný s tím, že toxická zátěž způsobuje celou řadu civilizačních chorob. (Člověk, který hledá, a který je vhodný pro detoxikaci. Často zkusil i jiné metody a je žádoucí, aby se setkal se zkušeným terapeutem.)

G Klient ztotožněný s tím, že psychika a emoce hrají ve vývoji nemoci nějakou úlohu. (Člověk, s nímž se velmi dobře spolupracuje. Je vhodným typem pro detoxikaci.)

H Klient schopný se soustředit. (Schopnost koncentrace je obrovský mezník. Lidský faktor je podstatný. Schopnost se dá nacvičit, pokud tedy člověk chce.)

I Klient, který občas medituje. (Meditaci může být i háčkování, pletení, vyřezávání,

Je nesmírně důležité, aby si terapeut otipoval, na jaké úrovni poznání se jeho klient nachází.

Člověk k jiným metodám musí dospět, jestli k nim vůbec dospěje.)

B Klient odmítající alternativní směry, ale jinak tolerantní ke smýšlení druhých lidí. (Jeho typickou větou je: „Dělejte si, co chcete, ale pro mne to není...“)

C Klient chápající, že existují i jiné – alternativní – metody v péči o zdraví. (Pořád nepřipraven pro detoxikaci C. I. C. S tím člověkem není dobrá spolupráce.)

– *hranice, kdy již přicházejí lidé, kteří jsou vnitřně –*

D Klient chápající, že toxická zátěž může způsobovat určité zdravotní potíže. (Dá se s ním pracovat, je možné mu ukázat zdravotní pokroky.)

E Klient chápající, že psychika a emoce mohou hrát ve vývoji nemoci nějakou úlohu. (Tento typ chápe, že stres může stát za mnoha onemocněními.)

tanec, chůze, běh, to vše jsou formy meditace. Není nutné praktikovat pouze východní formy meditace.)

J Klient, který pravidelně medituje. (Tento druh klienta je proaktivní a jeho detoxikace je velmi efektivní.)

Nemá příliš velký smysl cokoli člověku vnucovat, pokud není na detoxikaci připraven a nerozhodl se svobodně, či nechce být aktivní a ve svém životě nehodlá dělat změny. Detoxikace není jen pasivním přijímáním preparátů, ale je to proces, kterým se uzdravujeme. S lidmi typů A, B i C jsou patálie. Hledají chyby, kritizují. Klienti od typu D jsou lidmi, kteří se dají vést dál a u kterých bude detoxikace chápána jako aktivní proces. Baví mne práce s lidmi, kteří jsou aktivní k životu, chtějí něco dokázat a lační dosáhnout nějakého cíle. Všichni jsme na cestě...

Ing. Vladimír Jelínek



Fraktální vzor

Život a pentagram

Jednou z podmínek života je proces učení. Žijeme proto, že se učíme a tím, že se učíme, tak žijeme. Vše, co potřebujeme pro svůj život, jsme se museli naučit: spolknout potravu, mechanicky ji rozmělnit, pomocí enzymů rozštěpit, vstřebat...



Ovládáme celý komplikovaný proces metabolismu, přesněji řečeno – ovládá ho naše tělo, které zpracovává potravu automaticky. Informace o metabolismu se nedostávají do vědomí. Každá buňka používá k přeměně potravy na využitelnou energii Krebsův cyklus, ale popsat ho bez pomoci knih by pro nás byl hodně těžký oříšek. K chodu našeho těla se zcela automaticky vy-

užívá obrovské množství informací, jež nejsou přístupné vědomí – to má úplně jiné úkoly.

Naučit se bytí

Museli jsme se naučit, jak vylučovat odpadní látky, jak dýchat, ale i jak se rozmnožovat, jak se pohybovat... Učit se nemusí jen lidé, učí se

celá příroda. I ti nejjednodušší živočichové jsou schopni měnit svoje chování na základě zkušeností, dobrých i špatných, to vše je proces učení. Naštěstí se ale nemusíme učit všechno od počátku. Obrovské množství znalostí jsme převzali od svých rodičů, svých předků, ale i od zvířat a vůbec z celé přírody. Když se narodíme, umíme dýchat, trávit potravu, vylučovat, dávat najevo svoji

nespokojenost pláčem. Postupně se naučíme smát, koordinovat pohyby a během prvního roku života začneme nejprve lézt po čtyřech a posléze chodit. Naučíme se číst, psát, kreslit, vymýšlet si svoje příběhy a malovat vlastní obrazy. Je důležité si uvědomit, že při jakékoli tvorbě stavíme na myšlenkách a znalostech, které jsme převzali ze svého okolí. Ve svém životě spojujeme obrazy, které jsme v životě vnímali. Doslovně si dáváme věci dohromady a pomocí asociací přidáváme a spojujeme známé obrazy s novými.

Proces učení můžeme nazvat evolucí. Je to postupný vývoj, kdy se příroda a živé organismy učí na základě zpětné vazby. Každý živý organismus žije v prostředí, které je proměnlivé, a proto se musí naučit reagovat na změny. Pokud se nedokáže přizpůsobit změnám, tak nepřežije a zaniká. Odborně proces přizpůsobení nazýváme adaptací. Dochází k přijetí informací z vnějšku, k jejich zpracování. Tuto činnost se učí už nejjednodušší organismy. Bakterie se naučí přežít v prostředí s antibiotiky, odborně řečeno získávají rezistenci. Tuto informaci zapojí ve formě plasmidů do své buňky, dokonce tuto zkušenost mohou předat jiným bakteriím a ty se stanou také rezistentními, čímž se adaptují na nepříznivé prostředí.

Historie učitelka života

Vše se v přírodě vyvíjí. Hnacím motorem vývoje je láska a svár – neboli spolupráce a boj. Někdy je výhodnější bojovat a získat určitý přínos, někdy je naopak prospěšnější spolupracovat, vzájemně se od sebe něco naučit. Spojením různých znalostí může najednou vzniknout úplně něco nového, převratného. Takovým příkladem je eukaryotická buňka, která vznikla propojením dvou různých metabolismů symbiotických bakterií. Tak se zrodila živá buňka, která vlivem svého dokonalého metabolismu má k dispozici mnohem více energie. Díky tomu dokáže uchovávat a zpracovávat obrovské množství informací a je tak mnohem výkonnější.

Během evoluce se příroda stále učí a ukládá všechny informace. Nic nezapomíná, stále přidává nové a nové znalosti. Vždyť i v nás jsou zaznamenány dějiny celého vesmíru. Plod prochází všemi embryonálními stádii a během devíti měsíců zrychleně projde stejným vývojem jako živé organismy během milionů let. V našem mozku se ukrývají evolučně staré struktury, které máme společné se zvířaty. Čím více toho víme o zákonitostech vesmíru, tím lépe se vyznáme sami v sobě. Ve skutečnosti člověk opravdu rozumí jen tomu, co sám stvořil, většinou spíše znovustvořil –

tím, že to okopíroval od přírody. Všechno, co jsme my a naši předkové prožili, v jakém prostředí jsme se my a naše rody pohybovali, nás obrovsky ovlivňuje. Naše minulost nás doslova nejen všechno naučila, ale také nás kontroluje a omezuje. Čím více si to dokážeme uvědomit, tím lépe dokážeme vnímat kontrolu a omezení, dokážeme lépe reagovat a můžeme být spokojenější.

Jednota mikro a makrokosmu

Je důležité si uvědomit, jak jsou informace v organismu uchovávány. Je to podobné jako ve světě, informace jsou převáděny do symbolů a vzorců. Ve skutečnosti jsou to struktury, které na základě vztahů mezi jednotlivými prvky uchovávají informaci. K předávání informací mezi sebou používáme slova a věty, jsou to shluky písmen, které symbolizují určitý obsah a informace je v nich zakódována do posloupnosti písmen. Tento způsob umožňuje nejenom efektivně ukládat velké množství informací, ale jeho obrovskou vý-

princípů, které příroda používá k růstu a tvoření. Vše co v přírodě roste, v sobě nese princip pentagramu. V každé větvičce, listu, květu, šišce, ulitě..., najdeme poměry zlatého řezu. Je to princip mikro a makrokosmu, kdy poměr menší části k větší je stejný jako větší části k celku. Pokud se podíváme na pentagram, zjistíme, že v sobě má zlatých řezů několik. Jejich propojením v pentagramu vzniká logaritmická spirála, to je to, co známe jako šnečí ulitu. Pentagram je energetický obraz, který znázorňuje, jak v přírodě vše roste a vyvíjí se. Pochopení a schopnost používání jeho pěti principů (neboli pohybů) je velmi důležité nejen pro zdraví, ale i pro jakoukoli tvorbu, symbolizuje koloběh života. Vše od jídla po obrazy, příběhy bude dobré a pěkné jen tehdy, když použijete všech pět principů.

Od singularity k člověku

Můžeme se podívat na úplný počátek, jak vznikl vesmír, jak vznikly i země a příroda. Pomůže nám to pochopit jednotlivé principy pentagramu. Na počátku byl bod (singulari-

Při tvorbě stavíme na myšlenkách a znalostech, které jsme převzali ze svého okolí.

ta), do kterého byla stlačena veškerá energie. Byla to prvotní informace, stav nejvyšší uspořádanosti. Velkým třeskem se začala rychle rozpínat, ochlazovat, kvantové pole se začalo rozpadat na opačné prvky. Symbolicky můžeme velký třesk a prvotní informaci vnímat jako symbol ohně, orgán srdce. Při rozpínání začala působit gravitace a jednotlivé částice se začaly přitahovat k sobě. Vznikla první hmota tvořená směsí prvotních částic. Symbolem této prvotní prahmoty je prvek země (orgán slezina), vždyť země je také vytvořená směsicí všech možných částic. Pak začal působit princip kovu, orgán plíce. Prvotní hmota začala reagovat, docházelo k jejich výbuchům jadernými reakcemi a postupně vznikaly jednotlivé chemické prvky. Symbolem uspořádané hmoty je ryzí kov. Vývoj dále pokračoval, chemické prvky se spojovaly a vznikly chemické sloučeniny. Velmi důležitou sloučeninou pro život je voda – další princip pentagramu, orgán ledviny. Postupně vznikly živé buňky, které mezi sebou tvořily vztahy a seskupovaly se do živých organismů. Jejich symbolem je dřevo. Vývoj postoupil až k člověku, který si dokáže uvědomit sám sebe, proto taky orgán jater (patřící ke dřevu)

hodou je uplatnitelnost abstraktních vzorců k řešení dalších problémů. Matematika je nazývána královnou věd, protože již zmiňované abstraktní vzorce vyhledává. Když se ve škole naučíme vzorec Pythagorovy věty a chápeme, co znamená, známe důležitý princip, pravidlo. Důležitější ale je, jestli tento vzorec dokážeme v životě používat. Zda si třeba při práci na zahradě jednoduše umíme nakreslit pravý úhel na základě délek stran trojúhelníku, nebo naopak dopočítat vzdálenost. Pythagorova věta je velmi primitivní vzorec, ale existuje celá řada vzorců, které jsou mnohem složitější a jejich aplikováním mohou vzniknout úžasné obrazy. Mám na mysli fraktály. Pro zajímavost si můžete na adrese <https://www.youtube.com/watch?v=bo-MB1QPZ7E> spustit animaci aplikování takového fraktálu. Příroda fraktálové vzorce hodně používá. Rostou podle ní stromy, květy, narůstá cévní systém. Kamkoli se podíváme, najdeme fraktálové vzory.

Ve všech kulturách byl důležitý symbol, vzorec pentagramu. Běžně nazýváme jeho vrcholy prvky (oheň, země, kov, voda, dřevo), ale podle čínské medicíny to byly pohyby. Ve skutečnosti je to pět základních vzorců,

má velkou souvislost s lidským egem. K uvědomění a ke tvorbě nových věcí je třeba energie a schopnost převádět ji mezi různými formami. Tou je oheň, orgán srdce, který dokáže spalovat a uvolněnou energii použít k tvorbě, což není nic jiného než tvorbě nových informací. Kruh se uzavírá.

Zásada pentagramu

Veškerý vývoj probíhá ve schématu spirály. Podívejme se na vývoj emocí od nejjednodušších buněk. Nejprve se živé buňky naučily reagovat na podněty z okolí (odborně se tento proces

spojený s nebezpečím nebo výhodou vyvolává silnější odpověď. Z emocí je to strach, stručně řečeno, „pamatuji si věci, které jsou nebezpečné a jsem opatrný“ – orgán ledviny. Dalším vývojovým stupněm je sumace, schopnost vybrat správnou reakci při působení více podnětů dohromady a v případě potřeby přizpůsobit intenzitu. Z hlediska emocí je to agresivita – okruh jater. Vrcholem vývoje je tzv. explorace, zvědavost, prozkoumávání věcí, objevování nového, získávání informací. Poznání přináší emoci radosti – okruh srdce. Pokud se podíváme na pentagram a uvědomíme si propojení jednotlivých principů vnějšími a vnitřními

Představte si jednotlivé prvky jako vzorce nebo spíš programy či postupy, do kterých vstupují informace, zpracují se a předávají se dál. Každý prvek (program) řeší určitou problematiku (úzkost, agresivita...) Vše, co se tvoří, roste, řešení každé situace se rozpadá na pět podprogramů, které spolu komunikují a předávají si výsledky. Je to uzavřený kruh, který zpracuje problém a vytvoří jeden výsledek, reakci na podnět, která musí zachovat rovnováhu (homeostázu), ta je podmínkou přežití. Pokud je prvek poškozený, tak i přes dobré vstupy může být výsledek špatný, odchýlený od rovnováhy. Ovlivňuje tak ostatní prvky, které ale mohou chybu kompenzovat. Naopak chybné projevující se program může mít příčinu ve špatných vstupech. Když mluvíme o přenosu toxinů mezi orgány pentagramu, myslí se tím přenos informačních chyb do dalších částí těla. Naše tělo, jednotlivé orgány, buňky, mozek, vše pro zpracování informací používá princip pentagramu. Proto je nesmyslné hledat nějaké exaktní rozdělení orgánů do pěti skupin.

Během evoluce se příroda stále učí a ukládá všechny informace.

nazývá excitace). Buňka přijme informaci z okolí, uvolní energii na reakci – princip ohně. Dalším vývojovým stupněm byla taxie, schopnost odtahovat se a pohybovat se ve výhodném směru (přitahování) – princip země. V jazyce emocí jsou to sympatie a odpor, emoce slезiny. Pak buňky ovládly umění přivykání, přizpůsobení se svému okolí, odborně tzv. habituaci. V jazyce emocí je emoce smutku úzce spjata s adaptací. Pak přišla senzitivace, zvýšení citlivosti a schopnost poučit se. Opakovaný podnět

vztahy, pochopíme, jak ze sebe vznikají a jak se ovlivňují. Důležité jsou vnitřní vztahy, podle čínské terminologie kontrola, kdy se jedná o podobné principy, jen řeší problém složitějším způsobem. Například vztah kov a dřevo – kov rozhoduje, zda nepříznivou situaci budeme řešit, nebo zda si na ni přivykneme, dřevo rozhoduje o tom, jakou a jak silnou vybereme reakci na danou situaci. Princip dřeva je kontrolován kovem, který může omezit intenzitu a výběr reakce.

Abstraktní model velkého třesku v kosmickém prostoru



Joalis je rovnováha

Podmínkou zdraví je rovnováha, a proto je také velmi důležitá harmonie v každém prvku. Pokud principu nerozumíme, dostáváme se do extrémů v obou směrech, a to je špatně. Vše musí být vyvážené. Žádná vlastnost není primárně špatná, důležité je její rovnovážné použití. Nestabilitu v prvku řeší celý pentagram (systém), tím se oslabuje a poškozuje, proudění energie je nerovnoměrné a vede k oslabení a zpomalení. Prakticky to znamená pochopit a ovládnout každý z pěti principů. Pokud ovládáme každý prvek, pak jsou procesy automatizované a spotřebují méně energie a pozornosti, kterou můžeme vložit do tvorby, spokojeného života a radosti.

Pocit radosti je ve skutečnosti vnímáním toho, že náš život je v optimální rovnováze, že jdeme za svými cíli a k tomu je nezbytné ovládnout a pochopit všech pět principů. K tomu výrazně pomáhají preparáty Joalis. Je důležité si uvědomit, že učít tělo, jak dosáhnout rovnováhy a zdraví, je přirozené, protože každý organismus automaticky přebírá znalosti ze svého okolí. Učení je nutná součást života.

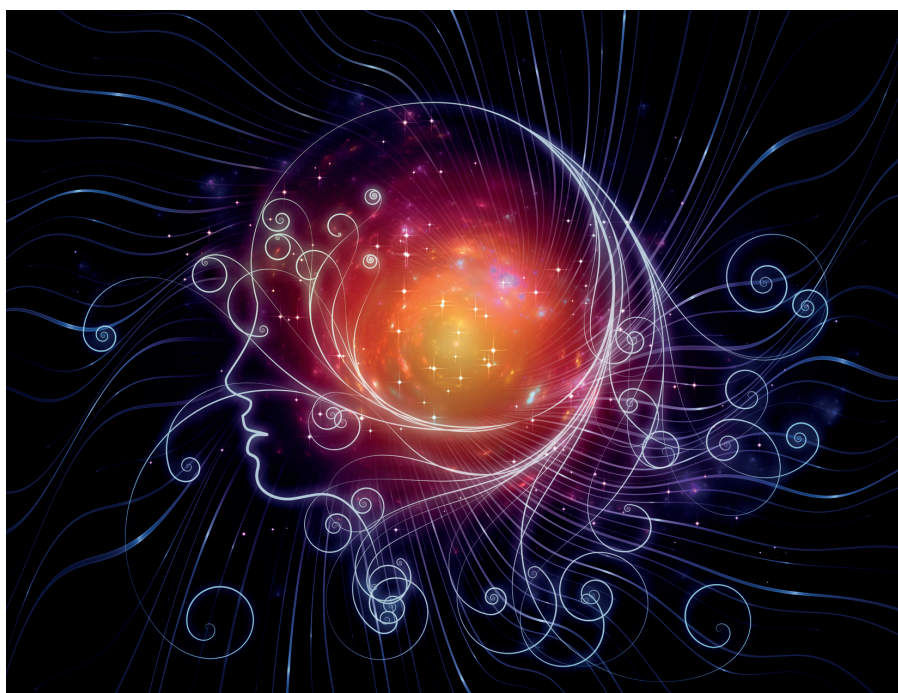
Princip slезiny

Prvkem a symbolem je země, hmota, gravitace, matka, zdroj, sladká chuť. Základní emoci je sympatie a odpor, poměr kladných pocitů vyvolávajících chuť a záporných odpor,

odtažení se. Zajišťuje instinktivní rozhodování se, při nezvládnutí tohoto principu kompenzujeme jev nadměrnou přemýšlivostí. Princip je důležitý pro přijímání okolního světa a jeho využití, pro rozlišování mezi užitečným a neužitečným, je důležitý pro dosažení naší jistoty a zabezpečení, tvoří vztah k domovu, jídlu, hmotným statkům. Ale i vztah k sobě, jak se máme rádi či jak máme rádi ostatní. Princip přitažení a odtažení tvoří rytmus. V těle proto ovlivňuje hormonální cykly, řád a projevuje se prozpěvováním. Slezina ovládá práci, sílu, všechny materie potřebné pro přenos energie a práci. Nezvládnutí sleziny se může projevovat v řadě emocionálních i stresových programů. Ve vztahu k práci, postižení tzv. workholismem, ale také i lenost, neschopnost uvolnit se, relaxovat (zapojit parasympatikus), vytváření napětí v sobě, perfekcionismus, upjatá pečlivost. V poměru k hmotě, penězům, jídlu jako jsou lakomost, hýřivost, dluhy, plýtvání, nepořádek, obezita, diety, hubnutí, chuť, smyslnost. I vztahem k sobě a druhým – starostlivost, péče, zájem, přílišná empatie, naivita nebo paranoia, upřednostňování druhých – „miluj bližního svého jako sebe sama“, nebo neláska k sobě. Nezvládnutí může vyvolávat pocity, že nejsme dost dobří, že si něco nezasloužíme, podmiňování typu „když se budu snažit, tak...“, neláska k sobě, odpovědnost, drbání, pomlouvání, nesnášenlivost, arogantnost, krutost. Se slezinou souvisejí i emoce spojené s jistotou, projevující se se jako ustaranost, plánování, perfekcionismus, starostlivost, „pro jistotu“, bezpečnost = hromadění, kompulzivnost (obsese) – hraní si s předměty, bubnování břicho prsty, strach nešlapat na spáry, bezstarostnost, lehkomyšlnost....

Princip plic

Prvkem a symbolem plic je kov, tedy ryzost, kvalita, zbraně, sjednocení, otec, kontrola, opracování, ostrá chuť a čich. Princip kovu můžeme vnímat jako separaci, odlišení ryzého od zbytečného, jako rozhodnutí, co akceptovat a co odstranit. Je to princip odstranění části pro dobro celku, moudrost získaná tvrdou prací, otcovský, kritický přístup, který formuje sílu. Je to princip adaptace (habituace), to znamená schopnost přizpůsobit se vnější situaci, změně, návyku. Plice řídí pohyb energie a tím ovlivňují naši vůli. Prakticky je to schopnost konat a měnit situaci. Naše podvědomí ví, kolik máme a můžeme vytvořit energie (kyslíku) a rozhodne se, zda se přizpůsobíme nebo budeme konat. Základní emoci je smutek, který je vyvolán



neúspěchem. Vede ke zpomalení mentální i motorické aktivity, slouží k citovému odputání. Při utlumení se dává organismu šance přehodnotit vztahy, činnosti a změnit okolnosti života. Také chrání před nebezpečím v době snížené akčnosti a vyvolává soucit. Opakem smutku je spokojenost, která signalizuje, že vše je v pořádku. Plice tvoří bariéru, a ovlivňují styk s vnějším světem. Ohraňují naše já a ovlivňují sociální vztahy. Poškození plic se může projevovat v emocionálních programech souvisejících se smutkem – lítostí, depresí, melancholií, únavou, cynismem, necitlivostí, soucitem, samostatností i spokojeností. V otázkách vůle – neschopnost dotáhnout věci do konce,

pořádkumilovnost (vše je ruší), neschopnost změny plánů, rigidita, schopnost kdekoli vytvořit domov. U nezvládnutí principu plic často dochází ke strachu z nevědomí, k potlačování problémů místo jejich řešení.

Princip ledvin

Prvkem ledvin je voda, symbol života, zrození z vody, křtu a smrti, posmrtné řeky jako zdroje a místa návratu, souměřitosti, kapka vytvářející oceán, symbol zkázy povodeň, věčnosti. Ze smyslu sluch a slaná chuť. Symbolem je také měsíc a jeho cyklus spjatý se spánkem, sněním, fantazií, protrháváním hranic reálného světa. Spojujeme s ní citli-

Celý náš organismus pro zpracování informací používá princip pentagramu.

nedostatek disciplíny, prokrastinace, extrémní vůle, sebezničení, sebeovládání, strach z konfliktů, touha po uznání, psychická síla, touha po životě. Vztah k okolí se může projevovat jako strach z odsudku, přísnost na sebe i druhé, pokrytectví, nasazování masek, „co mne nezabije, to mne posílí“, katarze (vnitřní očista člověka), uvolnění psychického napětí, schopnost odputání se, uchování křivd, strach se uvolnit, vyjádřit pocity, nesvoboda, útlak. Neschopnost adaptace se může projevovat jako neschopnost přizpůsobení se, zdroj naštvanosti, neurotické chová-

vost, intuici, strach, úzkosti. Symbolizuje vznik sloučenin, tedy proces slučování, spojení, zrod, rozmnožování, růst a vývoj. Principem ledvin je citlivost, zvýšená reakce, opakované nebezpečné i přínosné podněty. Pokud je člověk v úzkosti, v sevření či stažení, je neschopný koncentrace a intuice. Ledviny ovlivňují vnitřní sílu, inspiraci, jsou zdrojem konání. Ovlivňují i absorpci, rozpuštění, vylučování, umožňují chemické děje, transformaci prvků, ovládají řízení vody v organismu. Základní emoci je strach a úzkost. Poškození principu ledvin se

Metoda „Monika“

Problém s diagnostikou u zvířat pomocí EAV přístroje se zdál být dlouho neřešitelný. Viděl jsem různá zařízení, která by měření přístrojem umožňovala, ale jejich praktické využití se rovnalo nule. Pro potřeby detoxikace je diagnóza toxinů velmi důležitá. Zdálo se, že nenajdeme řešení. Mnoho objevů spatřilo světlo světa jen proto, že dotyčný vynálezce nevěděl, že to tak „nejde“.

Geniálně jednoduchý systém – z chlupů psa můžeme zjistit zátěž jeho organismu.

Jednoho dne se objevila paní Monika. Vyndala igelitový sáček se psími chlupy a požádala mě, abych ji sdělil, čím trpí její pes. Prý nemůže chodit. Nedůvěřivě jsem dal chlupy do měřicí misky a požádal paní Moniku o dlaň. K mému překvapení se přede mnou objevovaly toxiny, které byly v organismu jejich labradora. Především tam byla borelie. Geniálně jednoduchý systém – z chlupů psa můžeme zjistit zátěž jeho organismu. Nepochybně by to šlo i u člověka. Nezkoušel jsem to, proto nevím, jakou má tato technika citlivost. V každém případě je to velký pomocník pro případ, že se na nás někdo obrátí s žádostí o detoxikaci svého chlupatého mazlíčka. A protože objev udělala paní Monika, vyšetření provedte metodou „Monika“.

MUDr. Josef Jonáš



emocionálně může projevoval jako úzkostlivost, neschopnost se uvolnit, napjatost, sténání, nervóznost, perfekcionismus, snaha mít vše pod kontrolou, pravidla, příkazy, zlé předtuchy, workholismus (je nutné se stále zaměstnávat, aby v klidu nepřicházely myšlenky), pocit viny, poslušnost, strach z autorit, dodržování nesmyslných zákonů, nadměrná hygiena, vztah k tělu, pověřivost, ztráta sebezáchovných pudů, riskování, lehkomyšlnost, neposlušnost, nedodržování zákonů, rebelie.

V oblasti citlivosti ovlivňují spánek, fantazii, jsou zdrojem kreativity, ovlivňují umělecké nadání, snění, nápady, uspořádanost, rigidnost, rutina, intuice, natvrdoost, nechápavost, rozumovost, omezenost, neporozumění slyšenému, spontánnost, improvizace, živelnost. V oblasti zrodu a rozmnožování ovlivňují partnerské vztahy, chápání druhého, nedůvěra, omezená komunikace, přehazování odpovědnosti, kladení řádu nad cit, citlivost, mateřské instinkty, závislosti.

Princip jater

Prvkem jater je dřevo, symbol živé hmoty, energie, životní síly, růstu, ega, poznání, rozumu, inteligence, pohybu, rychlosti, destrukce, organizace, agresivity, zraku a kyselé chuti. Je to princip života a živé hmoty, růstu, kreativity, dynamiky, procesu tvoření, tvůrčí myšlenky, jejich konkrétní plány a samotná tvorba, tvarování inspirace vzniklé z principu vody. Je to symbolicky strom života a poznání, vědění, rozumu, vědomí. Keltové nazývali učence druidy podle stromu dub, keltsky duir. Základem emoce je schopnost reakce na více různorodých podnětů a výběr druhu a její intenzity na základě informací z okolí. Ovlivňuje rozhodování, zachování řádu nebo naopak destrukce. Agresivita pohání k akci, síla, touha po změně, schopnost řešení problémů, použití energie, odvaha. Tento princip ovládá sexuální sílu, která v sobě nese touhu po novém životě, po pronikání a ovládnutí. Základní emocií je agresivita, která může ovlivňovat hněv, vztek, tvrdohlavost, neústupnost, snaha mít vždy pravdu, vyhýbání se sporům, bázlivost, strnulost, podrážkenost, kritičnost, šmírování, frustrace, podrážděnost, nerudnost, vznětlivost, nechat si vše líbit, pasivnost, neschopnost se rozhodovat, obecná pasivita, výbušnost. Ego ovlivňuje panovačnost, podrážkenost, servilnost, opovržení, pohrdání, voyerismus, provokace, nízká sebeúcta, nedostatek sebevědomí, kritičnost, vztahovačnost. Kreativita ovlivňuje excentričnost, šedost, průměrnost, rozhodnost, nerozhodnost, váhavost, improvi-

zace. Zrak je neschopnost vidět problémy nebo naopak vhléd, závist, kritika. Rozum a komunikace ovlivňuje racionalitu, vychytralost, nadřazenost rozumu nad citem.

Princip srdce

Prvkem srdce je oheň, symbol slunce, zdroje, lásky, Boha, očistění, vyjádření, charisma, zlata, alchymie, radosti, vášnivosti, řeči, hořká chuť. Principem ohně je proměna, transformace. Proces hoření uvolňuje energii a používá ji k proměně. Buď je to zkáza, nebo naopak vrchol tvorby. Člověk umí oheň zapálit, umí používat energii k tvorbě, k expresi jako vyjádření pomocí řeči, obrazů, písma, symbolů, psaní, herectví. Oheň symbolizuje otevřené srdce, vřelost, telepatii, ducha, moudrost jako vědomí propojené s podvědomím, léčení, kontakt s lidmi, sdílení, rozplynutí ega, procítění sounáležitosti, pochopení, že jsme součástí celku. Je to princip excitace, schopnost buňky reagovat na podněty a explorece, zvědavosti, prozkoumávání, objevování. Při zapálení pro věc a nadšení, prožívá člověk radost z tvoření, extázi. Vzrušení je spojeno s duševním růstem a touhou. Odvaha znamená mít srdce, sídlo lásky, pocitů, vřelosti. Základní emocií je radost projevující se jako přátelství, spontánnost, vášně, euforie, usměvavost, pocity štěstí, extáze, optimismus, pesimismus, uzavřenost, trdomyslnost, náladovost, sentimentálnost, pocity bezmoci. Expresie jako prolhanost, přehrávání, šaškování, vytáčení se, hovornost, extrovertnost, touha být stále středem pozornosti, neschopnost vyjádřit se, koktavost, urážlivost, poruchy řeči, malířské nadání, hudební nadání, bujará srdečnost, hlasitý smích, potlačování projevů vlastní osobnosti, vypravěč vtipů. Princip transformace ovlivňuje pýchu, povýšenost, narcismus, neschopnost dokončovat věci, nadřazenost, zapomnětlivost, strach ze smrti, z krve. Zvědavost souvisí s fobiemi, touhami po vzdělání, zvědavostí, moudrostí, hloupostí, hravostí, schopností být věčné dítě, otevřeností a skotačivostí...

Z hlediska detoxikace je důležité si uvědomit, že jednotlivé orgány pentagramu podléhají těmto principům. Pokud chceme, aby byly funkční a zdravé, je důležité pochopit jednotlivé principy a naučit se je v životě používat. K tomu nám kromě základních emočních preparátů (**Emoce, Streson, Nodegen, Diamino** atd.) zásadně pomohou jednotlivé preparáty na mateřské orgány jako **VelienDren, RespiDren, UrinoDren, LiverDren** a **CorDren**.

Mgr. Marie Vilánková

Slovensko hodnotilo

Vážení obchodní partneri a priaznivci detoxikačnej metódy MUDr. Josefa Jonáša, opäť sa skončil ďalší pracovný rok a s ním prišlo aj Vaše hodnotenie za predchádzajúce pracovné obdobie od 1. 10. 2014 do 30. 9. 2015. Dňa 14. 11. 2015 sa konal seminárny deň v Bratislave, kde sme našim najlepším spolupracovníkom odovzdali hodnotné ceny v sume 1362,- Eur. Sú poďakovánim za ich spoluprácu.

Medzi najlepších terapeutov s priemerným odberom nad 400 ks mesačne patrí:

1. cena: Dr. Gejza Molnár, získal nákup preparátov v hodnote 300,- Eur



Terapeuti s priemerným odberom nad 300 ks mesačne:

2. cena: Mgr. Karin Heinz, získala nákup preparátov v hodnote 250,- Eur



3. cena: Ing. Lýdia Eliášová, získala nákup preparátov v hodnote 200,- Eur

Terapeuti s priemerným odberom nad 200 ks mesačne:

4. cena: MUDr. Jana Živická, získala nákup preparátov v hodnote 150,- Eur



5. cena: Anna Katrincová, získala nákup preparátov v hodnote 100,- Eur

6. cena: Alojzia Kováčová, získala nákup preparátov v hodnote 87,- Eur

Terapeuti s priemerným odberom nad 100 ks mesačne:

7. cena: Anna Šanková, získala sadu Bambiharmoni v hodnote 75,- Eur

8. cena: Erika Petrličková, získala sadu Bioharmoni I. v hodnote 56,- Eur



9. cena: Jozef Volgyák, získal sadu vitamínov v hodnote 46,50 €

10. cena: Mgr. Silvia Martinová, získala balíček v hodnote 46,- Eur

11. cena: MUDr. Zdenka Vlachová, získala balíček v hodnote 34,50 €

12. cena: MVDr. Jiřina Varinská, získala balíček v hodnote 16,99 €

Ďalší spolupracovníci, ktorí majú priemerný odber od 50 do 100 mesačne:

Mgr. Prešovská, p. Kostrová, p. Kellerová, MUDr. Šimko, Mgr. Albertová, p. Pekárová, p. Makovicová, MUDr. Moleková, p. Ruman, MUDr. Steinerová.

Terapeuti, ktorí majú priemerný odber do 20 ks do 50 ks mesačne:

p. Vágnerová, p. Šuvara, p. Purdek, MUDr. Nemčoková, p. Ševcov, Ing. Spiessová, Ing. Lauková, p. Čerchlanová, p. Tóth, p. Hudáková, MVDr. Gális, p. Dúchaj, Ing. Kucharovičová, Ing. Jurovčíková, p. Šeboková, MUDr. Kilvádyová.

Ďalší, ktorí majú odber od 10 ks do 20 ks mesačne:

p. Brejčáková, p. Hruzík, Ing. Lukešová, Bc. Harcová, PharmDr. Wolaschková, p. Vítázková, Ing. Rarbovská, p. Janetschek, p. Antoniewiczová, MUDr. Falátová, Mgr. Mihok, Ing. Čontošová, p. Jellínková, Mgr. Huljaková, Mgr. Oravecová, p. Blehová, p. Tkáčová, Ing. Tučeková, p. Kleščová, p. Kondé, p. Fafuliaková.

Veľmi pekne ďakujeme všetkým, ktorí sa snažia udržať metódu MUDr. J. Jonáša už 15 rok na Slovensku.

Aj na pracovný rok 2015/2016 platia štvrtročné hodnotiace podmienky. Hodnotenie bude prebiehať každý štvrtrok, teda k 31. 12. 2015, ďalej k 31. 3. 2016, k 30. 6. 2016 a k 30. 9. 2016. Podľa štvrtročného odberu sa bude aj pohybovať Vaša percentuálna zľava na nasledujúci štvrtrok. Pre tých, ktorých majú štvrtročné v priemere za mesiac viac ako 300 ks preparátov máme aj bonusy 10, 20, 30 a 40 ks gratis.

Zľava z ceny seminárov na tento rok (2015/2016) platí pre vyhodnotených, ktorí sa umiestnili na prvých 12 miestach. Od prvého do šiesteho miesta je zľava 100%, od siedmeho po dvanásťte miesto je zľava 50%.

Všetci, ktorí ste dosiahli v roku hodnotenia priemerný mesačný odber 10 ks mesačne v prvom roku Vašej práce, 20 ks v druhom roku, 30 ks v treťom roku, 40 ks v štvrtom roku, 50 ks v piatom roku získavate na nasledujúci rok 2014/2015 registračný poplatok v hodnote 25 € zadarmo.

Vyhodnotenie bolo robené od 1. 10. 2014 do 30. 9. 2015. Váš odber sa mohol zmeniť k Vášmu registračnému zaevidovaniu. Ak nedosiahnete spomínaný odber bude Vám poštou zaslaná poštová poukážka k predĺženiu registrácie. Vyhodnotenie provízií bude k 31. 12. 2015 a budú doplatené v mesiaci január 2016.

Na pracovný rok 2015/2016 budú platiť, čo sa registrácie týka tie isté podmienky, čo predchádzajúci rok.

Podstatou úspěchu v komunikaci je schopnost naslouchat a porozumět. Jistě se vám také stalo, že jste měli dojem, že váš partner je duchem nepřítomný, nerozumí vám nebo rozumět nechce. Jak naslouchat a rozumět?



Uši jsou k slyšení, oči k vidění

Vnaší profesi jde především o identifikaci a řešení problémů klientů, a proto by každý terapeut měl být i dobrým psychologem. Občas se stává, že klient se ostýchá o problému hovořit, jindy je jeho výřečnost naopak přílišná. Je zejména na nás, abychom získali dostatečné informace, které nám pomohou stanovit toxické zatížení orgánů.

Aktivní naslouchání

V našem případě nestačí pouze pasivně naslouchat a přijímat dané informace, ale poskytovat i zpětnou vazbu, chápat a především rozumět. Pokud jsme v komunikaci pasivní (jako vrba), pak může klient snadno nabýt dojmu, že mu nerozumíme. To mu zabraňuje v uvolnění napětí, které je v naší společnosti nepřijatelné. Téměř všichni automaticky potlačujeme své emoce a jejich projevy. Nemocný potřebuje kvalitní sociální interakci a živého posluchače. Souhrnnou charakteristikou aktivního naslouchání jsou: empatie, soucit, porozumění a pochopení. Je vhodné, aby klientovi byla poskytována dobrá zpětná vazba.

Pravidla aktivního naslouchání

- soustředíte svou pozornost na klienta
- zaměřte se na citové prožitky hovořícího
- udržuje zrakový kontakt
- zaujměte otevřený postoj
- naklánějte se k hovořícímu
- verbálně či neverbálně povzbuzujte k hovoru

Povzbuzujte

Projevte svůj zájem a povzbuzujte klienta v řeči pobídkami: „aha...“, „hmm...“, „povídejte dál...“, „jak jste to myslel?“, „co se vlastně stalo?“, „říkáte, že...“ apod. Klient požaduje, abyste se do se do jeho problému vcítili, proto ho za žádných okolností nikdy nehodnoťte. Měňte tón hlasu a užívejte neutrální slova. K řeči klienta se nevyjadřujte kriticky. Vytvářejte pozitivní vztah a respektujte klientovu individualitu. Všimněte si neverbálních projevů klienta.

Objasňujte

Pokud něčemu nerozumíte, je dobré, abyste se zeptali. Nevhodné jsou uzavřené otázky, na které je odpověď „ano“ a „ne“. Kladte otevřené otázky, na které musí klient odpovídat celou větou (otázky začínají tázacími zájmeny: kdy, kde, co, jak, jaký, který, proč apod). Dozvíte se mnohem více o jeho potížích. Získávejte více informací. Buďte zvědaví! Klient bývá zaměřen na své potíže a subjektivní problém může vidět zkresleně. Pomáhejte mu, aby se mohl podívat i na jiná hlediska svých obtíží.

Parafrázujte

Používáním převyprávění si můžete snadno ověřit, jestli klienta chápete správně a také mu ukázat, že skutečně nasloucháte. Pokuste se vlastními slovy přeložit fakta a myšlenky, které vám klient sdělil. Můžete použít slovní spojení „to znamená, že...“, „takže byste rád...“, „jestli tomu dobře rozumím...“ apod.

Zrcadlete

Klientovi dodá sebedůvěru, pokud projevíte pochopení pro to, co cítí. Pomozte mu přehodnotit jeho pocity. Zrcadlení pocitů (reflexe) je jednou z nejobtížnějších technik aktivního naslouchání a mnoho lidí se jí jen obtížně učí. Jejím předmětem je vyjádření pocitů a emocí klienta, které odbourávají nejen ostych a stres,

ale také upřímnost a důvěrnost. Zkuste se ho zeptat např. „cítím, že jste z toho smutný...“ či „já vám rozumím...“ Emoce, které u klienta spustíte, mohou následně terapii velmi pomoci.

Shrnutí

Čas od času klientovi jeho sdělení shrňte. Ujistěte ho, že nasloucháte a také si utřídíte a ověříte informace, které vám klient pověděl. Pokuste se ocenit dosažený pokrok a položte základ pro vaši další spolupráci. Tuto techniku někteří lidé dělají automaticky a vůbec o ní nepřemýšlejí. Pokuste se zopakovat hlavní myšlenky a pocity. Shrnutí (třeba i pomocí písemných poznámek) je dobrým pomocníkem.

Respektujte

Klient se vám otevře pouze tehdy, když mu dáte najevo, že ho přijímáte jako člověka se všemi dobrými i špatnými vlastnostmi. Vyvolejte v něm pocit, že mu věříte. Slovy „vím, že...“, „cením si toho, že...“, mu dáváte najevo, že chápete důležitost jeho zdravotního stavu a pocitů. Pokuste se ho ocenit a v neposlední řadě klienta oslovujte jeho jménem (zeptejte se, jak chce být osloven, zda křestním jménem, či příjmením). Uvidíte, že vaše spolupráce bude vzájemná.

Cvičení dělá mistra

Nácvikem aktivního naslouchání a jeho praktikováním zvýšíte své kompetence v mezilidské komunikaci, postřehnete i drobné detaily klientovy výpovědi nebo jeho stavu a budete rozumět významu skrytému mezi řádky. Dobrý terapeut je výslednicí adekvátního vzdělávání, cenných praktických dovedností a mistrovství v mezilidské komunikaci. Pouze tak může být schopen plného a celostního pochopení našich klientů.

Mgr. Denis Drahoš

PLÁNOVANÉ AKCIE

KE	1. 12. 2015	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (13:00-16:00) poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	5. 12. 2015	Seminár I* osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
KE	6. 12. 2015	Seminár II** osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, pokračovanie I
BB	11. 12. 2015	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Kapitulská 17 (13:00-16:00) poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	12. 12. 2015	Seminár I* osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
BA	13. 12. 2015	Seminár II** osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, pokračovanie I
BA	14. 12. 2015	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Čečinová 3 (09:00-16:00) poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
B+K+BB	13. 1.	Skúška 1. stupňa Hlavné centrá, Čečinová, Vodárenská a Kapitulská (14:00-15:00) osobne, alebo on-line, poplatok 1 EUR, po absolvovaní kurzu I+II
KE	16. 1. 2016	Seminár III*** (A+B+C) osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, pokračovanie I+II
KE	17. 1. 2016	Seminár IV osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, tematický seminár
BA	23. 1. 2016	Seminár III*** (A+B+C) osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, pokračovanie I+II
BA	24. 1. 2016	Seminár IV**** osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, tematický seminár
B+K+BB	10. 2.	Skúška 2.stupňa Hlavné centrá, Čečinová, Vodárenská a Kapitulská (14:00-15:00) osobne, poplatok 10 EUR, po absolvovaní skúšky 1.stupňa, III. a IV seminárov

Zmena plánovaných termínov seminárov je vyhradená !!!!

***seminár I** – úvod do problematiky detoxikácie. Zoznámenie sa s rozdelením toxínov v ľudskom organizme a ich pôsobením. V rámci seminára je vykonané ukážkové meranie. Účastníci si odnášajú DVD. **Cena: 25 EUR + 25 EUR registrácia.**

****seminár II** – nadväzuje na seminár I. Účastníci sa naučia využívať čínsky pentagram v praxi a sú oboznámení s logickou diagnostikou. Účastníci si odnášajú DVD. **Cena: 40 EUR.**

*****seminár III** – seminár III. A – teória (preberieme postupne teóriu merania na prístroji Salvia), seminár III. B – praktické meranie na prístroji Acucomb a Salvia so sadami a EAM programom, seminár III.C - praktické postupy riešenia zdravotných problémov so Salviou a EAM. **Cena: 50 EUR.**

******seminár IV** – nadväzuje na semináre III. – tematický seminár a praktické postupy riešenia zdravotných problémov. **Cena: 40 EUR.**

*******seminár V** – je určený absolventom I.II.III.IV. seminárov na doplnenie a rozšírenie vedomostí a záujemcom, ktorí nemajú dostatok istoty pri práci s prístrojmi Acucomb a Salvia a EAM programom + Team building. **Cena: 50 EUR. Je potrebné sa nahlásiť pošleme Vám bližšie informácie.**

*******praktiká s EAV a Salviou a EAM programom** – sú určené záujemcom, ktorí nemajú dostatok istoty pri práci s prístrojmi Acucomb a Salvia a EAM programom a absolvovali semináre. Osobne v pobočkách firmy MAN-SR, s. r. o. **Cena: 20 EUR.**

Na uvedené akcie sa prihlasujte:

Centrum Košice: Vodárenská 23, tel./fax: 055 / 799 6881, 0904 734 418

Centrum Bratislava: Čečinová 3, tel./fax: 02 / 4342 5939, 0903 311 063

Centrum Banská Bystrica: Kapitulská 17, tel./fax: 048 / 415 6186, 0911 758 008

e-mail: man-sr@man-sr.sk, internetové stránky: www.man-sr.sk, www.joalis.sk

Firma  uvádza na trh tri nové kozmetické prípravky:

 Jonášova masť z materej dúšky

 Jonášova prasličková masť

 Jonášova vrbová masť

Objednávajújte na: objednavky@man-sr.sk



Prekvapenie bude na Vašej strane!