

Meníme svet po kvapkách

Joalis info

4/2019
júl – august

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

**Nodegen PSYCH
rieši šikanu**

**Prehľad
komplexov Joalis**

**Všetci potrebujeme
vedieť, že sme milovaní**

**Dojčenie na verejnosti?
A prečo nie?**

Zaujímá Vás celostný pohľad na človeka?

Chcete vedieť, ako funguje informačná medicína?

Začíname nové vzdelávacie kurzy
pre všetkých, ktorí túžia bližšie poznať,
čo skrýva obrovská múdrosť ľudského tela.
Kurzy prebiehajú v Košiciach a v Bratislave.



Viac na
www.Joalis.sk





Obsah

4 NOVINKY

Aktuality ze světa Joalis

5 JOALIS TÉMA

Přehled komplexů Joalis

12 PSYCHOSOMATIKA V DETOXIKAČNÍ PRAXI

Nodegen PSYCH pomáhá odstranit následky ublížení, které nám způsobili jiní lidé

15 PROFIL

Rostfa Němec:

Kormidlo života jsem musel otočit jiným směrem

18 PEL MEL

To nejzajímavější z médií

20 OSOBNÍ ROZVOJ

Všichni podvědomě potřebujeme vědět, že jsme milováni

23 HVĚZDY ZDRAVÍ, HVĚZDOPRAVEC RADÍ

Horoskop na červenec a srpen

24 POD POKLIČKOU

Jak jsem vstal z mrtvých

25 BÝT ŽENOU

Kojení na veřejnosti? A co má být?

28 KRÁLOVSKÁ CESTA KE ŠTĚSTÍ

Žena a muž – dva zcela odlišné pohledy na svět

31 ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

Zdravé opalování

32 BAMBI KLUB

Hurá, prázdniny!

34 KALENDARÍUM

Připravované akce

Vážení a milí čtenáři,



osud tomu tak chtěl a tento příspěvek píše zrovna v den letního slunovratu. V den, který je velkou událostí pro roční cyklus v přírodě, a naši předkové – Keltové – jej považovali za svátek zrození nové rodiny. Oslavovali komunitu, budování zázemí, vlastního domu a zásob. Těším se proto na veselou večerní oslavu, která bude vzhledem k venkovním teplotám završená asi koupelí v přírodním jezírku...

Hlavní článek našeho letního bulletinu věnujeme přehledu všech komplexů z řad preparátů Joalis. Tento příspěvek Marie Vilánkové shrnuje všechny komplexy, které pak následně v dalších číslech podrobně rozebere. Pokračuje také seriál o podkapitolách **preparátu Nodegen** – tentokrát se podíváme na Nodegen PSYCH, který má za úkol vyrovnat se se všemi možnými podobami psychologického nátlaku – tj. šikanou, psychickým týráním, stalkingem apod. **Profil terapeuta** jsme věnovali mladému terapeutovi z Brna, Rosťovi Němcovi. I když Rosťa nepůsobí u Joalisu nijak dlouhou dobu, jeho výsledky jsou opravdu výborné. V rubrice **Pel-Mel** se dozvíte, co se děje ve světě zdraví. Velmi inspirativní rozhovor se nám povedlo získat do rubriky **Osobní rozvoj**. Oslovili jsme anglického terapeuta českého původu Jacoba Reimanna, který se ve svém rozhovoru svěřil, že miluje, když může pomáhat lidem a že všechny problémy jsou řešitelné.

Poprvé na našich stránkách uvítáme také cestovatelku a astroložku Alitu Zaurak. Její **Horoskopy** nás budou pravidelně provázet od tohoto čísla. **Pod pokličku** jsme se tentokrát podívali klíštěti, resp. klíšťové encefalitidě, která měla pro jednoho z našich klientů téměř fatální následky. V rubrice **Být ženou** se zamýšlíme nad otázkou kojení na veřejnosti, které v posledních týdnech rozvířilo hladinu českých médií. **Královskou cestu ke štěstí** zasvětil její autor Vladimír Jelínek otázce mužského a ženského vidění světa. Aktuální témata **Opalování a Co s sebou na prázdniny** pro vás rozebrala Linda Maletínská.

Přejeme Vám krásné léto a spoustu klidných prosluněných dnů.

Jitka Menclová

Jitka Menclová, šéfredaktorka

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Číslo bolo spracované s využitím textov z českého vydania bulletin Joalis info 4/2019

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., Budovateľská 1, 038 53 Turany

Distribúcia v SR: MAN-SR s.r.o., Plzenská č.49, 040 11 Košice

Redakčná rada: Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková

Šéfredaktor: Jitka Menclová, j.menclova@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.



Setkání distributorů Joalis 2019

V polovině května letošního roku se ve Špindlerově mlýně uskutečnilo setkání distributorů Joalis ze zemí střední a východní Evropy (CEE). Během nabitého programu se naši kolegové ze Slovenska, Polska, Maďarska, Německa a Rakouska dozvěděli o novinkách a nejdůležitějších změnách, které se firmy dotkly v posledním roce. Pro vedení firmy bylo na druhé straně velmi zajímavé zjistit, jaká specifika mají trhy v jednotlivých zemích. Dlouhé hodiny v konferenční místnosti se na závěr podařilo aspoň trochu odbourat na tanečním parketu. A venku mezitím napadl sníh ☺.



Reportáž: Seminární deň Joalis v Bratislave s Mgr. Máriou Vilánkovou

Dňa 31.5.2019 sa konal seminárny deň Joalis s Mgr. Vilánkovou, predstaviteľkou firmy Joalis. Počas seminára sa zúčastnení oboznámili s novým rozdelením prípravkov Joalis do kategórií a podstatou informačnej medicíny. Mgr. Vilánková sa ďalej venovala aj problematike borelie a emočným preparátom Joalis. Zúčastnení mali možnosť aj diskutovať o jednotlivých témach. Okrem získavania nových poznatkov sa hovorilo aj o jej knihe Léčba informací, ktorú s venovaním osobne odovzdala vyškoleným nováčikom a popriali im veľa úspechov pri začínajúcej práci. Ďakujeme všetkým za účasť a tešíme sa na budúce. Tím MAN-SR s.r.o.





1. **Dreny** – LiverDren, VelienDren, Cordren, UrinoDren, RespiDren, Supertox, Mezeg, Cranium, Cortex
2. **Mikroorganismy** – Antivex, Nobac, Spirobor, Para-Para, Yeast
3. **Toxiny (jedy)** – MindDren, Metabex, Non-grata, Mikrotox
4. **Emoce, stresy a psychosomatika** – Emoce, Streson, Nodegen, Depren
5. **Komplexy** – Activ-Col, Anaerg, Imun, Deuron, Hepar, Pranon, Optimon

Skupina komplexů je nově označována fialovou barvou. Fialová je barva odpovídající nejvyšším frekvencím elektromagnetického vlnění, které lidské oko dokáže vnímat, a vzniká spojením červené a modré barvy. Když se podíváme na naše schéma preparátů, vidíme, že začíná červenými dreny, pokračuje přes žluté mikrobiální preparáty, zelené preparáty na jedy až k modrým emocionálním preparátům. Končí u fialových komplexů. Ty jsou tvořeny skládáním základních skupin a stojí na vrcholu podobně, jako fialová barva na vrcholu barevných frekvencí.

Komplexy jsou zvláštní skupinou preparátů. Jsou tvořeny spojením všech druhů toxinů včetně emočních, které se podílejí na vzniku problému, pro který jsou určeny. Pokud si vzpomenete na základní seminář, kde se věnujeme tomu, jak informační medicína v těle působí, zazněla zde jedna z nejpodstatnějších informací: život **vzniká spojením jednodušších prvků, které jsou spolu propojeny, předávají si informace a vytvářejí celek s mnoha novými schopnostmi, které jejich základní prvky samostatně nemají.** Lidská bytost je tvořena samostatnými živými buňkami, a to, co umíme, je závislé na jejich provázanosti a komunikaci. Když jejich komunikaci zabráníme, bude z nás jen hromada živých buněk na úrovni bakterií a ztratíme veškeré naše schopnosti – jak se pohybovat, vyhledávat a přijímat potravu, neškuličt, psát a myslet. Podobně jsou v mozku za-

kódovány myšlenky spojením mezi jednotlivými neurony za pomoci synapsí. V přírodě jsou všechny informace, znalosti, vzory ukládány do vztahů tvořených sítěmi. Tím, že propojíme jednodušší prvky do sítí, vznikne přidaná hodnota. A stejný princip platí pro **komplexy.** Jejich informační hodnota není dána jen prostým součtem informací, které jsou v daném komplexu obsaženy, ale tím, že jsou spojeny určité konkrétní informace. Vzniká tak preparát, který dokáže velmi efektivně zacílit na toxiny, pomocí imunity je eliminovat a rychle pomoci v řešení konkrétního problému.

Skládání preparátů do celků má obrovský smysl. Jejich spojením vzniká mnohem efektivnější blok, který má větší účinnost, než kdybychom jeden měsíc brali jeden preparát, pak další a tak dále. Podobně, spíše ještě o něco účinněji, pak působí kúry. Propojením tří až čtyř preparátů vzniká jakýsi „superpreparát“. Informace z jednotlivých sólo preparátů zde vstupují do interakcí, vztahů, spojují se a je tak dosaženo mnohem vyšší účinnosti. **Skládání preparátů je úlohou terapeuta a je klíčovou dovedností.** Dobrý terapeut spojuje znalosti, zkušenosti a má také nutnou dávku intuice.

Komplexy a detoxikace

Je nutné si ale uvědomit, že komplex není úplně to samé, jako kúra seskládaná z jednotlivých preparátů, které jsou jeho součástí. Nej-

Náš velký přehled preparátů se pomalu chýlí ke konci. V dnešním díle si představíme přehled všech komplexů, seznámíme se s tím, jak se konstruují a jak se používají. Tím zároveň ukončíme představení všech preparátů Joalis, které jsou v našem sortimentu. Na tento přehled pak volně navážou další díly, kde se budeme podrobněji věnovat určitým okruhům zdravotních problémů a zaměříme se podrobněji na složení komplexů a použití dalších preparátů pro účinnou detoxikaci.

lépe lze tento rozdíl pochopit na příkladu s knihou. A toto přirovnání je výstižné i jinak, protože užívání preparátů informační medicíny je vlastně proces učení. Když klient dostane k užívání komplex, například Anaerg, je to jako by obdržel výpravnou, obsáhlou publikaci pojednávající o alergiích. Byla by v ní kapitola o játrech, které ovlivňují imunitu a metabolismus, ale také o skupině mikrobů, které provokují a aktivují alergické reakce. Další oddíl by se zaměřoval na různé druhy jedů, které jsou typické pro imunopatologická onemocnění, jiný by zase pojednával o psychosomatických souvislostech. Většina z nás by po obdržení a přečtení takové knihy získala povšechný přehled o příčinách své alergie. Pokud bychom ale na druhou stranu dostali třeba tři samostatné menší knihy o játrech, virech a vlivu psychosomatiky na zdraví, dozvěděli bychom se a hlavně si zapamatovali více podrobností o těchto tématech. Nicméně řada souvislostí, které jsme mohli získat právě z vý-

pravné publikace, by nám v případě menších knih unikla. Proto by nejlepším řešením bylo dostat jak obsáhlou knihu, tak i brožuru o játrech, abychom si uvědomili jejich zásadní důležitost ve vzniku alergií. Z hlediska detoxikace tak například ke komplexu **Anaerg**, který řeší alergie, běžně přidáme i preparát na játra **LiverDren**. Tím zajistíme, že detoxikace bude zaměřena na klíčový orgán, tedy játra, a záro-

ná vás napadne, co by se stalo, kdybychom komplexy užívali dlouhodobě – tak, aby se organismus postupně vypořádal se všemi obsaženými toxiny a opravil všechny zasažené orgány i tkáně. Tady hrozí riziko, že organismus přestane „knihu“ studovat. Prostě ho to už nebude bavit, protože bude mít pocit, že to dávno zná. Informace je tedy nutno organismu předkládat postupně, ve formě kúr v různých

notlivých komplexů jsou vybrány informace o toxinech, které jsou typické pro daný problém u většiny populace. Jedná se o konkrétní mikroorganismy, jedy, mikrobiální toxiny, metabolity nebo zatížené tkáně, které se na daném problému podílejí. Obsahují také emoční vzorce, které tvoří psychosomatický obraz potíží. Jejich používáním velmi zlepšíte efektivitu detoxikace, hlavně tedy v prvních kúrách. Zde by „povinným“ preparátem měl být **Imun**, **Activ-Col** nebo **Embrion**, často také **Pranon**, **Hepar**, **Deuron**, ale třeba i **Anaerg**, **Beta-Dren**, **Achol** – vždy podle vyměřených zátěží a problémů. Komplexy pro mateřské orgány jsou důležité ještě z jednoho důvodu. Pomáhají odvádět uvolněné toxiny rychleji ven z organismu. Například při používání **Deuronu** se tělo snaží vylučovat pomocí moči a proto při jeho používání člověk více pije i více močí. Uvolněné toxiny tak zbytečně nezůstávají v krevním oběhu, tělesných tekutinách a tkáních, kdy by mohly škodit a způsobovat i určité detoxikační příznaky. Časté močení, průjem, hlenění, odkašlávání, smrkání, ale i pocení, to jsou pozitivní detoxikační příznaky, které svědčí o zvýšeném odvádění toxinů z těla.

Složení komplexů jsme se rozhodli neuvádět, protože občas v souladu s novými poznatky dojde k některým změnám a tak nechceme, aby byly prezentovány neaktuální informace. Pokud chcete znát aktuální složení jednotlivých preparátů, požádejte svého lektora, nebo si jej najdete na webových stránkách v sekci určené pro přihlášené terapeuty.

Do jednotlivých komplexů jsou vybrány informace o toxinech, které jsou typické pro daný problém u většiny populace. Obsahují také emoční vzorce, které tvoří psychosomatický obraz potíží.

veň si organismus z komplexu nasnímá potřebné souvislosti, které se týkají jater, alergií a dalších toxinů.

Komplexy tak mají v detoxikaci své pevné místo. Mohou přinést řadu souvislostí, které jsou klíčové. Zároveň ale vzhledem k jejich informační obsáhlosti nemůžeme předpokládat, že během jedné kúry vyřeší všechny typy toxinů a zátěží, které v sobě obsahují. Často je to i fyziologicky nemožné, protože v těle je množství mikroorganismů a imunita má určitou kapacitu, tedy omezený počet imunitních buněk, kterými proti vetřelcům může zasáhnout. Mož-

souvislostech. Jedině tak může dojít k opravdovému pochopení a uložení potřebné informace. V životě musíme informaci vnímat v různých souvislostech, abychom ji do hloubky pochopili a uměli ji používat v odlišných situacích. A to samé platí pro používání informačních preparátů.

Dobry zkuseny terapeut vkládá do procesu detoxikace a do sestavování jednotlivých kúr své znalosti a poznatky z praxe. Firma Joalis své dvacetileté zkušenosti zase vložila do řady komplexů, které se vyvinuly do seskládaných preparátů s velmi vysokou účinností. Do jed-

Komplexy s informační a účinnou složkou – kapsle a vitaminy

Activ-Col

Unikátní preparát zaměřený na **obnovu prospěšného mikrobiomu** celého trávicího traktu. Pomáhá zvýšit druhovou pestrost; čím je bohatší, tím je člověk zdravější. Kapsle kromě probiotik i prebiotik a zklidňujícího heřmánku obsahují také informační složku, která pomáhá vytvářet a udržovat zdravé prostředí střeva. Tato složka směřuje imunitu k potlačení přítomnosti patogenních druhů, na druhé straně umí spolu s enterálním nervovým systémem vést k podpoře prospěšných druhů a zvyšování mikrobiální pestrosti. Zdaleka to nejsou jen laktobacily a bifidobakterie. Patří sem například některé druhy Bacteroidů, Akkermanií, Rumonococů. Některé druhy by měly být vyvážené, jako třeba Methanobakterie, Enterobakterie jako Escherie, Proteus a další. Pokud tyto druhy ve střevě chybí nebo nejsou v potřebné rovnováze, začne zde vznikat zánět, který ovlivní imunitní systém celého organismu. Chudý a rozvrácený střevní systém vede nejen k obezitě, vzniku karcinomů nebo alergií, k metabolickým onemocněním či autoimunitním problémům, ale i k psychickým poruchám jako je úzkost, deprese, atd.



Activ-Acid

Používá se při překyselení organismu, k odstranění solí vzniklých překyselením a ke zlepšení prostředí střeva, zlepšuje vstřebatelnost vitaminů a minerálů. Kapsle obsahují mořské minerály, inulin a křemík. Hlavní složkou je Aquamin TG, čistě přírodní multiminerální komplex získávaný z mořských řas. Preparát obsahuje celou škálu minerálů a stopových prvků: vápník, hořčík, železo, zinek, mangan, selen, jód a řadu dalších. Obsahuje také informační složku, která navádí imunitní systém na toxiny způsobující překyselení organismu a zároveň upravuje a normalizuje prostředí ve střevě. Trávení potravy a metabolismus, spalování živin – to vše je hlavním zdrojem kyselých iontů, které mohou toxicky poškodit buňky, způsobit jejich záněty a vést k poškození orgánů včetně citlivého nervového systému. V kyselém prostředí vzniká velké množství solí, které se usazují v tkáních, poškozují je a stávají se materií pro vznik mikrobiálních ložisek. Preparát **Activ-Acid** zvyšuje vstřebávání minerálů a nastavuje iontovou rovnováhu, která je důležitá pro udržení správného pH krve. Informační složka řeší řadu příčin překyselení včetně duševního vypětí, strachů a úzkostí, které zabraňují dobrému okysličování těla a eliminaci kyselých iontů pomocí dýchání.

Základní lihové komplexy

Achol

Preparát zaměřený na poškozený metabolismus tuků. Pomáhá při zvýšeném množství tuků v krvi včetně zvýšeného cholesterolu. Pokud jsou stěny cév narušeny mikroorganismy, typicky například herpetickými viry, salmonelami či chřipkovými viry, dochází k ukládání tuků do jejich stěn. Vznikají tak nebezpečné aterosklerotické plaky, které zvyšují riziko kardiovaskulárních chorob a také díky nim dochází ke zvyšování krevního tlaku. Komplex je zaměřen na detoxikaci tukové tkáně od nejčastějších toxinů životního prostředí včetně toxických kovů a chemických látek.

AkneDren

Řeší problémy kůže všech typů žláz: rozšířené póry, vznik akné, tvorbu vrážd, záněty mazových žláz, vlasových a chlupových cibulek. Rozšíření mazových žláz a nadměrnou tvorbu mazu totiž způsobuje hormonální nerovnováha s převahou mužských pohlavních hormonů toxickým zatížením jater, stresem nebo nerovnováhou ve vegetativním nervovém systému. V tomto prostředí se pak řada mikroorganismů přemnoží. Typicky jde o koky, anaerobní bakterie a také některé druhy roztočů jako Demodex. Ten je typický u akné žen středního věku.

Anaerg (Analg)

Používá se u všech typů alergií vyvolávaných potravinami, prachy, pyly a dalšími alergeny. Účinný je při senné rýmě, zánětu nosu a časté nemoci, dále při kožních problémech, ekzémach a problémech se zažívacím traktem jako jsou časté bolesti břicha, nevolnosti, průjem. Je vhodný i při refluxu, pálení žáhy a psychických problémech jako je neklid, nespavost a neschopnost dlouhodobější koncentrace. Odstraňuje toxiny z životního prostředí jako toxické kovy, chemické látky, které dýcháme, toxiny z potravin a kosmetických produktů. Tyto látky zatěžují nervový systém, který reaguje zánětem a dochází k rozvratu řízení imunitního systému. Součástí je detoxikace všech imunitních tkání a mikroorganismů, které imunitní systém provokují a mohou být spouštěčem alergických reakcí.

Anagin (Angin)

Vhodný při časté nemoci hlavně bakteriálního původu, opakovaných angínách, zánětech dýchacích cest, zvětšených mandlích a dlouhodobě zduřených uzlinách kdekoli v těle. Je zaměřen na detoxikaci lymfatického systému a důležitých imunitních center jako jsou mandle, brzlík, kostní dřeň, appendix, slezina. Detoxikuje i samotné imunitní buňky, které jsou často napadány infekcemi a doslova je paralyzují. Zaměřuje se na odstraňování ložisek streptokoků, respiračních virů a dalších bakterií, které mohou přežívat v lymfatickém systému a v hlenu na sliznicích.

Astex (Astmex)

Preparát zaměřený na problémy dýchacích cest, včetně opakovaných laryngitid a astmatu. Specializuje se na detoxikaci nervového systému, kterým jsou dýchací cesty ovládnuty. Často například u astmatu probíhá zánět v periferním nervovém systému – ten je pak příčinou alergických a astmatických problémů. Je také určen na odstranění mikrobiálních ložisek a virových zátěží z oblasti dýchacího systému

a přilehlých oblastí. Typicky se jedná o adenoviry, rinoviry, RSV viry, ale i borrelie. Pracuje i s psychosomatickou složkou astmat a problémů s okruhem plic.

BetaDren

Řeší problematiku poruchy metabolismu sacharidů. Ta se typicky projevuje glykemickými poruchami, postupně dochází k inzulinorezistenci a rozvoji diabetu II. typu. Inzulinorezistence má negativní vliv nejen na tělo, ale i na mozek, negativně ovlivňuje náladu snížením produkce serotoninu, což vede k depresivnosti, úzkostem, podrážděností a typickým migrénám. Inzulinorezistence je hormonální rozvrat a je příčinou metabolického syndromu, civilizačního onemocnění, kdy vzniká obezita typu jablko. Typický je pro něj i vysoký krevní tlak a postupně dochází i k poruše metabolismu tuků a zvýšeným hladinám tuků.

Candid

Komplex zaměřený na odstranění kvasinek z organismu a odstranění příčin, proč se v těle přemnožují. Řeší vaginální výtoky způsobené přemnoženými kvasinkami. Je vhodný i pro muže, kteří sice netrpí takovými problémy jako ženy, ale mohou být přenašeči kvasinek. I u nich kvasinky negativně působí na pohlavní orgány. Je vhodný i při střevních problémech, kde je podezření na přemnožené kandidy. Ty se mohou dostávat i do dalších částí trávicí trubice včetně úst, přilehlých dutin a středouší a způsobovat opakované záněty.

Calon (Colon)

Širokospektrální komplex, který je určen na kompletní střevní očistu a pomáhá při průjemech, zácpách, nadýmavosti a dalších střevních problémech. Je primárně zacílen na detoxikaci orgánů a struktur, které střevo ovlivňuje, na odstranění mikrobiálních ložisek, chronických infekcí, potlačení patogenních mikroorganismů ze struktury a prostředí střeva. Řeší i psychosomatické příčiny problémů se střevy a vyprazdňováním. Preparát **Calon** je vhodným doplňkem k preparátu **Activ-Col** (nebo **Embrion**), který je zaměřen na obnovu střevního mikrobiomu. Při dlouhodobých střevních a imunitních problémech doporučujeme oba preparáty postupně využívat. Spíše ale odděleně, tak, aby byl plně využit jejich potenciál.

Deuron

Věnuje se problémům močových cest a ledvin, opakovaným zánětům močového ústrojí. Problémy s ledvinami a močovým systémem se mohou projevovat bolestmi při močení, slabým nebo přerušovaným proudem moči či častým močením. Častým toxinem jsou v tomto případě mikrobiální zátky – enterobakterie pronikající z osídlení ve střevě. Jde o přemnožené patogenní druhy, kvasinky, ale třeba i chlamydie, mollicuty a řadu dalších. Mikroby a jejich toxiny pak dále pronikají do břišní dutiny a jsou častou příčinou zánětlivých procesů, které se projevují neurčitými bolestmi pod bříškem. Toto napadení je rizikové hlavně pro ženy, protože pak způsobuje obtíže v gynekologických orgánech a má na svědomí problémy s plodností, předčasnými porody, výtoky, endometriózou apod.

Ekzex (Ekzemex)

Řeší ekzémy a další záněty a problémy kůže. A to jak u atopických ekzémů, různých typů imunopatologických reakcí, způsobených ▶

drážděním jídlem, pyly, prachy, ale i například u následků použití kosmetických prostředků, oblečení a všeho, co kůže dráždí. Zároveň z kůže a všech jejích struktur odstraňuje patogenní mikroorganismy, které způsobují její chronický zánět a spolupodílí se na fixaci ekzematických ložisek. Preparát řeší i psychosomatické příčiny problémů s kůží – těmi jsou především úzkostlivost, sociální nejistota a potlačená agresivita.

Embrion

Řeší mikrobiom trávicího traktu, který má vliv na imunitu a metabolismus. Informační složka je u tohoto preparátu stejná jako u **Activ-Colu**. Pokud použijete tento preparát a doplníte ho živými bakteriemi, například z kysaného zelí nebo jiné kvašené zeleniny, ze zkvašených mléčných produktů s živými bakteriemi, dosáhnete stejného efektu. Tento preparát může pomoci také při akutních problémech se zažívacím traktem například i při cestování.

Epigen

Je zaměřen na detoxikaci struktur, které nesou genetickou informaci ve formě DNA i epigenetických nastavení. Změny v těchto strukturách se projevují nejčastěji poruchami imunity, jakými jsou imunopatologické poruchy – například autoimunitní onemocnění, alergie, intolerance, snížená protinádorová imunita. Přípravek je vhodný i při různých heterozygotních genetických poruchách.

Fatig

Odstraňuje příčiny dlouhodobé únavy a nedostatku vitality. Pokud jsou dlouhodobě neřešené, mohou přerůst až v chronický únavový syndrom. Detoxikuje také retikulární formaci, která v mozku reguluje tlumivě a aktivaci funkce, podílí se na řízení spánku a bdělosti, řízení hybnosti a vegetativních funkcí. Častou příčinou dlouhodobých únav je oslabení imunitního systému a vznik chronických zánětů v těle. Ty mohou způsobovat například herpetické viry (EBV, CMV), chlamydie, borreliie, kvasinky, polyomaviry, retroviry... Preparát je zaměřen na obnovu obranyschopnosti organismu a odstranění těchto chronických infekcí.

Fluorex

Je zaměřen na řešení chronických gynekologických výtoků různého původu. Neřešené výtoky jsou nejčastější příčinou napadení sliznic papillomaviry s rizikem vzniku změn a nádorů na děložním čípku, ale i dělohy a dalších orgánů. Poškozené prostředí sliznic pohlavních orgánů hraje důležitou roli v neplodnosti mužů i žen. Patogenní infekce jako ureaplasmy, chlamydie, streptokoky, trichomonády působí velmi negativně na vyvíjející se plod a jsou nejčastější příčinou předčasných porodů, velkých poporodních zranění nebo špatně se hojících tkání. Preparát pomáhá i při problémech s menstruací způsobených poškozenou sliznicí jako například u endometriózy.

Gastex

Komplex určený na žaludeční problémy, vředy. Pomáhá při nevolnostech, pálení žáhy a refluxu.

Reflux často způsobuje nejen pálení žáhy, ale i problémy v ústní dutině, zvýšenou kazivost zubů i zápach z úst. Řeší jak mikrobiální příčiny narušení sliznic, tak i nervové zatížení a psychosomatické zatížení, které může negativně ovlivňovat napětí svěračů žaludku.

Hepar

Odstraňuje nejčastější toxické zátěže jater a žlučníku. Je vhodný při všech problémech s játry a se žlučníkem, při pálení žáhy, opakovaných nevolnostech, problémech s trávením. Játra jsou často napadena patogenními infekcemi ze střev, jako jsou salmonely, enteroviry, coxsackie, herpetické nebo hepatické viry. Tyto patogeny snižují pak jejich výkonnost. Projevuje se to zvýšenou toxickou zátěží v celém těle, typicky chemickými látkami, rtutí či dioxiny, které se ukládají do tukových tkání a poškozují celý organismus a metabolismus tuků. Preparát řeší i emocionalitu jater, pocit agrese a hněvu, při poškození emočních vzorců dochází k imunopatologiím jako jsou alergie, autoimunitní pochody, ekzémy a intolerance. Játra také výrazně ovlivňují protinádorovou imunitu.

Hyperton

Je určen k odstraňování obvyklých příčin vysokého krevního tlaku. Typicky jsou to zatížené ledviny, srdce i celý srdeční oběh. Kromě řady toxinů, které poškozují endotel cév, kam se ukládají tuky a vznikají aterosklerotické pláty (ty jsou pak mechanickými překážkami plynulého proudění krve), působí na tlak hlavně naše psychika při prožívání stresu. Produkce stresových hormonů negativně ovlivňuje nastavení baroreceptorů a dochází k postupnému zvyšování hladin krevního tlaku. Preparát je zaměřen i na detoxikaci tkání produkujících stresové hormony a řešení příčin prožívání stresu.

Imun

Jeden z nejdůležitějších preparátů ze sortimentu Joalis. Je zaměřen na celkové zlepšení imunity, její správné posílení a nastavení důležité rovnováhy. Užívá se při všech imunitních problémech, při časté nemocnosti, oslabené imunitě. Preparát je zaměřen na detoxikaci všech orgánů, které se podílí na imunitě a jejím řízení, včetně samotných imunitních buněk, lymfatických uzlin, plaků, kostní dřeně, brzlíku, mandlí, jater, sleziny a komplementu. Odstraňuje z těla mikrobiální zátěže, které negativně ovlivňují imunitní reakce, působí imunosupresivně a způsobují rozvrat řízení imunity. Jsou to například borreliie, herpetické infekce, adenoviry, retroviry, erythroviry, babesie, rickettsie (anaplasmy, ehrlichie...) a řada dalších.

Liposlim

Je komplex, který řeší problematiku „zpomaleného“ metabolismu, spalování energie v mitochondriích uvnitř buněk. Při uvolňování živin se část energie přeměňuje na teplo. Při nedostatku energie způsobeném například dietami, ale i třeba při nedostatku hormonů štítné žlázy, je proces spalování přiškrten a vzniká tak méně tepla, ale bohužel i větší množství volných radikálů, které pak poškozují buňky a způsobují jejich záněty a degeneraci. Proces správného spalování je řízen tvorbou UPC proteinů, jejichž tvorbu preparát podporuje. Ovlivňuje i proces ukládání tuků do organismu a zlepšuje leptinorezistenci, která je jednou z příčin obezity.

Mediator

Komplex, který pomáhá zastavit zánětlivé procesy v těle i autoimunitní onemocnění. Pomáhá vytvářet rovnováhu v produkci účinných mediátorů – všech produktů imunitních a nervových buněk jako jsou různé typy cytokinů, neuromodulátorů, neurohormonů, neuroefektorů... Preparát odstraňuje i nadbytek biogenních aminů, které zasahují do cytokinových sítí a do organismu se mohou dostávat například z potravy skrze propustné střevo a jsou mohutným iniciátorem imu-

nopatologických reakcí na potraviny. Dobře působí i při revmatoidní artritidě.

Metabol

Je zaměřený na opravu metabolismu, zvláště procesu trávení a vstřebávání potravy. Kromě detoxikace základních tkání, které se na těchto procesech podílejí, pomáhá obnovovat zdravý střevní mikrobiom. Ten je pro metabolismus klíčový a ovlivňuje i proces ukládání tuků do tkání. Je vhodný při všech intolerancích, protože pomáhá aktivovat potřebné vytváření enzymů pro rozklad potravy na základní složky.

Optimon

Byl vytvořen pro vylepšení protinádorové imunity. Při jejím selhání dochází k tvorbě zhoubných i nezhoubných nádorů, ale například i k tvorbě polypů, cyst a dalších poškozených tkání. Změněné a poškozené buňky vznikají díky řadě toxinů, chemických a radioaktivních látek, karcinogenů, velmi často také působením onkogenních virů. A právě proti těmto toxinům a onkovirům je preparát zacílen.

Pranon (Pulmo)

Řeší problémy s dýchacím systémem při časté nemoci. Je vhodný při suchém, ale i vlhkém dlouhodobém kašli, dýchacích potížích, zadýchávání se, častých zánětech horních cest dýchacích různého původu. Odstraňuje nejen mikrobiální zátky z dýchacích cest, ale i další toxiny ze vzduchu, ze spalování, smogu, výfuků aut, kouření. Řada těchto toxinů včetně respiračních virů narušuje řasinkové buňky na sliznici dýchacích cest a zabraňuje jejich efektivnímu čištění. Na takto narušené sliznici pak dosedají bakterie a další infekce, způsobují záněty a pronikají snadno do celého organismu. Pranon je velmi komplexní preparát, který řeší i obvyklé zátěže srdce, které je s plícemi úzce propojeno. Hodí se tak nejen při problémech s dýcháním, ale i při srdečních problémech.

Regular

Je zaměřen na ženské potíže. Řeší především hormonální nerovnováhu, která je hlavní příčinou nepravidelné, bolestivé a nefyziologické menstruace. Je zaměřen na detoxikaci hormonálních tkání a toxinů, které působí jako hormonální rušiče a negativně ovlivňují zmíněnou rovnováhu. Detoxikuje i tkáň, které produkují pohlavní hormony po vyhasnutí vaječníků, je tedy vhodný i při problémech v přechodu. Používá se také při hormonálních příčinách neplodnosti, neschopnosti donosit plod a kojit.

Relaxon

Zklidňující komplex, který je se používá ve stavech psychického stresu a vyčerpání organismu. Lze ho používat i mimo kúry nebo jako doplněk jiných kúr. Působí relaxačním způsobem, podporuje vytváření a rovnováhu hormonů dobré nálady serotoninu a dopaminu. Lze jej používat i při problémech s usínáním, v období zvýšeného stresu, starostí, smutku. Je to komplexnější preparát než Streson, který je mimo jiné také jeho součástí.

Řada Abelie

Jde o fruktózové sirupy pro dospělé, které ale mají stejné nebo podobné složení jako lihové komplexy. Lze je zároveň používat i pro děti, i když na obalu je napsáno, že jde o preparáty pro dospělé. Je to kvůli legislativě, u které platí jiná pravidla pro schvalování produktů pro děti a jiná pro dospělé. Složení je ale velmi podobné.

- **Abelie Alergis** = **Anaerg** – potíže alergického původu
- **Abelie Capitulis** – bolesti hlavy, odstraňuje z mozku zejména neuroinfekce. Je tvořena spojením preparátu **Cranium** a detoxikací nejčastějších neuroinfekcí zahrnujících borreliu nebo arbo infekce přenášené krev sajícím hmyzem (například klíšťová encefalitida a další)
- **Abelia Centralis** = **Pranon** – problémy v oblasti srdce, plic a průdušek
- **Abelia Circulus** = **Veron** + **Achol** – řeší problematiku metabolismu tuků se zaměřením i na cévní a žilní systém
- **Abelia Colonum** = **Calon** – optimalizuje činnost střev
- **Abelia Donnis** – spojuje komplexy **Regular** + **Fluorex** a je zaměřena na řešení ženských problémů, od hormonální nerovnováhy, projevující se typicky jako problémy s menstruací, až po opakované výtoky různého původu
- **Abelia Eksemis** = **Ekzex** – je zaměřena na problémy s kůží a ekzémy
- **Abelia Fatigis** = **Fatig** – únava a nedostatek vitality
- **Abelia Immunitas** = **Imun** – řeší problémy s poškozenou, oslabenou imunitou, upravuje ji do rovnováhy, posiluje schopnosti odstraňovat infekce
- **Abelia Lymfatis** = **Anagin (Angin)** – opakované angíny, problémy v lymfatickém systému, zduření uzlin
- **Abelia Metabolis** – spojuje preparát **Metabol**, který řeší obecně problematiku poruch metabolismu, při kterých vzniká řada metabolitů a také **Metabex**, který tyto toxické metabolity vylučuje. Je vhodná při všech typech imunopatologií
- **Abelia Optimalis** = **Optimon** – prevence nádorů, zlepšuje protinádorovou imunitu
- **Abelia Relaxonis** – zklidňující preparát, který se používá při psychickém stresu a vyčerpání, navozuje pohodu a pomáhá v procesu relaxace. Spojuje komplexy **Relaxon** a **Emoce**
- **Abelia Solis** – řeší problémy v oblasti žaludku, jater a slinivky. Je tvořen spojením komplexů **Gastex** + **Hepar**.
- **Abelia Spinalis** = **Vertebra** – určeno na odstraňování příčin bolestí zad a kloubů
- **Abelia Urinalis** = **Deuron** – řeší problémy močových cest a ledvin, opakované záněty

Veron (Venaron)

Komplex určený pro řešení problémů s krevním oběhem a při vzniku křečových žil. Ty vznikají, pokud jsou stěny žil a žilní chlopně jsou a krev se v nich městná. Cévní a žilní stěny mohou být poškozeny řadou mikroorganismů – streptokoky, helikobakteriemi, chlamydiemi, herpetickými viry, chřipkovými viry a řadou dalších. Ty pak ničí vazivovou strukturu žil, které ztrácejí svoji potřebnou pružnost. Ve stěnách cévního systému se mohou ukládat i neodstraněné imunokomplexy, snadněji pak dochází k zánětům, které přinášejí riziko krevních sraženin.

Vertebra

Komplex určený na očistu páteře. Její toxické zatížení se projevuje bolestmi a napětím v oblasti zad, krku, ale i hlavy. Časté bolesti hlavy, problémy s pohyblivostí, citlivostí, s bolestí končetin, kloubů, špatnou motorikou či prokrvením končetin, mohou mít společnou příčinu, a to nějaký problém v páteři. Mícha a její gliový systém jsou často napadány řadou mikrobů, které se snaží obejít hemoencefalitickou bariéru a do mozku se dostat přímým propojením přes periferní systém a míchu. Takovým typickým příkladem jsou borrelie a herpetické viry.

Rada sirupů Bambi

Tato rada je určena pro děti od tří let. Podobně jako u **Abeliu** je ale omezení použití regulováno hlavně z legislativních důvodů, protože schvalování preparátů pro mladší děti podléhá velmi přísným regulím. Z logického hlediska to ale nedává příliš smysl, protože děti přibližně od jednoho roku věku už začínají přijímat běžnou stravu a ta samozřejmě žádnému schvalování nepodléhá. Záleží hlavně na posouzení rodičů, co svým dětem podají k jídlu. Podobně je to u preparátů **Bambi** – rodiče je tedy mohou podat i mladším dětem, které již přijímají jinou stravu než jen mateřské mléko. Existuje možnost používat i komplexy pro dospělé u dětí ve formě natírání na citlivá místa na těle (bříško, předloktí).

Detoxikace dětského organismu je obecně jednodušší a převážně rychlejší než u dospělých. Většina komplexů je tedy ještě o něco složitější než rada pro dospělé bez snížení jejich účinnosti. Pokud dítě nemá větší množství psychických bloků a traumat, často stačí podat pouze komplexy a účinnost je podobná jako u skládaných kúr.

- **Bambi Analerg** – podobný preparátu **Anaerg**. Je zde navíc zdůrazněna detoxikace gliového systému, který bývá často zatížen při očkování. Řeší také problematiku psychocyst, které často vznikají v prenatalním a postnatalním období a mají obrovský vliv na imunitu.
- **Bambi Angin** – má stejné informační složení jako **Anagin**, vhodný při angínách a časté nemocnosti.
- **Bambi Auricul** – určen na záněty středního ucha, příčinou jsou typické infekce. Je vhodný i při všech problémech se sluchem i s ušima, jako je pálení, svědění, zalehnutí, praskání, tlak nebo šumění v uších. Tento preparát může pomoci i někdy zdánlivě nepozorným, neposlušným dětem, u nichž je příčinou problémů špatné vnímání zvuků a následně i slov.
- **Bambi Hyperaktiv** – pro všechny děti s poruchami učení a psychického vývoje, motorického a jiného neklidu, při nepozornosti a impulsivitě. Je zaměřen na detoxikaci mozkových struktur, řeší problémy s nadměrnou aktivací glií. Tu můžeme přirovnat k imunopatologické reakci mozku, která je příčinou vývojových poruch a brání vývoji a dozrávání nervového systému. Preparát z něj odstraňuje nejčastější mikrobiální i metabolické zátěže.
- **Bambi Nasal** – preparát určený pro detoxikaci dutin. Vzniká spojením preparátů **Imun** (komplex na imunitu), **Gripin** (respirační viry), **TonsilaDren** (detoxikace lymfatického systému hltnu a hrtnu) a **SinuDren** (dutiny). Je vhodný při rýmě, pocitech ucpaného nosu, při problémech s čichem, chronickém zahlnění a časté nemocnosti. Chronický zánět dutin může být i příčinou bolestí hlavy. Je zaměřen na odstraňování virových ložisek, která jsou příčinou opakovaných zánětů dutin a horních cest dýchacích.
- **Bambi Bronchi** – komplex určený pro všechny problémy s dýchacím traktem, při suchém, ale i vlhkém dlouhodobém kašli, dýchacích problémech, častých zánětech horních cest dýchacích různého původu. Vzniká doplněním komplexu o **Pranon** a **Nodegen** (traumata, psychocysty) a také o **Mezeg** (detoxikace glií z očkování, metabolity lepku a mléka). Odstraňuje nejen mikrobiální zátěže z dýchacích cest, ale i další toxiny ze vzduchu pocházející ze spalování, smogu, výfuků aut, kouření. Psychocysty, opouzdřené psychické zátěže, mohou být příčinou oslabené imunity a opakovaných zánětů dýchacích cest.
- **Bambi Cutis** – je zaměřen na očistu kůže a orgánů, které s kůží souvisí. Dětská pokožka je velmi citlivá a často reaguje nejen ekzematickými projevy, ale i výsevem různých pupíků, vyrážek, vznikem opruzenin a jiných zánětů. Prvními příznaky problémů s kůží bývá suchost a hrubost. Přípravek je vhodný při všech kožních problémech včetně dětských ekzémů, mikrobiálních zánětů způsobených bakteriemi, ale i plísněmi. Pomáhá i při kožních problémech v oblasti včetně operů a aftů.
- **Bambi Enurex** – řeší pomočování, problémy s ledvinami a s močením, opakované záněty močových cest. Je tvořen **Deuronem**, protože mikrobiální zátěže se nevyhýbají ani malým dětem. Častou příčinou bolestí břicha, ale hlavně podbřišku, mohou být například chlamydie. Jsou to ale i enterobakterie, mollicuty, kvasinky. Kvůli detoxikaci nervových struktur obsahuje také **Neuron** a **Vegeton**, které řídí močový systém. Jeho součástí je i emoční složka, která ovlivňuje prožívání úzkosti a strachů.
- **Bambi Estomag** – je zaměřený na žaludeční potíže, nevolnosti, problémy s trávením, bolesti břicha jak organického, tak i psychosomatického původu. Řeší také pálení žáhy nebo refluxy u dětí. Je to vhodný preparát i při nechutenství dětí. Kromě preparátů **Gastex**, **Nodegen** a **Mezeg** obsahuje i Streson a pomáhá tak zvládat stresové situace ve škole, v kolektivu. Stres se často projevuje stažením okolo žaludku a vede k usazování toxinů v oblasti břicha a následným problémům.
- **Bambi Imun** – je spojením unikátního komplexu **Imun**, zaměřeného na obnovu zdravé imunity, a preparátu **Mezeg**, určeného na detoxikaci glií od mikroorganismů, očkování a metabolitů. Používá se při opakovaných virózách, zvýšené nemocnosti, angínách a jiných

onemocněních. Je vhodný i při různých vyrážkách na kůži infekčního původu. Řeší také psychické příčiny snížené imunity.

- **Bambi Laryng** – je zaměřený na problémy dýchacích cest, včetně opakovaných laryngitid a astmatu. Je podobný jako preparát **Astex**, který se věnuje detoxikaci nervového systému, kterým jsou dýchací cesty ovládnuty. Dále pomáhá s odstraněním mikrobiálních ložisek a virových zátěží z oblasti dýchacího systému a přilehlých oblastí. Pracuje i s psychosomatickou složkou astmat a problémů s okruhem plic.
- **Bambi Symbiflor** – je informačně stejný jako preparát **Embrion** a komplexně řeší problematiku mikrobiomu trávicího traktu a prostředí střeva. Je to jeden z preparátů, podobně jako **Imun**, který tvoří naprostý základ detoxikace. Zdravě osídlené střevo je velmi důležité pro zdravý imunitní systém a pro nepropustnost střeva. Střevní bariéra brání vniku toxinů a nestrávené potravy a předchází tak problémům s alergiemi a dalšími reakcemi na potraviny. **Bambi Symbiflor** se používá u všech alergií, časté nemoci, u častých zánětů močových cest a při všech dětských chronických problémech, protože střevo zásadně ovlivňuje celou imunitu.

Sirupové komplexy Bambiharmoni

Řada preparátů **Bambiharmoni 1–5** je určena pro komplexní, celkovou detoxikaci dětského organismu. Je zaměřena na odvedení nejčastějších toxinů, které způsobují zdravotní problémy. Preparáty by se měly užívat jeden po druhém, jedná se tedy přibližně o pět kúr. V případě potřeby se užívání může zrychlit a preparát **2 a 3** užívat na jednu, podobně to jde i u **Bambiharmoni 4 a 5**.

- **Bambiharmoni 1** – zlepšuje imunitu, je zaměřen na odstraňování emocionálních bloků a detoxikaci mateřských orgánů – játra, plíce a slezinu. Zátěž těchto orgánů je součástí imunopatologií a jejich detoxikace výrazně zlepši činnost imunity, neb zajišťuje její potřebnou rovnováhu.
- **Bambiharmoni 2** – je zaměřen na detoxikaci zbývajících orgánů pentagramu, na ledviny a srdce. Tyto orgány jasně ovlivňují emocionalitu dítěte. Zátěž ledvin často souvisí s pocitem strachu, úzkosti, ale i s neobratností, častými drobnými úrazy. Ledviny mají vliv na nervový systém – jeho kompletní detoxikace je také součástí tohoto preparátu. Zátěž nervového systému se může projevat i ve formě různých poruch vývoje.
- **Bambiharmoni 3** – věnuje se detoxikaci od všech mikrobiálních zátěží. Typicky jsou to různé viry, které napadají imunitní tkáň, nervový systém, kůži, dýchací systém, a způsobují řadu problémů. Viry na sliznicích dýchacích cest mohou být i spouštěčem alergií, astmatu, mikrobiální zátěže. Bakterie způsobují opakované záněty. Problémy způsobují i kvasinky ve střevech, odtud opakovaně napadají sliznice a podílí se na časté nemoci.
- **Bambiharmoni 4** – je určen na odvod toxinů ze životního prostředí. Typicky jsou to různé chemické látky ze stravy matky i dítěte, z hraček a dalších předmětů, se kterými přicházíme denně do styku. Častá je i zátěž těžkými kovy jako je rtuť, olovo, mohou to

Řada Bambi Oil

Olejičky Bambi jsou koncipovány pro nejmenší děti, miminka. Pro toto období je nejrizikovějším faktorem vznik alergie a výsev atopického ekzému. Bambi oleje by se měly používat tak, že se postupně střídají jeden po druhém. Malé množství se namaže na kůži, kterou doporučujeme jemně promasírovat. Olejičky je možné střídát po dnech, ale i po delším časovém intervalu, cca po týdnu. V případě potřeby je lze užívat i samostatně a opakovaně.

- **Bambi Oil 1** (s měsíčkem lékařským a vitamínem E) – je zaměřen na nervový systém, detoxikuje ho od nejčastějších toxinů včetně očkovacích látek. Součástí preparátu je i odstraňování emocionálních bloků, psychocyst a dalších skrytých traumat získaných v období těhotenství matky a raném dětském věku. Tyto emoční zátěže mají často velký vliv na imunitu a hormonální systém a ovlivňují chod celého organismu.
 - **Bambi Oil 2** (s rakytníkem a vitamínem E) – věnuje se zlepšení imunity a odstraňování mikrobiálních zátěží, typicky virů napadajících imunitu a nervové buňky, kůži, dýchací systém, a jsou často spouštěčem alergií. Z bakterií jsou to typicky streptokoky. Mikrobiální zátěže jsou příčinou časté nemoci, zánětů středního ucha, zářivacích problémů a dalších potíží. Součástí je i detoxikace od borelií, které mohou být vrozené a mohou mít nepříznivý vliv na vývoj nervového systému.
 - **Bambi Oil 3** (se šípem, bisabololem a vitamínem E) – odvod metabolitů a dalších toxinů, které vznikají při trávení. Do organismu se dostávají i prostřednictvím potravy, mateřským nebo umělým mlékem a často zatěžují nervový systém. Odvádí také toxiny získané ze životního prostředí – chemické látky, toxické kovy, rezidua léků, antibiotik z vody a potravy. Řeší i emoční zátěže, které působí na vylučovací orgány a tkáň. Zabraňují následnému vyloučení toxinů z těla a naopak jsou příčinou jejich ukládání.
- být ale i rezidua léků, antibiotik z vody a potravy. Důležitou součástí preparátu je i detoxikace gliového systému. Ten bývá často zatížen toxickými kovy, chemickými látkami a toxiny z očkovacích vakcín. Spojení detoxikace gliu a zátěží z očkování vytváří velmi účinný preparát pro odstraňování všech toxinů vpravených do organismu očkovacími látkami.



- **Bambiharmoni 5** – je zaměřen na odvod metabolitů a dalších toxinů, které vznikají při trávení a také se do organismu dostávají prostřednictvím potravy. Tyto toxiny, hlavně bílkoviny z lepku a mléka, často zatěžují nervový systém. Součástí preparátu je detoxikace nejčastěji zatížených nervových struktur jako je vegetativní a periferní nervový systém. Toto zatížení se může projevat častými nevolnostmi, neurčitými bolestmi břicha, refluxem, ale i zhoršenými motorickými schopnostmi (hlavně jemné motoriky). Zátěž periferního systému může být i příčinou astmatu a ekzému.

Marie Vilánková





Nodegen PSYCH pomáhá odstranit následky ublížení, které nám způsobili jiní lidé

Příkoří způsobená ostatními lidmi zažil asi úplně každý z nás. A téměř každý se tohoto prohřešku byť neúmyslně dopustil na svých dětech, spolužácích či partnerech. Preparát emoční skupiny Nodegen PSYCH se s těmito zážitky pomáhá vyrovnat.

Oblečený do maskáčů se malým autem pokouším projet podzemním labiryntem velmi spleťtých a úzkých chodeb a chodbiček, kam se vozidlo sotva vejde. Ve spoře osvětlených koridorech se stále objevují další a další dveře – je to typ pokojových dveří s hnědou bakelitovou klikou, které si pamatuji z dětství. Každé dveře otevírám se strachem, protože mám obavu ze setkání s vojáky, o kterých nikdy nevím, zda stojí na naší nebo na nepřátelské straně. Za

jedněmi z dveří mne zastaví nějaký muž a ukazuje mi dlouhý černý teleskop s optikou. Ptá se, jestli vím, co to je. V zařízení rozpoznávám laserové dělo určené k ničení letadel – muž má z mého postřehu velkou radost. Moje pocity jsou však smíšené a zájem o celou tu věc vlastně jen předstírám – obávám se totiž jeho reakce v případě, že bych mu odporoval... Pokračuji dál podzemním labiryntem. Náhle proti mně vyjíždí velký nákladník, který je plně naložen dlouhými kládami. Zastavíme – jeden z nás musí uhnout, oba se nevejdeme. Řidič vypadá sice přátelsky, ale já si uvědomuji, že nejlépeší a nejjednodušší bude, když z cesty ustoupím já. Složitě couvám spleťtými uličkami, otevírám další dveře, které v mnoha případech nikam nevedou, a tak se musím znovu a znovu vracet. Po chvíli přeci jen nalézám východ a vydávám se ven z podzemí. Ocitám se na vlakovém nádraží, jež důvěrně znám. Je plné vojáků připravených někam odeslat. Protože nevím, jestli jsou to vojáci naši nebo nepřátelští, ze scény se nepozorovaně vytratím. Ocitám se na zoraném poli nad mým rodným domem, na dohled od sadu se stromy obalenými zralými švestkami. Tady se v záři slunce cítím už o něco bezpečněji, i když nebezpečí je pořád příliš blízko... V tom se z tohoto nelehkého snu probouzím a cítím se celý polámaný.

Takovéto typy snů jsou jistě velmi nepříjemné, a přestože je můžeme nazvat „psy-

chem“, jsou velmi osvobozující, uzdravující a v rovině psychosomatické očisty přínosné. A i když se člověk, stejně jako já, po takovém snu může probudit celý polámaný, v kombinaci s hlubokým spánkem se po tak jasném a živém snu nezřídká jinak cítí velmi odpočatý. Nesmíme totiž zapomenout, že psychosomatická detoxikace, pokud probíhá správně, přináší nutné efekty v podobě povolení bloků v páteři. To může být doprovázeno i momentální bolestí, která se však většinou dá snést. Někdy si probíhající odblokování v konkrétní části páteře dokonce můžeme i uvědomovat.

Drsná a úmyslná ublížení od druhých lidí zažili mnozí z nás

Jakých schválností se lidé ve vztazích mohou dopustit, nad tím zůstává kolikrát až rozum stát. Mnoho takových činů se jednoduše ani nedá rozumem pochopit. Tuto kapitolu lidských traumat ale nelze popřít ani před ní zavírat oči. Nemohl jsem ji tedy vynechat ani v seriálu nových podkapitol preparátu **Nodegen**.

Na jedné straně jsem bytostně přesvědčený o tom, že to, čeho se člověk obává a představuje si, že by se mu mohlo stát, a čemu se kolikrát dokonce snaží vyhnout, se mu ve skutečnosti jednou přihodí – ať už v menší či větší míře. To znamená, že žádoucí je nosit

v sobě pouze pozitivní obrazy nebo se o to aspoň vědomě snažit. Ale co když je tato snaha těžká, energeticky náročná a pro konkrétního jedince dokonce nemožná?

Takové představy špatných konců a negativních scén mají ale vždy své kořeny v negativních zážitcích v minulosti, v rodinném prostředí či v povaze člověka – jsou dané výchovou, vzdělávacími modely a podobně. Dotýkají se tématu, které můžeme souhrnně pojmenovat rodovou karmou. Někdy jako kdyby se události a neštěstí, které se staly v minulosti našim předkům, opakovaly a záhadným způsobem v nejrůznějších odstínech převtělovaly do generací následujících. K přerušení takové negativní rodové karmy může dojít v případě, že se v linii najde nějaký odvažný jedinec se schopností zdravé sebereflexe, který používá smysluplné psychosomatické a jiné nástroje na vlastní očistu ducha i těla. Právě on pak může sled traumatických událostí zvrátit.

Chce-li se člověk proměnit a přepojit z horizontálního myšlení na vertikální, kterému se podrobně věnuji v seriálu **Královská cesta ke štěstí**, musí se nutně vzdát svých manipulací. Manipulací je myšleno například uvažování ve smyslu:

- *Jak zařídit, abych dostal to, co od konkrétního člověka chci?*
- *Co bych mohl udělat, abych tohoto člověka našel nebo se mu pomstil?*
- *Lež, která nikomu neublíží, není žádná lež. Lhat je přeci normální...*
- *Já mu ukážu, zač je toho loket, když se nechová podle mých pravidel!*

Pocit viny a tíha svědomí

Přiznávám, že se úmyslně nechci vžívat do role kriminalisty, který – má-li být úspěšný – musí se vcítit do myšlenkových pochodů sériového vraha, notorického zloděje nebo nepoučitelného sexuálního násilníka. Na základě kriminalistovy zkušenosti bychom pak seznam manipulací rozšířili o mnoho dalších příkladů.

Dostáváme se k tématu pocitů viny z daného jednání a s tím souvisejícím svědomím člověka. Člověk, který neustále porušuje křehké hranice vlastního svědomí, může po čase zjistit, že přestal cítit lítost nad svým chováním a postupně, ale jistě, se z něho může stát člověk s částečnými nebo významnými psychopatickými sklony. Takových lidí je ve společnosti celá řada a dokázat jim před veřejností toto psychologické zařazení je velmi těžké, ne-li zcela nemožné. Už jenom proto, že psychopata může mít výrazné kouzlo osobnosti, charisma, kterým okouzluje a oslňuje určitou skupinu lidí, která se za něj vždy postaví. Takto „věřící skupina“ by stejně jinak objektivní a pravdivé skutečnosti o životě psychopata nebo jeho minulosti nepovažovala za hodnověrné a neuvěřila by jim. Otázku charakteristiky psychopata považuji za dobrý a životu užitečný námět k prostudování v literatuře. K tomuto tématu doporučuji především dvě základní knihy: *Vzpousta deprivantů – O špatných lidech, skupinové hlouposti a uchvácené moci* (František Koukolík, Jana Drtilová) a *Bez svědomí* (Robert D. Hare).

Nejen z uvedených publikací plyne poučení, že pokud psychopata v určitý okamžik rozpoznáme, nejlepším řešením je okamžitě s ním ukončit všechny vazby a zrušit s ním i jakoukoliv komunikaci.

Šikana ve společnosti není ničím zvláštním

Otázka šikany ve společnosti je tématem velmi rozšířeným. Má celou řadu odstínů – od jemného „selektivního“ nevšímání si a přehlížení druhými až po úmyslné psychické či fyzické ubližování na pracovišti nebo ve vztahu. Můžeme ji nazývat i mnoha jmény – přehlížení, nevšímání si, účelové nebavení se, slovní nátlak, časované náhlé slovní útoky, skryté fyzické ubližování, mobbing, stalking. Poslední dva pojmy jsou dokonce řešeny v trestním zákoníku moderních demokracií.

Šikana může být ale také nevědomá, prostě jen proto, že k danému člověku (leckdy dítěti) necítíme náklonnost a nevěnujeme mu tedy svou pozornost. Většinou však jednání zlomyslného dítěte nebo dospělého člověka, který šikane, popichuje nebo vědomě ubližuje, bývá předem promyšleno ve smyslu: „*Co bych mu mohl provést, aby...?*“ Správně vedená šikana má zůstat skrytá pohledům zvenčí a provedena tak, „*aby se na to nemohlo teď ani v budoucnu přijít.*“ A musíme také připustit to, že pokud je prováděná taktika úspěšná a zabírá, násilníkovi to přináší pocit uspokojení.

Šikana je v životě člověka běžně pozorovatelná už od útlého dětství. Ničím výjimečným není ve školkách, školách a obecně v dětských kolektivech. V literatuře se uvádí, že šikana zažilo ve školách až 20 % studentů. Problémem bývá ta skutečnost, že asi jen cca 10 % dětí bývá napadeno lidmi nebo dětmi, které neznají. Drtivá většina „násilníků“ jsou důvěrně známé osoby – o to bývá často složitější o takovém násilí přesvědčit okolí. Pokud se totiž šikanované dítě pokusí se svým problémem někomu svěřit, často mu blízcí nevěří nebo jeho výpověď zcela zbagatelizují, někdy bývá obětí až zesměšněna.

Ve většině případů na dětech páchal fyzické nebo emocionální násilí někdo, koho velmi dobře znaly a důvěřovaly mu. Šikana v tomto podání bez možnosti účinné obrany může vést až k disociaci jedince a k uzavření se do svého vnitřního světa. Tento druh vzniklé psychocisty obvykle vede k vytvoření jakéhosi krunýře jako obrany svého vlastního emocionálního světa. V opačném případě může také vést k ventilování agrese v zástupných situacích, nad kterými ztrácí dočasnou kontrolu. K tomu, aby se v budoucnu

Nodegen Prenatal – PREN – období od početí až po porod, resp. do přestřižení pupeční šňůry.

Nodegen Postnatal – PONT – doba hned po porodu – přivítání/nepřivítání dítěte, odloučenost od matky, otázky kojení, operace či jiné lékařské zákroky.

Nodegen Hospital – HOSP – traumata z nemocničního prostředí, a to v jakémkoliv věku.

Nodegen Education – EDUC – psychocisty z výchovných a vzdělávacích metod pedagogů i rodičů.

Nodegen Sexuality – SXT – zvládnutí análních reflexů v dětství – chování na nočník. Možná sexuální traumata od nevhodných doteků až po zneužívání.

Nodegen Accidents – ACC – traumata spojená s nehodami, úrazy nebo přírodními pohromami.

Nodegen Psycho – PSYCH – vše, co souvisí s nátlakovým chováním okolí. Oběť psychopata, šikana apod.

Nodegen Childhood – CHILD – traumata z „obvyklých“ výchovných metod v dětství – bití, urážlivé jednání, psychologické tresty.

Nodegen Relations – RELT – traumata z mezilidských vztahů – úmrtí, opuštění či rozvod, nevěra.

narušil většinou křehký obal obsahu vzniklé psychocysty a aby tak došlo k záplavě nezvladatelných vjemů, myšlenek a pocitů, stačí někdy velmi jednoduchá připomínka – zvuk, pach, dotek nebo jen probíhající roční období. Vlivem dlouhodobého traumatu totiž dojde ke změnám ve fungování mozku a pocit bezpečí dítěte je silně narušený – to způsobí, že jedinec vnímá nebezpečí i tam, kde žádné neexistuje. Pro ty, kteří uvízli v takovém pocitu bezmoci, bývá zcela typické, že neinicují nové aktivity, nezkoušejí nové věci a neprojevují se kreativně.

né *kolektivní nevědomí*. Ti, kteří pracují s tématy vlastního podvědomí nebo za pomoci smysluplných metod pomáhají jiným lidem, o tom většinou nepochybují. V jakém formátu se zápis těchto událostí děje, zůstane zřejmě lidskému rozumu skryto, i když o různé teorie se můžeme pokusit. Vždy ale zaostanou za možnostmi individuálního lidského poznání a chápání. A téměř nikdy nebudou uchopitelné čistě rozumovou a kritickou vědeckou metodou.

V nedávné minulosti byla téměř každá rodina vystavena odchodu muže – buď manže-

Pokud v určitý okamžik rozeznáme ve svém okolí psychopata, nejlepším řešením je okamžitě s ním ukončit všechny vazby a zrušit s ním i jakoukoliv komunikaci.

Co se týká tématu šikany, můžeme skupinu lidí, kterých se to týká, rozdělit – na jedné straně jsou ti, kteří šikanují, a na druhé straně ti, kteří jsou šikanováni. Sbírka psychocyst a zranění z dětství bývá u obou skupin velmi podobná. A pokud je s nimi možné pracovat, vyžadují i podobný psychotherapeutický přístup. Je to jako kdyby se ubližující násilník postavil na stranu vítězícího, a šikanu je jen proto, aby unikl stejnému osudu. Protože ten, kdo šikanuje, bývá obvykle (alespoň v rané fázi svého chování) ve skutečnosti vůči šikaně nebo vytváření psychických nátlaků okolo sám velmi málo odolný.

Ti, kteří jsou šikanováni, mívají obvykle v historii vlastních traumát ještě další zážitky, pocházející z ranějšího dětství. To znamená, že s psychosomatickou očistou těchto jedinců bychom měli postupovat od začátku – zahájit ji tedy užíváním přípravků **Nodegen PREN** a **Nodegen PONT**. V psychosomatické rovině totiž tyto přípravky mohou člověku odpovědět na jeho čistě individuální otázky, například proč se mu šikana děje pravidelně i při změně prostředí a někomu jinému se nic podobného ani jednou v životě nestane.

Krutá historie lidstva

Historické události světové, evropské i ryze české jsou plné krutostí a utrpení. Jsou plné válek, ve kterých bojoval nejen muž proti muži, ale v dávných dobách (např. u Keltů) se bojuj údajně účastnily i ženy. Prý byly dokonce znamenitými válečnicemi. Archivem všech událostí, které se kdy na světě staly, je podle švýcarského psychologa C. C. Junga takzva-

la nebo syna – do války. Ve velké většině případů došlo také k situaci, kdy tento muž padl a z války se již nevrátil.

Díky masovým sdělovacím prostředkům jsme dnes zvyklí na to, že pokud se někde něco katastrofického stane, okamžitě jsme o tom informováni. Dříve to tak nebylo a krutosti se tak dokonce děly v daleko větší míře. Například když takové hladové vojsko po vítězné bitvě prošlo vesnicí, následovalo drancování, znásilňování a zabíjení. Po takovém nájezdu nezůstalo na svém místě vůbec nic. Historických zápisů na toto téma je sice víc než dost, ale drtivá většina takových událostí nebyla zaznamenána. Veřejnost tak nikdy neměla možnost se o těchto hrůzách dozvědět.

Abych se tedy vrátil k úvodnímu snu. Sny s válečnou tematikou se mi čas od času pravidelně zdávají. Obvykle je nehodnotím a vlastně ani nevím, čeho se tím dotýkám a co si v sobě odblokovávám. Podle mé zkušenosti je lepší tato těžce uchopitelná témata z podvědomí neřešit, rozumově je nerozebírat a pouze pozorovat účinky, které toto realizované odblokování přináší do přítomnosti.

Ing. Vladimír Jelínek



*Přeškoda nastokrát tý krve červený,
že bude prolita,
že bude prolita po trávě zelený.
Po trávě zelený, po studený rose,
až mě můj koníček,
až mě můj koníček po poli roznese.*

Česká lidová píseň

Vybrané obsahy preparátu Nodegen PSYCH:

- psychologické týrání otcem nebo matkou
- šikana od blízkého nebo cizího člověka
- stálé výčitky od blízkého nebo cizího člověka
- bolestivé fyzické zlečtání
- šikana od rodičů nebo nadřízeného člověka (např. i ve vojenské službě)
- nepřijetí informace o vlastní šikaně autoritou, která by mohla a měla pomoci (rodičem, nadřízeným)
- klečení za trest
- nemluvení s dítětem za trest
- škrcení nebo dušení v dětství
- násilí od blízkého či cizího člověka v dětství (bití, mučení)
- domácí násilí od partnera / člena domácnosti
- fyzické napadení blízkým nebo cizím člověkem
- svědek násilí – fyzického i psychického – mezi blízkými lidmi, mezi otcem a matkou
- únos do cizího prostředí
- účast na válečné akci
- zážitek z bombardování
- zážitek z masové pohromy
- zážitek z teroristického útoku
- teroristický útok zhlédnutý v médiích
- zážitek z náhlého průletu vojenského letadla nízko nad zemí
- vytváření nebezpečí války autoritou
- pronásledování tajnými službami
- pronásledování mocenskou strukturou
- trauma ze zážitku z krve unikající z rány
- zážitek z okradení
- oběť majetkového nebo finančního podvodu nebo neúspěšné investice
- násilné vystěhování z domu nebo bytu
- uvěznění v těsném uzavřeném prostoru
- vlastní neúspěšný pokus o sebevraždu
- sebevražda v rodině
- zážitek z násilí na blízkém člověku v době po porodu a v útlém dětství
- účastník vraždy
- účastník pokusu o vraždu
- účastník tragické autonehody
- úkladné promyšlené zlomyslné jednání druhého člověka
- falešná pomluva / křivé obvinění
- užívání drog
- příslušnost (i minulá) k manipulující skupině lidí (např. k sektě)



Rostá Němec: Kormidlo života

jsem musel otočit jiným směrem

Má několik titulů, doktorát, vystudoval germanistiku a slavistiku, započal studia biochemie a práv, žil v Německu. Přesto se však důležitou součástí jeho života stala informační medicína. K Joalisu se v podstatě dostal přesně naopak než naprostá většina ostatních.

Mluvíte hodně o tom, že hmota není všechno. Kdy jste se poprvé setkal se světem za hmotou?

Už v útlém dětství jsem si v důsledku několika „podivných“ zážitků ověřil, že hmota není všechno a že našim viditelným světem to rozhodně nekončí. Také prostředí, v němž jsem vyrůstal, o rovinách za hmotou vědělo a trochu k nim i inklinovalo. Nikdy jsem například nepochyboval o reinkarnaci a o tom, že jsou i věci mimo náš běžný život. Jenže pak přišla škola a studia, která podporovala jen tu jednu mozkovou hemisféru, a zcela ignorovala tu druhou. Následný úspěšný pracovní život plný každodenních stresů nepřispíval ke zdravému životnímu stylu. Na vlastní nitro nezbýval čas: jak by ta troška každodenních jogínských cviků mohla člověka vytrhnout z nějakého nastavení vůči okolí?

Co se tedy pak muselo stát?

Protože na náhody nevěřím, přišly nemoci, které prostě přijít musely a které mě donu-

ly zastavit se, zamyslet se a zvnitřnit se. A otočit kormidlo života jiným směrem. Zkrátka naprosto zpomalit tempo, nechat mobilní telefon spolu s neodkladnými povinnostmi doma a vyrazit třeba do Moravského krasu. Po návratu se ještě pokochat krásou tupeské keramiky, pozorovat čistotu krásného drahého kamene, popovídat si s rostlinami, pozorovat západ slunce a během toho se zaposlouchat do cvrlikání snad posledních glyfosátů dosud neomámených vrbů v křoví před vchodem, případně si pustit nějakou líbeznou hudbu. A hlavně vypustit všechny starosti a vyprázdnit mysl. Zastavit tok myšlenek podobně, jako se zrnka v turecké kávě usadí na dně a již nepoletují po celém hrníčku.

Jak se to dělá?

Ano, tohle všechno se snadno řekne, hůř se to ale převádí do praxe ve chvíli, kdy je člověk nemocný, není mu dobře a má tělo zanešené nejrůznějšími toxiny. To byl okamžik, kdy jsem si v praxi mohl ověřit, že platí stará moudrost – *Ve zdravém těle zdravý duch*. ►

S partnerem Davidem.



A také naopak: *Jen zdravý duch může mít zdravé tělo.* Člověk se totiž stěží může cítit dobře a v klidu meditovat, pokud má v těle nahromaděné toxické látky, které mu nejen způsobují fyzickou nepohodu či dokonce bolest, ale které také zatemňují jeho mysl.

A jak to tedy souvisí s Joalisem?

Opět jakoby náhodou jsem v roce 2017 narazil na dlouholetou skvělou detoxikační terapeutku Joalis, paní Ester. Ta mě prostřednictvím informačních preparátů Joalis zevrubně detoxikovala a celkově mi pomohla nasměrovat můj život správným směrem. Za to jsem jí velice vděčný.

V té době jsem procházel celkovou krizí, kterou jsme se s mým současným partnerem snažili intenzivně a ze všech sil řešit. Potýkali jsme se s ní nejen my, ale i další členové naší rodiny, kteří se trápili s různými zdravotními problémy. Před pár lety jsem také navštívil kurz zaměřený na rozvoj skrytých schopností a meditace od zkušeného průvodce, pana Petra Velechovského. Tento kurz se stal prvním krokem mého obratu k lepšímu. Otevřel se mi nový svět. Vlastně tyž, který jsem jako dítě útržkovitě znal a vnímal. Ale zmiňovaný seminář mi poskytl ucelený obraz a praxí ověřené postupy, jak se do tohoto světa jako dospělý opět dostat.

O jaký svět se podle Vašeho mínění jedná a k čemu slouží?

Jde o svět sebepoznávání, rozpomínání a zamýšlení se nad nejrůznějšími, zdánlivě nepodstatnými aspekty. Cílem je stát se lepším člověkem a být i schopný a ochotný pomáhat ostatním, pokud o to projeví zájem.

Výběr dosud řešených problémů u klientů pomocí preparátů Joalis:

lepek, narušené trávení, ekzém, padání vlasů, deprese, únavový syndrom, psychocysty, sebedestruktivní programy, pylové alergie, astma, ledvinové obtíže, epilepsie, porucha rovnovážného ústrojí...

Naučené meditační techniky jsem od té doby poctivě trénoval každý den. Což je podstatné, protože pouhé absolvování jakéhokoli semináře bez následného vlastního praktikování není k ničemu. A právě tento meditační seminář má v mém případě obrovskou souvislost s řízenou a kontrolovanou detoxikací pomocí informačních preparátů Joalis. Tyto dvě metody se velice účinně doplňují.

Jak to probíhá v praxi?

Jedna z naučených meditačních technik spočívá v detekci nemocí (zátěží) u člověka

(detekce probíhá na dálku a bez účasti dotyčného člověka). Mnohým mým známým se tímto otevřel nový svět, nová metoda uzdravování. Mohl jsem jim ukázat, že to funguje i bez léků, „jen“ na základě samoléčby. Mnozí z nich, kteří byli na začátku třeba skeptičtí, byli posléze velice překvapeni. Třeba když jsem na základě detekce na dálku přesně zjistil jejich zdravotní problém a co za ním stojí. Je to skutečně dar, kdy mám možnost i vidět dané orgány, „cítit“, co je kde v nepořádku, zanesené, a velmi to sedí. Objevím takto, kde jsou nějaké nánosy a pomocí preparátů pak „vyženu“ toxiny z těla ven.

Jinak meditace rozhodně doporučuji všem. Lidé si pod pojmem meditace často představují, jak nějaký jogín sedí v tureckém sedu na koberečku... Je to velký omyl, meditovat se dá například i během chůze, při jakékoliv činnosti nebo při procházce přírodou. Stačí se jen vnitřně zastavit, vychutnávat si pověštné tady a teď a nahlédnout do svého nitra. Jen tam se ukrývají odpovědi na všechny otázky.

Co pak takový člověk, kterému detekujete problém, udělá? Jsou všichni ochotní vzdát se své komfortní zóny?

Rozhodně ne. Praxí jsem zjistil, že ne každý je natolik vytrvalý, aby se těmito meditacemi zabýval pravidelně a dlouhodobě (!) a odpomohl si tak od svých zdravotních či psychických problémů. Navíc úspěšným meditacím často mohou bránit v těle usazené toxiny, které je zapotřebí nejprve z těla pomocí preparátů Joalis vyplavit. O tom jsem se mj. přesvědčil u jednoho mého známého, kterému

se začalo obracet se do vlastního nitra dařit až poté, co zahájil vlastní detoxikaci pomocí preparátů Joalis.

Jaké máte konkrétní zkušenosti? Kde nejvíce Vaše metoda pomohla?

Asi nejvíce byl zatím vidět účinek detoxikační pomocí preparátů Joalis na paní Janě (jejíž jméno bylo kvůli zachování anonymity pozměněno). Před rokem a půl byla psychicky i fyzicky na samém dně (procházela opravdu nesnadným životním obdobím). Už i její spolupracovníci ji začali upozorňovat, že vypadá

nemocně a že by měla svoje zdraví začít zásadním způsobem řešit. Sama se cítila naprosto vyčerpaně, bez energie, začaly jí po trsech vypadávat vlasy a na krku, obličej, za ušima a na zádech se jí objevil masivní ekzém – trpěla jím sice už dříve, ale přestalo se jí dařit držet ho pod kontrolou alopaticky. Ani po opakovaných návštěvách u dermatologa se tento ekzém nedařilo zlikvidovat a začal se navíc objevovat i na viditelných částech těla (ruce, obličej, dekolt...). Žádný z navštívených lékařů ovšem nedokázal najít příčinu jejího problému, jen ji stále dokola posílali na další a další vyšetření. Navrhl jsem jí proto, aby začala celkově detoxikovat (mezitím, co čekala na vyšetření na hematologii a ultrazvuku). Zatíženy byly úplně všechny okruhy pentagramu, v nepořádku byla celá nervová soustava, detekován byl problém s lepkem, trávením, dále záněty v těle, emoční a stresové problémy, řada psychocyst... Během první kúry navíc vypadávání vlasů ještě zesílilo a na hlavě se jí objevily lysiny. V této chvíli bylo poměrně náročné Janu přesvědčit, aby v detoxikaci pokračovala. Naštěstí se rozhodla, že to nevzdá. Dá se říci, že jedním z důležitých faktorů pro tento krok byl závěr tehdejšího lékařského vyšetření. V něm jí lékaři sdělili, že problémy sice očividně má, ale jak je odstranit, to lékařská věda zatím neví.



Jak tedy vypadá její zdravotní stav nyní?

Po několika kúrách se z ní stal doslova nový člověk. Vlasy přestaly vypadávat a začaly růst nové. Lysiny zmizely. Únava odezněla, ekzém se ztratil, pokožka přestala svědit a zvláčněla. Střevní i žaludeční problémy také zmizely. A psychicky se cítí velmi dobře a jde z ní velmi pozitivní energie. Asi po půl roce si zašla na nové vyšetření na hematologii – a výsledek? Výrazné zlepšení hodnot! A bez alopatických léků! Překvapení hlavně pro doktory. Z toho případu mám nesmírnou radost. Utvrdilo mě to v tom, že cesta detoxikace Joalis je přínosná pro mnohé lidi, kteří si nevědí se svými zdravotními problémy rady.

Vypozoroval jste, že se Vám opakují klienti s podobnými obtížemi?

Ano, vždy si přitahujeme určitý typ lidí. I já to ve své praxi pozoruji. Často ke mně chodí lidé, kteří mají už nějaké povědomí o duchovnu. Buď je tento směr zatím jen přitahuje, nebo už na nějakou svou cestu nastoupili. Pravidelně se mi opakují klienti, kteří mají nějaké obtíže v psychické oblasti, což může být spojeno právě s tou duchovní cestou, která je někdy náročná a je potřeba se pravidelně čistit. Všichni potřebujeme pracovat s emocemi; pohlédnutím do našeho nitra často objevíme staré, někdy už zapomenuté boly a traumata, která jsme roky po-

tlačovali. Velmi rád (a úspěšně) pracuji s preparátem **Nodegen** a jeho podkapitolami, které umí výborně detoxikovat právě ta zranění, která jsme vytěsnili, nebo si je nepamatujeme. Naše podvědomí však ano.

Potýkáte se občas také se „skeptiky“, kteří alternativním cestám léčby nevěří?

Ano, i to se mi stává. Většinou ale nakonec uvěří ☺. Velmi zajímavé je, že čeho se člověk zbaví, to hned zapomene. Několikrát se mi stalo, že jsme s klientem řešili některé zdravotní obtíže a on byl vůči účinnosti preparátů skeptický. Například jedna klientka, která měla velké obtíže s usínáním – dlouho jí trvalo, než vůbec usnula. Po první kúře jsem se jí zeptal, jak se cítí a ona odpověděla, že se nic moc nezměnilo. Ale když jsem se jí zeptal na usínání, řekla s podivem: „No vidíte, usínám už skvěle“. Jakmile totiž obtíže máme, pocítujeme je a mluvíme o nich. Jakmile ustanou, považujeme to za samozřejmé a dále se tím nezabýváme.

Všem klientům také zdůrazňuji, že je potřeba přistupovat k léčbě preparáty aktivně. Pokud má klient problémy s plícemi a přesto se nehodlá vzdát své krabičky cigaret denně, je to potom těžké...

Jak vidíte budoucnost informační medicíny?

Budoucnost informační medicíny vidím velmi dobře. Klasická medicína je často ve slepé uličce a nevede pacienty k aktivnímu přístupu ke svému zdraví. Nemocný se stává jen příjemcem péče, je pasivní, zodpovědnost za své zdraví odevzdává druhým. Myslím si, že alternativní, holistický přístup, a tedy i informační medicína, je ta správná cesta. Musíme se vrátit zpátky ke své intuici, zeptat se, co děláme špatně, co nám chce nemoc sdělit. Je to sice vcelku těžká práce, která se řadě lidí nechce dělat, ale stojí to za to.

Je něco, co byste rád vzkázal ostatním, jejichž cesta se potkala s Joalisem?

Ano, rád bych dodal, že informační preparáty Joalis považuji za velký dar. Člověk by s nimi proto tak měl i zacházet. Je třeba si uvědomit, že jakýkoli problém (často zdravotní) je zde proto, aby daného člověka upozornil, že něco ve svém životě dělá špatně. A jedině dotazováním se vlastního nitra pak může dotyčný zjistit, co dělá špatně, a následně to změnit. V opačném případě by to totiž byla jen další promarněná šance.

Jitka Menclová



Mgr. Rostislav Němec, Ph.D.

Žije v Brně, působí i v Uherském Hradišti.

Rád navštěvuje krásná, tajuplná místa v přírodě a pěstuje rostliny.

Spolu s partnerem Davidem Vykoukalem se věnují individuálním terapiím, meditacím a detoxikacím Joalis.

Kontakt: tel. 731 690 007, e-mail: rostislav.nemec@email.cz

web: <https://energeticka-oaza.webnode.cz/>

FB: www.facebook.com/energetickaoaza/

Lidský mozek umí tvořit nové buňky sto let. Objev může pomoci léčit Alzheimerovu nemoc

Lidské tělo je schopné vytvářet nové mozkové buňky do věku sta let. Vznik nových neuronů však rychle klesá u lidí s Alzheimerovou chorobou, a to velice rychle po jejím vzniku, odhalil nový výzkum publikovaný v odborném časopise *Nature-Medicine*. Objev by mohl pomoci lékařům s účinnější diagnostikou Alzheimerovy nemoci v jejím raném stadiu a zároveň by se dalo předcházet šíření této nemoci v mozku různými formami cvičení, které by podporovaly produkci nových buněk.

Španělští vědci měli možnost zkoumat mozky třinácti jednotlivců, kteří zemřeli ve věku mezi 43 a 87 lety. Všichni byli po neurologické stránce před smrtí zcela zdraví a své mozky darovali ještě za života vědě. Vědkyně María Llorens-Martínová objevila, že zdravé mozky obsahovaly nově vzniklé neurony, ale jejich množství s věkem klesalo. Mezi čtyřicátým a sedmdesátým rokem věku došlo k poklesu nově vzniklých neuronů ze 40 tisíc na přibližně 30 tisíc na milimetr krychlový. Podle vědců šlo toto snižování množství nových buněk ruku v ruce se stárnutím. Naznačuje to, že s každým dalším rokem života od středního věku vzniká v mozku o 300 neuronů méně.

Vědci měli také možnost prozkoumat mozky lidí, u nichž byla před smrtí diagnostikována Alzheimerova choroba. Tentokrát mohli vyšetřit mozkové tkáně 45 osob ve věku 52 až 97 let. Také u nich se ve všech případech našly nové mozkové buňky, a to včetně 97letého člověka, který se tak stal vůbec nejstarší osobou, u níž bylo něco takového pozorováno.

Rozdíl mezi zdravými mozky a těmi nemocnými byl velký. I v raném stadiu nemoci měly mozky nemocných jen polovinu až tři čtvrtiny čerstvých neuronů ve srovnání s mozky zdravými. „*Tento výzkum je pro pacienty s Alzheimerovou nemocí velice důležitý, protože množství nových mozkových buněk u zdravých osob je vždy vyšší než u těch nemocných, bez ohledu na jejich věk,*“ uvedli autoři práce. „*Ukazuje to, že za snižování počtu nových neuronů může nějaký nezávislý mechanismus, který je odlišný od fyziologického stárnutí.*“



Česko vede žebříček v počtu případů klíšťové encefalitidy

Česko mělo loni nejvyšší počet případů klíšťové encefalitidy ze zemí Evropské unie. Případů bylo 712, což je nejvyšší počet od roku 2011. Více nakažených ve světě zaznamenalo jen Rusko. Informace zazněla na zasedání Evropské pracovní skupiny pro klíšťovou encefalitidu.

Klíšťata nakažená encefalitidou se vyskytují zejména v mírném klimatickém pásmu severní polokoule na evropském a asijském kontinentu, rozšiřují se ale podle odborníků i do nových oblastí. Na příkladu Švédska se ukazuje, že se tato nemoc v souvislosti s oteplováním dostává stále severněji a zejména ve Švýcarsku i do vyšších nadmořských výšek. Tam došlo v posledním období k plošnému rozšíření nákazy a klíšťová encefalitida se vyskytuje už ve všech kantonech kromě Ženevy a Ticina.

Klíšťová encefalitida se nevyskytuje ve Španělsku, na většině území Francie, v jižní Itálii a v dalších oblastech, kde je velkou část roku velmi sucho a horko.

Za tři roky se počet nakažených klíšťovou encefalitidou zdvojnásobil. V roce 2015 jich bylo 251, loni už 712. Více jich bylo naposledy v roce 2011, kdy se nakazilo 861 lidí, v roce 2006 dokonce více než tisícovka. Letos odborníci před nákazou kvůli teplému počasí varovali už od začátku března.

Antibiotika kontaminují řeky. Pro účinnost léků je to nebezpečné

První světová studie svého druhu, která analyzovala říční vzorky z celkem 72 zemí. Stopy antibiotik byly prokázány v 65 procentech řek. Nejvíce na tom jsou v Africe a Asii. Zprávu přinesly servery CNN a britský The Guardian.

Bangladéš, Keňa, Ghana, Pákistán a Nigérie – v těchto zemích překročily řeky bezpečnou úroveň koncentrace nejvýrazněji. V Bangladéši byla naměřena nejvyšší koncentrace metronidazolu, který se používá při léčbě kožních infekcí. Bezpečnou úroveň koncentrace tento lék překročil 300krát. Bezpečnou hranici se podle odborníků

rozumí 20 až 32 tisíc nanogramů na litr v závislosti na druhu antibiotik.

Výzkumníci hledali ve vzorcích 14 nejběžnějších druhů antibiotik. Nejčastěji narazili na trimethoprim, užívaný k léčbě zánětu močových cest. Tento lék se objevil až ve 43 procentech řek. Antibiotiky nejčistější řeky se nacházely v oblastech blízko čistíren odpadních vod nebo skládek. To se týkalo zejména rozvojových zemí.

Podle výzkumníků jde o globální problém, který nelze podceňovat. Znečištění řek antibiotiky je jednou z klíčových cest, pomocí kterých si bakterie vytvoří rezistenci vůči dostupným lékům, které se

Případů spalniček v Česku nadále ubývá

Případů spalniček v Česku v minulých týdnech i nadále ubývalo. Počet nově nakažených klesl z devíti v předchozím týdnu na sedm. Ještě v březnu, kdy letošní epidemie vrcholila, se týdně objevovalo až šest desítek nových případů. Vyplyvá to z informací na webu ministerstva zdravotnictví. Od začátku roku se v Česku objevilo 537 případů spalni-

ček. Na začátku dubna se jejich počet dostal na více než dvojnásobek množství případů za celý loňský rok, kdy jich bylo 203. Spalničky jsou nakažlivé onemocnění, které mohou provázet vážné komplikace.

Prudký nárůst počtu lidí nakažených spalničkami začal v únoru. Zatímco ještě v lednu se počty případů pohybovaly kolem jedné desítky týdně, začátkem února již vystoupaly až na tři desítky. V březnu se pak objevovalo i pět až šest desítek nových případů týdně. Od konce března ale počty nakažených zase postupně klesají.

Prvními příznaky spalniček jsou horečka, kašel, rýma, světloplachost a zarudnutí o-

ních spojivek, někdy bílé tečky v ústech. Později se objevuje sytě červená až fialová vyrážka, která začíná na záhlaví a šíří se na obličej, krk, břicho a končetiny. Nemoc se šíří kapénkami. Od nakažení se projeví za jeden až tři týdny. Při léčbě je povinná hospitalizace na infekčním oddělení a izolace po sedm dní od objevení vyrážky. Vyšetření musejí být všichni, kdo se s nemocným potkali.

Kdo spalničky prodělal, zůstává proti nemoci imunní celoživotně. Nemoc se v populaci nešíří, pokud je očkovaných 95 procent populace, čehož Česko dosáhlo naposledy před pěti lety.

Pozor, IQ dětí se snižuje. A mohou za to sociální sítě, varuje odborník na lidský mozek



„Například tvorba sociálních sítí dnes jde jen přes neuromarketing, buď přímo, nebo nepřímo. V určitých případech se dokonce měří hladina dopaminu v mozku, zvlášť programy z Facebooku byly přímo s tímto konceptem vytvořeny,“ upozorňuje odborník. „Náš vývoj je podmíněn dvěma základními potřebami: poznat zákony přírody a patřit do nějaké skupiny. Málokdo dokáže být šťastný sám.“

Důsledky přitom mohou být nedozírné. Obzvlášť když dojde na děti. „Blbnou. IQ přestává růst, přestávají mít slovník, přestávají umět řešit problémy. Nedospějí,“ varuje odborník. „Spoléháme na technologii a internet, zapadáme do používání sociálních sítí. Takže nepoužíváme procesy, které jsme jako homo sapiens používali během předchozích 200 tisíc let.“

Změny, ke kterým v posledních letech v souvislosti s rozvojem technologií a sociálních sítí dochází, jsou už prý na mozků přímo viditelné. Existuje přímá korelace s mírou používání. V určitých částech mozku slábne neurochemická aktivita, určité struktury se zmenšují nebo mizí. Změny se dějí hlavně v bazální oblasti centrálního laloku.

Nejde prý ale jen o kognitivní schopnosti, které moderní technologie mění, ale i o subjektivní pocit štěstí. „Naše děti jsou méně šťastné než my. A my jsme méně šťastní, než byli naši rodiče,“ upozorňuje Martin Jan Stránský.

Lachtana vycvičíte pomocí ryby, člověka prý pomocí lajku na sociální sítě. „Jsme mnohem zmapovatelnější, než si myslíme,“ říká neurolog a odborník na lidský mozek Martin Jan Stránský.

Funkční magnetická rezonance toho o vás zjistí hodně: jaká je vaše oblíbená barva, sexuální orientace nebo třeba zda máte sklony k nevěře. Od takto detailních znalostí o člověku už je jen krůček k novému oboru dnešní doby – takzvanému neuromarketingu.

pak stávají neúčinnými. „Mnoho rezistentních genů, které vidíme v lidských patogenech, pochází z bakterií povstávajících ze životního prostředí,“ říká mikrobiální ekolog William Gaze z univerzity v Exeteru.

Léky se do řek dostávají prostřednictvím lidského a zvířecího odpadu či přes úniky z čistíren odpadních vod nebo továren, kde se léčiva vyrábí. „Brzy by mohly existovat velké oblasti životního prostředí, v nichž bude vysoká koncentrace antibiotik, která by mohla mít vliv na vznik rezistence,“ vysvětluje spoluautor studie Alistair Boxall, environmentální vědec z univerzity v Yorku.

Řešení problému podle Boxalla nabízí větší investice do infrastruktury pro čištění odpadních vod. Měly by se také zpřísnit předpisy pro likvidování odpadu a v neposlední řadě vyčistit již kontaminovaná místa.



📍 Zdroj: www.tyden.cz, www.ct24.cz, www.irozhlas.cz.

Narodil se v Londýně, kde žije a pracuje. Jeho rodiče jsou ale původem z Moravy, takže si s ním popovídáte i hezky česky. Jacob se věnuje práci s fyzickými i duševními trablemi. Jeho studium a zkušenosti dovolují vybrat pro každého klienta unikátní způsob terapie.



Všichni podvědomě potřebujeme vědět, že jsme milováni

Na Vašich webových stránkách Inner Freedom (vnitřní svoboda) píšete: *Pracuji s emocionálními, duchovními nebo fyzickými zdravotními problémy tak, abychom je pochopili a vyřešili jejich základní příčiny. Abychom se mohli uzdravit a žít svůj život naplno. Co toto motto pro Vás znamená?*

Ve své praxi pomáhám i lidem, kteří se potýkají s vážnými problémy, které se jim doposud nepodařilo vyřešit. Nepomohla například lékařská péče, ale třeba ani terapie u psychologa nebo jiného specialisty. Prostě jejich uzdravení jakoby něco brání.

Co s takovým klientem tedy uděláte Vy?

Společně s ním zjistím, jaké má jeho problém kořeny a podle tohoto zjištění pak zvolím, jak budeme v terapii pokračovat. Pracuji převážně na duševně-energetické úrovni. Tady se totiž dá řešit to, co máme na podvědomé úrovni a co v nás není vyladěné, tedy nemáme to v rovnováze.

Můžete uvést nějaký příklad?

Například smutek, který stále po nějaké delší době neodchází a člověk ho zažívá znovu a znovu. Ta podstata problému je nevyřešená, a my se musíme dostat k tomu, co to doopravdy je. Tedy přesněji – co je za tím. A čím

více takových nevyřešených věcí člověk v sobě nosí, tím větší mu to způsobuje stres, který pak neblaze působí na celý organismus.

Co se stane, když to přeroste určitou hranici?

Když je stresu moc, tak se nahromadí a přemění se v trauma. Například já osobně jsem vyrostl v rodině, kde otec fyzicky napadal matku a hádky byly na denním pořádku. To mě velmi ovlivnilo: byl jsem delší dobu v situaci, nad kterou jsem neměl kontrolu a byl jsem bezmocný. Chtěl jsem – jako každé dítě – chránit oba rodiče a nebyl jsem toho schopný. Proto jsem si vytvořil stres a následně i zmíněné trauma.

Trauma ale může být také fyzického charakteru – například jako následek úrazu, znásilnění nebo války. Naš „systém“ pak na určitých úrovních zamrzne, chce utéct anebo útočit. Člověku přestane správně fungovat imunita a dostane do fáze, že namísto toho, aby se rozhodl na základě stimulace z okolí, propadne strachu. Na své okolí pak reaguje z této stresové části mozku, místo z té, která nám pomáhá věci řešit kreativně

a racionálně. Rozhoduje za nás tedy především amygdala, a to bez našeho vědomého vlivu. A tady je nutné začít na problému pracovat.

Emoce jsou pro náš život velmi důležité. Jak s nimi správně naložit?

Člověk je v podstatě emoční bytost. Není ani počítač ani tvor, jehož život prochází nějakým řízeným postupem. Ten základ je opravdu emoční, a proto nejdůležitější v životě jsou pro nás vztahy – hlavně ty s rodiči a také vztah sám se sebou. To jest pocit lásky a bezpečí – potřebujeme cítit, že jsme milováni, podporováni a že na světě nejsme sami. To všechno jsou emoce a pocity, o kterých musíme vědět a cítit, že jsou pravdivé. Abychom si na tom postupně mohli začít stavět naši osobnost a další vztahy a také plánovat životní cíle. Pokud člověk tyto základy, jako je právě pocit bezpečí, postrádá, nemá dobré zázemí, na kterém by se dalo zdravě budovat. A takový člověk nemůže být v klidu, pořád se cítí ohrožený. A když se to naštěstí a neřeší, člověku se pak „přihodí“ takové choroby jako je třeba deprese, jiné psychologické nebo

psychiatrické problémy nebo jakékoliv jiné zdravotní obtíže – systém se zahltí a dojde k přetížení.

Jak to pak s takovým člověkem vypadá?

Někteří lidé se dostanou do situace, kdy si uvědomí, že nezvládají žít svůj život. Že to, jak žijí, je tak zatěžuje, že neví, jak dál a přestávají fungovat. Nebo si třeba vytvoří jakousi bublinu bezpečí, do které se zavrou a nedělají absolutně nic, co neznají. Vědí tedy přesně, co budou dělat zítra, co budou dělat za rok, nemění zaměstnání a jejich vztahy jsou pořád stejné. Tedy nic proti tomu, pokud si to někdo vybere, je to jeho věc. Je ale dobré si uvědomit, že je to jen jakási forma obrany a znak toho, že se v životě neumím postavit sám za sebe. Nebo že se podvědomě nechci potkat s tím traumatem, tedy smutkem nebo stresem. Takový člověk se ale vlastně nemůže vyvíjet – ve vztazích ani v kariéře. A pokud cítí, že se v životě nemůže pohnout dál, je to převážně kvůli stresu v minulosti.

Ten stres má tedy konkrétní podobu?

Stres se může objevit v podobě jakési ztuhlosti, nebo člověk pořád útočí a je agresivní

je dobré si uvědomit, že i ten otec prožíval svůj život, jak uměl – nejde tady tedy primárně o nějaký pocit viny a nevinu a posuzování, kdo za co může. Je to prostě tak a já musím pracovat s tím, co je teď. Ale jak ten malý kluk vyrůstal v tom, že neměl potřebnou lásku a pozornost, vytvořilo to v něm hluboký stres a nepokoj. A pokud k tomu základnímu stresu přidáme ještě nějaké přesvědčení jako: *Já si lásku nezasloužím* nebo *Nejsem dost dobrý* nebo třeba: *Jen pokud útočím, jsem v bezpečí* apod., máme o „zábavu“ postaráno... Důležité jsou také odporované modely, tedy jak se lidé v mém okolí chovají. Jak se třeba choval otec, když útočil? Spousta těch mužů vyrostla s pře-

obrovský vnitřní konflikt. Neví, co má dělat a co je správné... Takže všechny vzorce, všechna přesvědčení a to, jak se naučíme získávat lásku, ovlivní každého člověka individuálně. Někdo se pak dostane do situace, že není v žádném rozvoji – nebo ten vývoj není takový, jaký by si dotyčný představoval.

Co tedy s těmi, kteří za Vámi přijdou, děláte? Jak konkrétně s nimi pracujete?

Používám takovou svou kombinaci procesů, které vzájemně spojuji – individuálně a pro každého trochu jinak. Když jsem v kontaktu s klientem, zjišťuji, jaké myšlenky nebo vzpomínky nebo cokoliv jiného vytváří stres v jeho těle. A podle toho, co přesně tento

Chtěl bych ukázat lidem, že nemusí žít ve strachu, smutku nebo s fyzickými poruchami. Že existuje způsob, kudy ven z koloběhu problémů a že člověk může žít v klidu, radosti a lásce.



Jacob si jezdí čistit hlavu pod stan. Třeba letos v únoru byl několik dnů ve Walesu.

anebo stále utíká – nechce nikomu ublížit nebo nikomu nic říct. U každého se to vyskytuje v trochu jiné podobě nebo existují i různé kombinace.

Lze z Vaší praxe vypozařovat, kdo půjde do útoku, kdo do útěku a kdo zamrzne?

To je velice zajímavá otázka. Jak už jsme si řekli, stres způsobují nevyřešená traumata. Mohou to být například nezahojené a nevyjasněné vztahy s rodiči. Pracuji hodně s muži v produktivním věku, kteří se nacházejí v neustálém stresu – buď smutku, nebo vzteku. Nemají v pořádku ten základní vztah s otcem – buď v jejich dětství úplně chyběl, nebo synovi nedával pozornost... Na druhou stranu

svědčením, že aby dostali pozornost, musí také útočit.

Takže je to kombinace všech těchto věcí?

Ano, je to kombinace sebraných a okoukaných modelů: jaký vztah měli rodiče, co jsem například viděl ve škole nebo u kamarádů apod. U každého z nás je to unikátní a stres se vyvíjí jinak. Tyhle vzorce – modely – jsou také velmi důležité. Když jsme děti a dostaneme se do nějaké situace, nevíme, jak se přesně chovat. Chceme být přijímání a patřit do nějaké rodinné skupiny. Chceme být a jsme loajální k oběma rodičům – a pokud se například otec chová nehezky k matce, má dítě

stres tvoří, zvolím metodu, kterou budu v terapii používat. Mám vytvořenou techniku, jak se zeptat našeho podvědomí, co ten ubližující stres způsobuje. Tím si vlastně vytvořím jakýsi obraz toho, co je potřeba „zahojit“, aby se stres přestal tvořit. Celý můj léčebný systém zahrnuje hodně různých věcí; kupříkladu biochemii nebo kontextuální terapii, která de facto staví jakýsi model toho, jací jsme a co potřebujeme. Pracuji hlavně s narušenými základními vztahy, které mají vliv na celé naše podvědomí. Zjišťuji, kde je problém v modelu rodiny a vztahů. Dotyčný by měl mít ukotvení sám se sebou i s okolím, v podstatě by měl vědět, že je v lásce. Protože to, co všichni chceme a podvědomě potřebujeme, je mít pocit, že jsme milováni a že jsme součástí něčeho většího – rodiny nebo komunity...

Pracujete s lidmi nejen v osobním kontaktu, ale i on-line. Jak to probíhá?

Procedura, kterou používám, de facto nerozlišuje, jestli je ten člověk se mnou fyzicky nebo virtuálně. První způsob je uvést člověka do klidu pomocí jednoduché meditace. Aby se dostal do neutrálního stavu, potom s ním můžu procedurou projít. Když se dotyčný pak nad nějakou situací, tématem nebo nějakým faktem zamyslí, tak pokud je tělo a mysl v klidu, tělo odpoví. A pokud je tam nějaký nesoulad, podvědomí to okamžitě ►

detekuje a dá o tom vědět. Člověku se začne zvyšovat tepová frekvence, zrychlí se mu dech, začne ho někde šimrat a podobně... S tím pak pokračujeme a pracujeme dále. Pracuji také energeticky – umím se napojit na pole dotyčného a cítím, jestli tam ten stres je. Vybírám ale vždy podle toho, co danému člověku vyhovuje. Někdo je otevřenější, někdo s těmito věcmi třeba nikdy nepracoval a není mu to příjemné. Především, že se nikdy nenapojím na něčí energetické pole bez vědomí a souhlasu dotyčného.

vou hemisférou. Touto metodou lze propojení opět obnovit, a mozek pak může trauma řešit. Což nejde, když je ve stresu. Hodně používám také biochemii.

Co Vás na Vaší práci nejvíc baví?

Když vidím, jak se lidé zlepšují a jak se jim vrací naděje. Když si dokáží uvědomit, že každý problém je řešitelný a že trápení je jen dočasné. Když se někdo dokáže vrátit zpátky k lásce, která mu pomůže ty změny udělat... Mám obrovskou radost, když někdo dokáže

nehezkého místa a hledal jsem, jak se dostat ven. Pátral jsem po nějakém způsobu, jak se duševně „spravit“. Tohle mé hledání trvalo léta; měl jsem sice nějaké dílčí úspěchy, ale stále jsem nebyl úplně srovnaný. Říkal jsem si: *Sakra, už jsem udělal tolik práce a pořád to není ono. Necítím se dobře a stále mám nějaké podvědomé strachy a stresy.* Když jsem začal pracovat s Live the Connection, za fungovalo to! Je to metoda částečně založená na klasické rodinné psychoterapii a jde tedy o velice hlubokou, reformační a silnou terapii založenou na vztazích a na lásce. Pokud tohle téma není v podvědomí v pořádku, je život těžší, než by musel být.

Používám kombinaci procesů, které vzájemně spojují – individuálně a pro každého trochu jinak.

Kdo převážně tvoří Vaši klientelu?

Jak jsem řekl, pracuji převážně s muži mezi 40 a 60 lety. V podstatě jdou celý život dopředu, ale mají něco nevyřešeného z dětství. Nebyli dosud schopni tyhle své problémy vyřešit – a začíná je to velmi silně ovlivňovat v životě. Měli nebo mají celý život dobré zaměstnání, ale mají v sobě nějakou duševní prázdnotu a třeba se jim rozpadlo manželství... Najednou si uvědomí, že to, co prožili v minulosti, nelze popírat a dělat, že to neexistuje a schovávat to. Mají z té bolesti strach. Mají porušený vztah sami se sebou, a postupně se dostanou do situace, že už v tom nemůžou pokračovat. Nevědí, co s tou prázdnotou, dírou mají dělat. Zkusili třeba už nějaké terapie, léky proti depresi nebo podobná farmaka, ale nic nezabírá. Pomáhám jim dostat se k jádru problémů, najít, co jim nefunguje a kdy to začalo.

Vaše práce míchá několik terapeutických metod. Máte nějakou, kterou ve své práci nevynecháte?

Ano, jde o metodu Live the Connection, jejíž autorkou je Marina Rienslagh. Pracuje s tím, že pokud je někdo ve stresu, přestane mu fungovat komunikace mezi levou a pra-

změnit nějaké hluboké přesvědčení nebo když se změní třeba ten původně komplikovaný vztah s rodičem... S klientem se během terapie napojím na místo, na konkrétní zážitky, zkušenost nebo myšlenku, které jsou „porouchané“ a držím to místo v lásce a on sám svým myšlením pracuje. Nejsem tam, abych někomu říkal: *Tvůj problém je to nebo to a musíš s tím dělat to a to* – tak, jako to bývá v tradiční terapii (která má určité své důležité místo...). Moje terapie spočívá v tom, navést člověka zpátky na jeho vlastní cestu...

Kdo Vás na cestě k této práci nejvíce ovlivnil?

Musím říct, že aniž by to zřejmě plánoval, tak můj otec. Ze vztahu mých rodičů jsem měl tolik stresů a bolesti, navíc mi v době dospívání umřela máma... A s takovou náloží traumat z dětství jsem ten smutek vůbec nezvládal. Dostal jsem se postupně do takového

Máte nějaký cíl? Čeho byste chtěl dosáhnout?

Chtěl bych ukázat co nejvíce lidem, že nemusí žít ve strachu a ve smutku, nebo s fyzickými poruchami. Že existuje způsob, kudy ven z koloběhu problémů a že člověk může žít v klidu, radosti a lásce. A že si může vytvořit takový život, jaký si představuje. Ale nejdříve musí spravit všechny své podvědomé bloky. Miluji pracovat s lidmi, bavit se s nimi a dávat jim naději, že lze život radikálně změnit, zlepšit. Pokud jsou tedy připraveni na sobě v tomto ohledu zapracovat.

Máte nějakou svou metodu, jak se čistíte a udržujete v psychické pohodě?

Je to velice jednoduché. Člověk se potřebuje soustředit jen na dech, na srdce a na lásku. Tedy taková stálá meditace ☺ Jestli se na to někdo potřebuje podívat vědecky, srdce má nejsilnější frekvenci v těle – jde o elektromagnetickou sílu a nejsilnější vibraci vůbec. A ať přijde cokoliv – vzteky, smutky – pokud se na to dokážu podívat skrze tu lásku, nic mě neovlivní. Ten, kdo žije mimo své srdce a dostane se do nízké frekvence, začne se v tom brodit a snadno skončí v problémech.

Nějaký vzkaz pro naše čtenáře?

Rád bych tlumočil dvě věci – **1. Všechno je řešitelné.** Někdy si sice člověk myslí, že to nepůjde, nebo že jeho životní zážitky jsou nějaká výjimka a že takové věci nikdo jiný nezažil. Že mu zkrátka není pomoci. Řešení ale vždy existuje, jen se musí najít způsob, jak ho najít a dát věci do pořádku. **2. Přiznat to, co cítím. Nedržet to v sobě.** Říct třeba – bolí mě srdce nebo duše a nevím, co mám dělat. Sdílet tuhle svou bolest. S kamarádem, partnerkou, se šéfem, s terapeutem. A nestydět se za to. Emoce máme všichni... 

Jitka Menclová



Jacob Reimann

Narodil se a žije v Londýně (rodiče z ČSSR emigrovali v roce 1969).

Bakalářský titul z němčiny na Queen Mary – University of London.

Diplom v kineziologii, psychokineziologii, anatomii, fyziologii, biochemii, kurz Live the Connection.

Kontakt: hello@innerfreedom.uk





Horoskop na červenec a srpen

Od tohoto čísla se výkladu hvězd a toho, co nás čeká a nemine, poprvé v historii našeho bulletinu zhostí žena. Alita Zaurak se astrologii profesionálně věnuje již pěknou řádku let. Jak sama říká, postupně se stala její životní prací, inspirací, věrnou přítelkyní a spolehlivou průvodkyní na cestě životem.

ČERVENEC



Měsíc červenec nabízí mnoho příležitostí k odpočinku a relaxaci. Ve stavu hlubšího uvolnění můžeme nahlédnout do svého nitra, spojit se s duší a dostat odpovědi na otázky, na které je rozum krátký ☺. To se blahodárně projeví především za půl roku, v přísném období Kozoroha, kdy se nám dostatek psychické síly a moudrého porozumění bude opravdu hodit!

Nejvíce příležitostí k takovému „hovorům s duší“ budeme mít během novu, přesně 2. 7. v 21:15. Poklidné spočinutí, nejlépe v přírodě a u vody či přímo v ní napomůže uvolnit mnohé bloky bránící našemu uzdravení. Pečovat o své duševní i fyzické zdraví můžeme také ve dnech kolem 9. 7., kdy se Slunce v Raku dostává do pozitivního propojení s Bílou lunou v Panně a Proserpinou ve Štíru. Ptejme se na skutečné příčiny a možnosti uzdravení našich zdravotních či jiných potíží a pravdivé odpovědi jistě přijdou!

Naše duše nám může v podobě vizí či snů sdělit, kudy dál, kam naměřovat své počínání – obzvláště 10. 7., kdy se Slunce spojí se vzestupným uzlem v Raku. Vnímaví lidé mohou navíc zažít „boží požehnání“, které přináší pozitivní aspekt od Neptuna v Rybách. Díky opozici Slunce a vzestupného uzlu se Saturnem a sestupného uzlu

v Kozorohu však budeme v tyto dny rovněž konfrontováni s nezbytností řešit konkrétní záležitosti. Plni sil a inspirace však tyto úkoly jistě zvládneme!

Po celý měsíc se tedy věnujme především svému nitru a následně i nitru svých příbýtků. S pomocí citlivé a moudré Venuše v Raku (3. 7. – 28. 7.) budeme mít dost možností zharmonizovat vztahy s nejbližšími, především s rodinou. Pozitivní spojení Venuše s Neptunem v Rybách ve dnech kolem úplňku, přesně 18. 7., nám napomůže rozpustit v lásce a soucítění staré bolesti a křivdy!

Poslední červencový týden, od 23. 7., bude Slunce již ve znamení Lva. V nás i kolem nás začne hořet oheň kreativity a radosti ze života. Své vize budeme chtít uskutečňovat, své sny naplňovat a prožívat. Spojení s duší však stále udržujeme! Citlivost a vnímavost k reakcím okolí i našeho těla mohou zmírnit někdy až nezdravé projevy ohně – egocentrismus, povýšenost, nestřídmost. Užívejme si zodpovědně a vědomě a vyhněme se tak zbytečným komplikacím v budoucnu. Koupel v řece či pod vodopádem zdravě zchladí vášně a pročistí naše vnímání situací ☺.

SRPEN



Srpen a období Lva jsou rovněž vhodné k odpočinku, který již může postupně mít aktivnější podobu. Obzvláště po novu 1. 8. bude hladina naší životní energie narůstat a možná budeme mít chuť vyzkoušet si svou fyzickou i psychickou kondici na nějakém výšlapu do hor či podobných aktivitách. V tom nás podpoří i bojovník Mars, nalézající se ve Lvu do 18. srpna.

Venuše se ze starostlivého a někdy i přecitlivělého Raka 28. 7. také přesouvá do Lva a posílí naši potřebu užívat si života i poněkud ženštějším způsobem – pořádat oslavy, pikniky, malovat, tančit, milovat se...

Pozitivní spojení Slunce ve Lvu s Jupiterem ve Střelci ve dnech kolem 7. 8. přinese mnohé inspirace či moudré rady, napomáhající našemu sebevědomí, omlazení, vitalitě. Je to také dobrá doba na dovolenou, ideálně za hranicemi, neboť tam snadněji získáme potřebný a léčivý nadhled nad každodenními záležitostmi, budeme inspirováni k jejich tvůrčímu řešení.

Ať už budeme aktivně odpočívat jakkoliv, zásadní je udělat si čas pro sebe a věnovat se tomu, co nás baví a nechat stranou občas i pře-

hnanou péči o své blízké či o ostatní lidi jako takové. Obklopte se pomyslným kruhem a nenechte jej nikoho narušit, což pomůže opravdu dobít baterky, nastavit si zdravě hranice, posílit imunitu a čerpat energii na celý následující rok.

V druhé polovině srpna, po úplňku 15. 8., se naše vášně poněkud uklidní a budeme se moci věnovat péči o své zdraví, spojit se s tělem a naslouchat jeho potřebám, prozařovat, prodýchávat, omývat, očisťovat zevně i zevnitř. Bude to vhodná doba na odložení nezdravých či škodlivých návyků všeho druhu.

Na konci měsíce, konkrétně v den novu 30. 8., nás ještě příjemně a užitečně překvapí pozitivní propojení Urana v Býku se Sluncem v Panně. Nalaďme se na mocnou, možná i překvapující pomoc a urychlení procesu uzdravování. Nejlépe je trávit tyto dny co nejvíce v přírodě, ve spojení se Zemí, uzemnit se a osvobodit od všemožných zbytečných povinností, přebujelých potřeb... To nejdůležitější máme vždy s sebou!

S přáním nádherného léta

Alita Zaurak



www.mandalia.cz

Výklad horoskopu, přednášky a kursy astrologie, cestování, galerie obrazů...

Vloni v květnu jsem si objevil klíště. Narazil jsem na něj náhodou, takže nevím, jak dlouho bylo zakousnuté. Žena mi ho hned odstranila pinzetou, místo vydezinfikovala a brzy jsme na to oba zapomněli.



Jak jsem vstal z mrtvých

Za pár týdnů se mi však udělalo špatně, začal jsem mít příznaky boreliózy: trápil mě silný kašel, přidaly se horečky. Raději jsem nic neodkládal a objednal se k lékaři. Ten mi ihned a bez provedení testu CRP předepsal antibiotika. Nasazené léky příznaky nemoci velmi rychle potlačily a ulevilo se mi. Během deseti dnů jsem se

toové encefalitidě bývají velmi časté – až v 70 % případů!

Když jsem byl propuštěn do domácí péče, byl jsem stále velmi zesláblý, zpomalený – i v řeči, téměř jsem ztratil svalovou hmotu a cítil se hrozně. Za těch deset dní jsem viditelně sešel, bylo vidět, co tento virus (toxin) dokáže s člověkem za pár dní udělat...

především zjištění, že můj mozek funguje, jak má – nedošlo tedy k žádnému nevratnému poškození. Protože se u mě během léčby objevila i zvýšená tvorba hlenu, terapeutka mi přidala ještě preparát **Joalis Lymfatex**.

Po třech týdnech jsem šel na kontrolu do nemocnice. Mé krevní testy byly zcela v pořádku, dařilo se mi mnohem lépe. Během další lékařské kontroly mi dělali také EEG – i tyto testy potvrdily, že se mohu zapojit do běžného života. Navíc lékaře můj stav oproti původním prognózám velmi překvapil. Divili se, čím to může být, že moje rekonvalescence probíhá tak rychle a že se mi daří takto nebyvale dobře. Klíšťová encefalitida je totiž onemocnění, u kterého se předpokládá velmi zdlouhavé zotavování a pacientům trvá řadu měsíců, než jsou schopni znovu docházet do zaměstnání a vůbec fungovat, jak byli před nemocí zvyklí. Vliv preparátů Joalis byl tedy velmi rychlý a s viditelnými výsledky. Jak mi vysvětlila terapeutka Ivana, kapky Joalis povzbudily můj imunitní systém k akci, a proto jsem se z této vážné nemoci dostal rychle a poměrně bez následků. Jsem velmi vděčný a tímto děkuji celé firmě Joalis a především paní Ivaně Buchtelové za to, že mne úspěšně vrátila do života bez komplikací.

Pavel Kučera

Již po pěti, šesti dnech užívání kapek Joalis jsem začal pociťovat první pozitivní výsledky.

cítil relativně v pořádku. Nicméně tento stav se asi dva týdny po prvním vyšetření opět velmi rychle zhoršil. Bylo mi tak zle, že mě žena musela okamžitě odvézt do nemocnice, kde jsem byl ihned hospitalizován. Bylo mi špatně, měl jsem obrovské bolesti hlavy, závratě, nemohl jsem stát na nohou, trápily mě i velmi vysoké horečky a celková slabost.

V nemocnici mi lékaři nakonec udělali lumbální punkci, která ale oproti původní diagnóze prokázala klíšťovou encefalitidu. Ihned mi byly nasazeny kortikoidy a léky na otok mozku, který se u mě v lehké míře také vyskytl. Deset dnů, které jsem strávil v nemocnici pod silnými dávkami kortikoidů, byly pro mne ve znamení velmi divných stavů. Během nich mému zpomalenému tělu velel mozek, aby vše vykonávalo rychle, což ale samozřejmě nebylo možné. Neměl jsem na nic sílu, byl jsem velmi zpomalený. Rodina si také dělala starosti, abych neměl trvalé následky, které po klíš-

Terapeutka brněnského Body Centra – paní Ivana Buchtelová – mi ihned nasadila preparát **Joalis FSME** a také **VelienDren**, s dávkováním 5x denně po deseti kapkách. To bylo samozřejmě silnější dávkování, ale nebylo na co čekat. V mládí, v devatenácti letech, jsem navíc při autonehodě přišel o slezinu, a to je samo o sobě varovným signálem slabší protivirové imunity.

Již po pěti, šesti dnech užívání kapek Joalis jsem začal pociťovat první pozitivní výsledky. Do té doby jsem jen ležel a s námahou si došel třeba i na toaletu, byl jsem velmi vyčerpaný a pomalý. Postupně se mi začala opět vlévat energie do žil. Velmi úlevné bylo

Náš tip na detoxikační kúru u nemocí přenosných klíšťaty:

Borelióza – Joalis Spirobor + Imun

Klíšťová encefalitida – Joalis FSME, VelienDren



Kojení na veřejnosti? A co má být?

Původní myšlenka seriálu Být ženou byla provést ženu od dospívání až k početí dítěte, přes období těhotenství, porod, péči o novorozence a malé děti až do středního a pozdního věku. Již v několika předchozích dílech jsme se od této linky trochu posunuly. Myslím si ale, že tyto odbočky mají svůj smysl.

Otom, že psychosomatika má obrovský vliv na zdraví, dnes už asi nikdo nepochybuje. Množství knih a článků na toto téma by ale mohlo vytvořit mylný dojem, že tato zajímavá oblast je dost prozkoumaná a běžně se s ní pracuje. Ve skutečnosti ale praxe hodně pokulhává, protože pravou psychosomatiku nenačteme z knih a článků, musíme ji prožít a vnímat v běžných životních situacích.

Přijmout sebe sama

Každé zkušenosti, kterou ve svém životě zažijeme a která v nás vzbudí nějakou emoci nepřiměřenou dané situaci, i každé věci, která nás zaujme více než ostatní, bychom měli věnovat pozornost. Je to téma, které se nás dotýká a může být potenciálně i zdrojem problémů. Většinou se v ní nachází skryté bolesti, nepochopení a lítosti. Daná situace v nás pak pomocí asociativního porovnávání aktivuje emoční vzorec. Obzvláště citlivá jsou témata

týkající se sexu. Z pohledu zdraví mohou být velmi důležitá. Velmi úzce souvisí s přijetím sebe sama a svého těla, a tím pádem i naší duše.

Kdo nepřijímá svoje tělo, bojuje proti své duši. Tři roviny, tři úrovně bytosti – informační, energetická a hmotná – jsou spojené a neoddělitelné. Tělo – symbol té hmotné úrovně – je projekcí naší duše, symbolu informační úrovně. Řada lidí má problém právě s přijetím svého těla. Kdo se bojí být sám sebou, je velmi citlivý na odlišnosti ostatních. Na podvědomé úrovni cítí, že ho tyto rozdílnosti ohrožují a touží po „normalnosti“ a průměrnosti. Ta mu totiž dodává pocit bezpečí a jistoty. Vše v přírodě je spojením dvou odlišných skutečností a zachovává princip polarity, tedy princip jinu a jangu. Pokud se na svět podíváme holografickým pohledem, víme, že vše je spolu propojeno, tedy i všechny lidské bytosti, a vše živé je stvořeno stejnými přírodními zákony podle pentagramu. Z tohoto hlediska jsme všichni stejní, zároveň je ale každý z nás unikát: má jiné vlastnosti, schopnosti a talenty. Zrození na tento svět má pro celý vesmír obrovskou cenu. Každý z nás má v životě důležitý úkol, i kdyby to mělo být „jen“ mít někoho rád.

Naším úkolem je svoji unikátnost vnímat, nestydět se za ni, naopak: být na ni hrdý. Jednoduše, každý z nás má být pravdivý a být sám sebou. Máme se nechat ostatními inspirovat, ale žít svůj život. Každý z nás má v sobě tuto touhu hluboce zakořeněnou. Jenže řada lidí kvůli prožitým traumatům nebo podtlou výchovy či společnosti své právě já nežije. Tato dychtivost nás ale v podvědomí vždy píchne, když někoho, kdo to dokáže, potkáme. Není nám to příjemné. Je to podobné, jako když se ozvou výčitky svědomí. Proto se podvědomě snažíme s takovými lidmi moc nepotkávat. A když už jsme k tomu nuceni, tak si na nich naše ratio najde nějaké ty špatné vlastnosti; abychom se jaksi uklidnili, že to, jak to děláme my, je přeci správně. Ono píchnutí, které v nás vyvolají, nás třeba přinutí je pak před ostatními pomlouvat, nebo se může snažit nějak jejich originalitu omezit. Vystavují otázky: „Co když z toho bude norma a já budu také muset ukázat, kdo opravdu jsem?“ Ale pozor, akceptovat originalitu – jak svou, tak i ostatních – nutně neznamená, že budeme přijímat například špatné a nevhodné chování k jiným nebo k sobě. Proto máme emoci agresivity, která se aktivuje vždy ve chvílích, kdy se cítíme ohroženi. Nutné je ale v takové chvíli se zeptat,

zda je chování druhého opravdu společensky nebezpečné a ubližuje, nebo se jen ozývá na še ohrožené ego a agrese tedy není na místě.

Kojit je normální. Nebo ne?

V minulých měsících proběhl médií příběh matky, která dlouho čekala v bance ve frontě a začala kojit své dítě. Podle jejích slov se snažila být nenápadná a otočila se stranou od ostatních klientů. Někomu se to ale nelíbilo a upozornil ochranku. Zaměstnanec ochranky pak ženě sdělil, aby „přestala exhibovat“ a odešla dítě nakrmit jinam. „*Po mém namítnutí, že přece jen kojím dceru, navíc jsem i částečně schovaná za kočárkem a zahalená svetrem, aby mi nic nevykukovalo, mi řekl, že prostě i tak exhibuju. Začal mi vyhrožovat, že pokud neodejdu nakojit dceru mimo prostor banky, nechá mě vyvést,*“ řekla tehdy dotyčná s tím, že nikdo z přítomných se jí nezastal. Odešla tedy dítě nakojit na blízké náměstí. Velmi se jí to ale dotklo a vyvěsila svůj příběh na sociální síť a také na facebookovou skupinu Laktační ligy. Na to zareagovala skupina maminek, které chtěly na problém upozornit. Uspořádaly tak veřejnou demonstraci, kdy šly kojit do stejné pobočky banky. Samozřejmě, že se tohoto příběhu chytila média, takže toho téma zajímá, může si na různých serverech přečíst řadu článků a nekonečných diskuzí.



nosti – bojovat anebo se se vším smířit. Bojovat se vaše podvědomí rozhodne, když cítí, že má boj smysl a že na něj máte dostatek síly. Naopak ke smíru vás podvědomí směřuje, když pocítujete, že nemáte dost fyzických nebo psychických sil. A to v těhotenství a v období kojení často bývá. Žádný muž si nedokáže představit, v jakém stavu vyčerpaní se nachází žena, která kojí své dítě a prakticky neustále je ve střehu a čeká, kdy ji dítě bude potřebovat a bude chtít nakojit. Ano, toto období přežije každá matka, každá samice, nic to ale neubírá na skutečnosti, že je to

Vzpomněla jsem si, jak jsem jela ve svém volném čase, kterého mám poskrovnu, doprovázet dětský folklórní soubor dudáků ze Strakonicka a vezla s sebou svoji malou dceru. Byla jsem upozorněna, abych ji nekojila před dětmi. Bylo to prakticky neproveditelné, protože jsme na vystoupení čekali společně. V duchu jsem si kladla otázku: PROČ??? Místo toho, aby se kojení začalo chápat jako přirozený způsob výživy malých dětí, vytváří se z něj tabu a něco, co není normální... Já jsem při všech svých dětech vždy plně pracovala, takže jsem je kojila prakticky vždy a všude. Po tolika letech jsem tedy byla „otrlá“ a bylo mi vcelku jedno, kdo si co myslí. Paradoxně, v kostele jsem nechtěla ostatní věřící přivádět do rozpaků, a tak jsem šla raději kojit ven. Velmi mne proto potěšilo, když papež František pobídl kojící ženy, aby své děti v klidu na veřejnosti kojily.

Těhotenství a období kojení je pro ženu velmi krásné, ale jak jsem už řekla, neuvěřitelně náročné. Nejen na fyziologické, ale i na psychologické úrovni předává každá matka každodenně obrovský díl energie svému dítěti. A aby to mohla dělat, zároveň ji potřebuje někde rychle čerpat. A to jí vesmír umožňuje. Těhotenství je, jak se jinak také říká, „požehnaný stav“, a pokud je žena napojena na vesmír a zemi, tak skrze ni doslova proudí energie, která s sebou přináší radost, kreativitu a sílu. V přírodě není nic nebezpečnějšího a silnějšího než rozzuřená samice, která chrání svá mláďata. Vraťme se ale k našim mediálním příběhům. Společné je jim to, že kojící žena, která je sociálně oslabena, protože musí být téměř každou minutu svého života ostražitá, kdy bude její dítě potřebovat najíst, se dostane do velmi nepříjemné situace – je jí bráněno naplnit přirozenou potřebu

Místo toho, aby se kojení začalo chápat jako přirozený způsob výživy malých dětí, vytváří se z něj tabu a něco, co není normální.

V době, kdy jsem měla rozepsaný tento článek, se vynořila další zpráva: Žádné kojení při vzletu a přistávání. V letadle společnosti Ryanair zakázal stevard ženě při vzletu letadla nakrmit své dítě, i když plakalo a ona jej chtěla uklidnit. Z mého pohledu je tento akt za hranou normálního chování a přístupu k zákazníkovi.

Přiznám se, že první příběh ve mně aktivoval můj emoční vzorec a plně jsem dotýcnou chápala – to, že se cítila dotčená a že se jí vůbec nelíbilo chování ochranky. Je to hlavně proto, že jsem za svůj život kojila dohromady přes 8 let a mám tak řadu zkušeností. Bohužel i těch z mého pohledu smutných. Vzedmula se ve mně lehká lítost a smutek. Tato emoce vzniká ve chvílích, kdy se dostanete do nějaké situace a víte, že máte dvě mož-

náročný a vysilující čas. A co tedy matkám, které jsou třeba jako žena z banky napomenuty, přijde líto? Že místo toho, aby je okolí přinejmenším chápalo, v lepším případě podporovalo a pomáhalo, se jim snaží situaci ztížit a zkomplikovat. Představa, že ve chvíli, kdy je dítě hladové a chce nakrmit, se mám zvednout a jít hledat kojící koutek, který se navíc obvykle nachází vedle záchodů. A když ho najdu, co když bude obsazený? To je velké množství námahy i stresu pro unavenou a v neustálém napětí žijící matku. A v tomto případě, tedy ve frontě v bance – napadlo někoho, že se žena také bála, že ztratí své místo a bude pak muset vystát frontu znovu? Místo toho, aby jí bylo nabídnuto frontu předběhnout a jít dopředu, nebo se otevřela jiná přepážka, byla z banky vykázána.

bu potomka. Tady je důležité zeptat se – Proč? Komu to vadí? Kdo je agresivní a slovně „napadá“, i když třeba slušným způsobem, ženu – matku? Co vzbuzuje tuto emoci agresivity? Ano, je to pocit ohrožení. A koho ohrožuje žena s kojencem v náručí? A čím??

Komu tedy kojící matky vadí?

K odpovědi nás mohou přiblížit internetové diskuze. Ano, vím, že si na nich si lidé vylévají své frustrace, nadávají, ale zároveň se tam vyjadřují i ti, kterých se to dotklo a jejich podvědomí je donutilo reagovat. Vynechávám politické diskuze, kde je velká část příspěvků zaplacených a neodráží tudíž pravou realitu. Velká část odpůrců kojení začne vykřikovat, že ženy chtějí exhibovat. Vždyť tím se oháněla i ochranka v bance. Sama jsem kojila mnoho let a věřte, že opravdu NIKDY jsem nekojila z důvodu, že bych se chtěla předvádět. Ale jen a jen proto, že mé dítě mělo hlad, nebo jsem nechtěla, aby brečelo, tedy vyrušovalo (například v letadle). Troufnu si říci, že 99 % maminek také nekojí pro nějakou exhibici. Nevý-

monální problémy spojené se zátěží hormonálních žláz a hypotalamu. Plně to vystihuje fráze: „Podle sebe soudím tebe.“ Jedná se o skupinu lidí, kteří si nejsou jisti sami sebou a jsou zvyklí neustále své chování korigovat podle toho, jak si myslí, že by to mělo být správně, a neustále se přizpůsobují společenským pravidlům, i když uvnitř to tak necítí. Určitým způsobem bychom tento rys mohli nazvat maloměststvím, chováním podle nepsaných norem, protože se to tak prostě dělá. Jakékoli vybočení z norem považují tito lidé za exhibici. Pokud by oni sami udělali něco „jinak“, nebylo by to z jejich vnitřního pocitu, ale kvůli tomu, aby na sebe strhli pozornost. Pokud nejsem sám sebou, mám v sobě řadu stínů, a to vede k nepřijetí těla a duše v celistvosti. Takové jedince velmi

jí se o své pozice, o staré pořádky, kdy svět obchodu, úspěchů, politiky a vědy patřil hlavně mužům a úspěšným ženám, které přejaly mužský vzorec chování a jednání. Často byly dokonce ještě tvrdší než muži. Musely, protože potřebovaly v tomto světě obstát. Najednou se více a více vynořují ženy, které jsou chytré, schopné a jsou v souladu se svým ženským. Mají děti, starají se o ně, kojí je, ale zároveň se čím dál víc chtějí zapojit do chodu světa, chtějí o sobě a svých dětech rozhodovat. Používají ale jiné emoční a sociální vzorce, než jsou ty mužské. Dokážou využít kreativní tok síly, který přichází s mateřstvím. Osobně vím, o čem mluvím. Každé dítě mi do života přineslo novou energii, nové poznání. Často byly první roky velmi vyčerpávající, ale paradoxně mi to přineslo nejvíce sebepo-

Najednou se více a více vynořují ženy, které jsou chytré, schopné a jsou v souladu se svým ženským.



znání a nových nápadů. A došla jsem k opravdové radosti a spokojenosti. Firmě Joalis, která je mým dalším dítětem, se daří, mým dětem také, vydala jsem knihu, která plní přesně to, co jsem si přála. Pracuji přibližně 24 let, již od vysoké školy. Kdybych polovinu té doby, tedy 12 let, která byla spjatá s těhotenstvím a kojením, byla jen doma, nikdy bych současného stavu nedosáhla. Protože vím, že vydáním knihy *Léčba informací* jsem došla na důležitou křižovatku mého života. Pokaždé, když vyjždím ze svého domu, jedu vysázenou alejí, která končí čtyřmi kaštanými. Ty jsem vysadila jako poděkování přírodě a vesmíru za svoje děti. Vždycky cítím radost a intenzivní sílu, která mne pak provází na náročných cestách nebo přednáškách.

Co říci závěrem? Kojení tvořilo podstatnou část mého života a i díky němu jsou moje děti zdravé, inteligentní, šikovné. Má velký smysl i později než v prvním půlroce života, nenechme si ho tedy vzít. Nemůžeme za to, že někomu je pohled na kojící ženu nepříjemný, protože vyvolává nezpracovaná traumata či emoční vzorce upozorňující na nevyřešené problémy. Slušně, ale asertivně, se správnými argumenty, bychom měly od společnosti chtít, aby vytvořila podmínky pro kojení. Tak, aby se stalo normální součástí života. 🌿

Marie Vilánková



lučuji, že ženy, které rády předvádí své přednosti, skutečně existují. Jenže většina z nich kojít asi ani nebude, aby si nezničila prsa, nebo kojít nemůže, protože ke svým prsům nemají zdravý vztah. Nejsou pro ně symbolem mateřství, ale spíše symbolem sexuální přitažlivosti. Tím samozřejmě nechci tvrdit, že kdo nemůže kojít, nevnímá svá prsa správně. Za problémy s kojením mohou většinou hor-

dráždí věci spojené se sexualitou, ke kterým ale nesprávně přiřazují i proces kojení.

Agresivita může povstat i z jiných důvodů. Je častá u úspěšných, starších mužů, někdy ale i žen. Když se jich zeptáte, co jim vadí, řeknou vám, že žena by měla být s dětmi doma, starat se o ně a nepotřebuje tedy cestovat, chodit do banky ani do práce... Čeho se bojí tato skupina? Proč tak negativně reaguje? Bo-



Odjakživa je to tak: žena se na svět dívá úplně jinak než muž. A čím dříve si tuhle skutečnost uvědomí partneři ve vztahu, tím lépe mohou předejít nejruznějším nedorozuměním ve vzájemné komunikaci.



Žena a muž – dva zcela odlišné pohledy na svět

Důvodem odlišného pohledu na věci kolem je ten, že každý z nich má jinak dokonalé oči. Přesněji řečeno jinak uzpůsobenou sítnici k vidění a k následnému hodnocení vjemů z okolního světa. V rozlišování a vnímání věcí barevných vyhrává na plné čáře žena.

Čípky a tyčinky

Sítnice je zadní část oka posetá receptory, které zachycují projektované obrazy přicházející do oka z prostoru před okem skrze čočku. Díky sítnici má člověk schopnost dvou druhů vidění – černobílého a barevného. Černobílý svět vidíme díky buňkám, kterým říkáme tyčinky. Ty reagují i na slabší světlo, ale zprostředkovaný obraz nemusí být úplně ostrý. Z barevného na černobílé vidění náš mozek automaticky přepíná při stmívání. Naopak při dobrém světle vnímáme okolní prostor barevně, a to prostřednictvím jiných buněk, čípků. Existují tři druhy a každý z nich je naladěný na jinou vlnovou délku, respektive barvu. Jedna sorta čípků vnímá červenou, druhá zelenou a třetí modrou. Každá další z barev, kterou vidíme a označujeme názvem, se skládá právě z těchto základních složek, kterým se obecně říká RGB (z angličtiny: R-red, G-green, B-blue). Přirozenou schopnost míchání barev z této základní škály okopírovali z přírody i výrobci smartphonů nebo monitorů počítačů.

Žena má na své sítnici daleko více čípků než muž, barvy tedy vnímá daleko přesněji. Důvodem je kódování na chromozómech: čípky pro červenou a zelenou barvu jsou totiž zakódovány na matčině chromozómu X, které má žena dva. Muž se svou genetickou výbavou XY má oproti ní tedy mnohem větší šanci, že jeho čípky pro rozpoznání zelené a červené budou nedokonalé či zatížené nějakou chybou. Jinak řečeno, budou polofunkční (dnes se na základě genetického výzkumu hovoří o polymorfních proteinech) nebo případně úplně nefunkční (barvoslepost). Lze tedy konstatovat, že barvoslepost na zelenou a červenou barvu je záležitostí především mužská. Dysfunkce příslušného čípku na chromozómu X totiž u muže nemůže být kompenzována správnou informací na druhém X chromozómu, jako se to může stát u ženy.

Skutečnost, že má žena na sítnici více receptorů pro červenou a zelenou, ji předurčuje k tomu, že vnímá a rozlišuje obvykle více odstínů těchto barev i jejich přechody do jiných nuancí. Pokud se muž se ženou dohadují ohledně vidění různých odstínů červené a zelené, muž obvykle prohraje. Vím to z osobní zkušenosti; to, co jsem já vnímal jako modré (mám na mysli spíše odstíny na přechodu do tyrkysové), viděly ženy kolem mě jako zelené. Mile mě pak proto překvapilo, že prací s Verself rezonancemi se mi během několika let jemnost pro rozlišování pře-

chodů mezi modrou a zelenou výrazně zlepšila a své oblíbené letité domácí tričko, které jsem vždy vnímal jako modré, vidím dnes zcela jasně jako zelené. A musím přiznat, že mě udivuje skutečnost, že jsem to tak dříve nevnímal. Vysvětlením nejspíš bude, že mozek člověka je kromě fyziologických substancí živěn a poháněn také čchi, tedy pránickou energií.

Trochu jinak jsou na tom čípky pro modrou barvu, které jsou kódovány na chromozómu 21. Zde je skóre mezi muži a ženami nerozhodné. Příroda zde k nám navíc byla vlídná, protože ubývání modré složky světla na sítnici, které nastává při stmívání, vede ke spuštění syntézy spánkového hormonu – melatoninu. Funguje to samozřejmě i opačně: při svítání a východu slunce, kdy modré složky přibývá, produkce melatoninu v mozku klesá a člověk se probouzí. Modrá barva tedy doslova představuje probuzení. Ani si nedokážu představit, jaké důsledky by měla porucha ve vnímání modré složky světla na naši schopnost usnout.

Skládání barev do černé a bílé – jin a jang

Je velmi zajímavé podívat se na skládání základních barev jak z pohledu fyzikálního, tak i filozofického. Jak je patrné z obrázku, následkem smíchání stejného množství červené, zelené a tmavě modré barvy vznikne **bílá**.

Bílé světlo, které obsahuje všechny viditelné frekvence, má schopnost se nazpátek rozložit do barev duhy. Bílá je přitom také barvou jangovou. Když se zaměříme na akustický aspekt míchání frekvencí a sestoupíme o 40 oktáv níže, tak se z viditelného spektra dostaneme do spektra akustického. Tam se pracujeme ke slyšitelným tónům As=červená, C=světle zelená a Es=tmavě modrá. Spojením těchto tří tónů vzniká durový kvintakord, tedy akord, který je lidskému uchu příjemný a je pozitivní, optimistický a veselý. Hudební skladby kvintakordem obvykle začínají či triumfálně končí.

Vedlejšími barvami, které vznikají při míchání základních barev, jsou světle fialová, světle modrá a žlutá. Prvně jmenovaná vznikne, když se smíchá stejné množství tmavě modré a červené. Světle modré dosáhneme promícháním stejných dílů tmavě modré se zelenou, žlutou dostaneme smícháním světle zelené a červené. Když tyto tři vedlejší barvy následně smícháme dohromady, výsledkem bude **černá**. Tedy barva jinová, která oproti bílému světlu všechny barvy a frekvence pohlcuje. A pokud opět sestoupíme o 40 oktáv níže do světa hudby, ocitneme se u tónů B=žlutá (B flat), D=modrá a E=fialová. Spojením těchto tónů dostaneme disonanční akord, který lidskému uchu není příjemný, je

Muž vidí lépe černobíle

Každá lidská nedokonalost či nezpůsobilost se většinou už od raného dětství kompenzuje tím, že člověk začne používat a rozvíjet jiné smyslové a mozkové schopnosti. Tedy ty, které mu přirozeně jdou. A někdy se mohou dostat až pozoruhodné výsledky. Pokud například ten, kdo se narodí slepý, začne rozvíjet svůj vnitřní hudební svět, stane se třeba vynikajícím hudebníkem nebo zpěvákem.

Žena má díky svým schopnostem možnost soustředit se na více činností naráz a podržet si je v okamžité paměti, protože obrazy se jí mohou velmi rychle měnit. Její nevýhoda ovšem spočívá v rozhodování se, kterou cestou a kudy se vydat.

S muži a jejich viděním je to podobné. Díky nedokonalému barevnému vnímání, kdy oproti ženám jednoduše neumí vidět realitu okolo sebe v tisíci barevných a emotivních odstínech, začínají od narození rozvíjet svoje

mání a zážitky. Vibrace u žen jsou v mnohých případech doprovázeny i vjemy čichovými, chuťovými nebo zvukovými, viděné obrazy jsou pak popisovány do nejmenších barevných podrobností. Zajímá mě se i o to, kde přesně žena při Verselfu obraz vidí a jakým způsobem ho vnímá. Dostávalo se mi časté odpovědi, že příběh je naprosto zřetelný barevný hologram viděný v prostoru před tělem.

Typický muž naproti tomu vidí během jedné minuty většinou jasnou, někdy ale i méně zřetelnou, statickou věc. Tedy jeden předmět

nebo jednu neměnnou scénu, jejíž barevnost si dokreslí až následně. Barevně to tedy nevidí, ale ví, že to tak je.

Žena má díky svým schopnostem možnost soustředit se na více činností naráz a podržet si je v okamžité paměti, protože obrazy se jí mohou velmi rychle měnit. Její nevýhoda ovšem spočívá v rozhodování se, kterou cestou a kudy se vydat. Finální rozhodnutí tak může být zatíženo okamžitými emocemi a nikoliv jasnou vizí.

Na druhou stranu muž se na jednu věc a jeden cíl umí soustředit velmi dobře. Zaměření se na vícero věcí nebo subjektů ho obvykle vyvede z koncentrace a může vést až k podrážděnosti. Muž tedy nemívá problém vytyčit si jasný cíl, obraz nebo vizi, za kterými pak jde.

Mužský a ženský svět se mísí v každém z nás

Ve výše popsaném rozdílu mezi mužským a ženským světem jsem hovořil o typickém muži a typické ženě. Ve skutečnosti je ale v každém z nás přítomná jak mužská, tak i ženská část. Zástupkyně jemnějšího pohlaví by tedy ideálně měla usilovat o to, aby přijala svoji ryze ženskou sílu a stala se ŽENOU. Aby k sobě ale zároveň pustila, vstřebala a pochopila mužský svět a ten realizovala ve svém těle. Na druhé straně správný muž se má ztožnit se svou vlastní silou, stát se MUŽEM a zároveň pochopit a vstřebat do sebe ženskou stránku a její dynamiku.



plný napětí. Posluchač chce většinou pokračovat a uvolnit se znovu v akordu bílé barvy As-C-Es. A i naopak, pokud moc dlouho posloucháme libozvučný a uklidňující kvintakord, znovu zatoužíme po napětí, po dynamice souzvuku B-D-E. A tak se střídavě napětí černé uvolní do bílé a naopak. Vy, kdo ovládáte noty a máte možnost si tyto dva akordy přehrát na klávesnici piano nebo na kytaru, si můžete udělat takovou jin-jangovou akustickou meditaci. Život probíhá jediné tehdy, když se černobílá mandala jin-jang otáčí. Bílá se tedy prolíná do černé a pak zase zpět, černá do bílé. A takhle to jde nepřetržitě – bez začátku a bez konce.

černo-šedo-bílé vidění světa. Svět jako ANO/NE, svět jedniček a nul. Buď něco je, nebo to prostě není. Buď existuje jasná vize nebo takzvaný Nothing Box (krabice, kde nic není). I k tomuto zjištění jsem se dopracoval praktikováním metody Verself.

Jedna vibrace při sezení, tedy jeden obraz, trvá asi jednu minutu. Je to doba dostatečná k dosažení požadovaného vjemu a projekce do vnitřního světa dotýčného.

Typická žena je schopná zážitků z této jedné minuty popisovat někdy až několik minut, asi jako kdyby shlédla celovečerní film. Z jednoduché monotónní světelné a zvukové frekvence se tak stane obrovský prostor pro vní-

Existuje ale mnoho mužů, kteří sice na první pohled vypadají jako opravdoví chlapi, uvnitř sebe mají ovšem veskrze ženský svět. A protože jsem měl možnost dělat Verself diagnostiku i mnohým atraktivním ženám, obvykle na vyšších manažerských pozicích, viděl jsem, jak v sobě svoji ženskou složku potlačují a naopak je u nich rozvinutý svět mužského rozhodování. Rovněž jejich vnitřní symboly vnímané u rezonanci jasně ukazovaly na mužské archetypální obrazy. Ale na všem se dá pracovat, a pokud člověk touží po poznání sebe sama, tak právě Verself může být výbornou cestou a inspirací.

Ženská síla, která souvisí s archetypem Země, je fyzicky prožívána jako náhlý proud vitální energie proudící po páteři nahoru

silný energetický proud zlaté barvy a proniká vnitřkem člověka nahoru jako skrytá tryska ve fontáně. Ne nadarmo se nejvyššímu citlivému místu na lebce říká fontanela. Právě tudy by měl zlatavý energetický proud jisker vylézt směrem k nebi, podobně jako ve fontáně.

Mužská síla reprezentuje archetyp Nebe a je oproti ženské prožívána jako prudký výboj energie směřující shora dolů. V přírodě má charakter blesku a hromu a souvisí s vybitím elektrického potenciálu v prostoru mezi nebem a zemí. Reprezentuje ji i postupně vznikající napětí mezi mužem a ženou před milováním, podobně jako v ovzduší vzniká elektrický náboj před letní bouřkou. Zpodobňuje ji i očekávání toho, co bude ná-



V muži i v ženě jsou tedy obě tyto síly potenciálně přítomné a záleží na každém z nás, zda je v sobě postupně objeví a pochopí jejich mocnost.

přes nejvyšší bod na hlavě, korunu, směrem do nebe. Reprezentuje ji úplné prožití ženského orgasmu při milování. V Indii se tato síla nazývá *Kundalini*. A v každém člověku, v ženě i v muži, je naprogramovaná parasympatickým reflexem, zapáleným ohněm proudícím z křížové oblasti. Je vnímána jako

sledovat po milostné předešle a také to, k čemu u muže dochází po milování – prudké vybití energie a uvolnění se. Mužská síla je většinou vnímána jako stříbrně bílý všeobjímající plášť klidné energie okolo těla proudící z bezprostředního prostoru nad hlavou směrem dolů k zemi. Stejně stříbřitě je za-

barvená i voda z fontány, která dopadá zpět na vodní hladinu tak, aby opět mohla být ze dna kašny vystříknuta tou samou tryskou směrem do vzduchu. Ne nadarmo se prvnímu akupunkturnímu bodu dráhy ledvin říká *tryskající pramen*. Je to bod na chodidle, kterým by se člověk měl jako první při každém kroku dotknout země. Při chůzi i při běhu, ale i v klidném postoji bychom v tomto bodě měli cítit energetické spojení se Zemí.

V muži i v ženě jsou tedy obě tyto síly potenciálně přítomné a záleží na každém z nás, zda je v sobě postupně objeví a pochopí jejich mocnost. Taoistický mistr by řekl, že obě síly je prospěšné v sobě najít, spojit, vstřebat a nechat je kolovat jako oživující vesmírnou energii po mikrokosmickém okruhu vzniklém spojením meridiánu řídícího a meridiánu početí – koncepního. O tom ale ještě později.

Na tomto místě musím říci, že jsem si velmi oblíbil partnerské rezonance Verself. Především u partnerů, kteří jsou spolu deset i více let a nějakým způsobem jim to stále funguje. Vlastně mě zajímá, na jakých různých principech jsou tyto vztahy postaveny. A těší mě, když se setkávám s páry, ve kterých jdou oba podobnou cestou rozvoje a duševně, duchovně i tělesně jsou na podobné úrovni. U takto „sžité“ dvojice se nezřídka stává, že při rezonanci na konkrétním bodě páteře partneri cítí nebo vidí stejný obraz nebo příběh. Samozřejmě s tím rozdílem, že muž tento obraz popisuje poněkud hůře a pomaleji než žena. Žena ho naopak dokáže popsat do neuvěřitelných podrobností. A jen pro úplnost dodávám, že se většinou jedná o vizi, která je do té doby oběma neznámá, nikdy předtím ji neviděli. Stává se tak pro oba něčím velmi důležitým, možná jakousi výzvou ke společnému pochopení individuálního růstu každého z nich na společné cestě životem.

Ing. Vladimír Jelínek



Zdravé opalování

Slunce je důležité pro všechny, poskytuje nám důležitý vitamin D, ale také zvyšuje hladinu serotoninu – hormonu štěstí. Jak tedy postupovat, pokud chceme mít pokožku jemně opálenou, ale nechceme škodit svému zdraví? A jaké zvolit opalovací přípravky? Pokud chcete připravit svou pokožku na zdravé opalování, je potřeba začít již na začátku jara. To letos již nestihneme, detoxikační přípravě kůže se tedy budeme věnovat v příštím roce v jarním období. Protože se však nyní blíží čas dovolených, téma opalování jsme prostě vynechat nemohli.

Postupně a přirozeně

Pokud sedíte celé dny v kanceláři a na dovolené chcete rychle nabrat bronz tím, že se celý den vystavujete paprskům, nedopadne to dobře. Optimální je vystavovat pokožku slunci postupně a během přirozeného pohybu – na procházkách, cestou do práce, atd. Pokožka tak bude moci přijímat sluneční paprsky průběžně a vytvoří si svůj přirozený filtr (pozor, jen na něj spoléhat nelze, pohybuje se kolem faktoru 6).

Důležité je také respektovat přirozený fototyp své pokožky. Jinak zvládne pobyt na sluníčku zrzavá žena s pihami a bělostnou pokožkou (fototyp I) a jinak snědý muž s přirozeně tmavou pokožkou (fototyp IV). Chránit se lze také oblečením a pokrývkami hlavy –

i obyčejné bavlněné tričko má faktor UPF (Ultraviolet Protection Faktor – tedy faktor, chránící před ultrafialovým zářením) kolem 5–8, existuje i speciální oblečení, které má ochranu až UPF 50+. To je vhodné především pro děti na dovolenou, když je nechceme rušit od dovádění u vody a zároveň je chceme chránit před spálením.

Samozřejmostí je minimalizovat pohyb na slunci v době největšího slunečního svitu – tedy od cca 11 do 15 hodiny. V této době má slunce největší sílu a pokožka se nejsnáze spálí. Ideální tedy je chodit k moři dopoledne, přes oběd si dopřát siestu ve stínu nebo na pokoji a na pláž znovu dorazit až zase pozdě odpoledne. Večer se pak můžete jít projít nebo pobavit. Jižané tomuto časovému cyklu ostatně podřizují celý svůj letní režim.

Mazat ano či ne?

Toto rozhodnutí musí učinit každý sám na základě svých zkušeností a samozřejmě také od-

stínu pokožky. Vždy je potřeba mít na zřeteli, jestli se opalují u nás v Čechách nebo u moře či v horách, kde je slunce samozřejmě ostřejší. Potvrzuje se, a už se o tom i otevřeně mluví, že opalovací krémy s chemickými filtry jsou pro tělo i přírodu velmi nešetrné, ba dokonce škodlivé. Naštěstí se čím dál častěji objevují na trhu k tělu i přírodě šetrnější a přírodnější varianty. Můžeme tak sáhnout po opalovacích prostředcích s tzv. minerálními filtry, které fungují tak, že sluneční záření odrážejí (zatímco chemické je pohlcují) nebo například po krémech na bázi přírodního polymeru P3HB. Chce to prostě vychytat ten správný prostředek, který nám bude vyhovovat. Například moje první zkušenost s emulzí s minerálními filtry byla dost odstrašující – s modrobílým filmem po tváři jsem se stala zdrojem vtipů všech kolem a bílé bylo následně i všechno mé oblečení. Na výběr je naštěstí stále více přípravků s účinným nechemickým filtrem, takže se nemusí jednat jen o hutné bílé pasty.

Pokud chceme ještě více důvěřovat přírodě a náš fototyp to umožňuje, lze pokožku svěřit do péče olejů, například toho z malinových semen, u kterého se uvádí faktor až kolem SPF 30, nebo oleje z mrkvových semen



Fototyp I – citlivá pokožka, která na sluníčku rychle rudne. Pleť světlá, většinou s pihami, blond či zrzavé vlasy, světlé oči. Doporučená velká sluneční ochrana. Patří sem cca 2 % obyvatelstva.

Fototyp II – stále spíše citlivá pokožka, většinou zrudne, poté přejde do hnědé barvy. Pleť světlejší (někdy s pihami), vlasy blond nebo světle hnědé, oči modré či zelené. Také nutnost ochrany. Jedná se o přibližně 12 % populace.

Fototyp III – normální pokožka, která na sluníčku zrudne jen občas, hnědne dobře. Světle hnědá barva pleti, tmavě blond až kaštanové vlasy, oči hnědé či šedé. Na sluníčku stačí nižší ochrana. Nejčastější skupina v populaci – 78 %.

Fototyp IV – pokožka odolná proti slunečnímu záření, téměř nikdy nezrudne a snadno hnědne. Hnědá až olivová pleť, tmavě hnědé až černé vlasy, tmavé oči. Jedná se o cca 8 % populace.

(SPF 38–40) – ten je velmi hutný a je třeba jej naředit nějakým jiným nosným médiem. Další vhodné oleje pro snědší typy jsou kokosový (SPF 8) a olivový (SPF 6).

Tyto přírodní prostředky mají velkou výhodu, protože se snadno roztírají a hýčkají pokožku ještě dalšími cennými ingrediencemi. Olej by měl být v každém případě za studena lisovaný, čerstvý a je potřeba ho skladovat ve tmavém, ideálně skleněném obalu. Přejí vám všem krásné léto bez spálenin.

Linda Maletínská



Doba bezstarostných letních dnů se blíží a s nimi i prázdniny. Děti se rozjedou k babičkám a na tábory a v mezičase nás čekají rodinné dovolené. Léto je časem nabírání cenné energie, ze které pak můžeme čerpat v sychravých dnech podzimu. Je to čas sklizení čerstvého ovoce a zeleniny ze zahrádek a také doba výletů a blahodárného nicnedělání. Co přibalit našim malým cestovatelům na cesty za babičkami, na tábory či dovolené?



Hurá, prázdniny!

Léto a s ním spojené prázdniny miluji snad všechny děti. Velmi silně si pamatuji ten osvobozující pocit, kdy koncem června letěla aktovka do kouta mého pokojíčku a zajímala jsem se o ni (trochu nedobrovolně) až začátkem září. Mezitím jsem si užívala poletování po lukách a lesích, dobrodružství s partou dětí na chalupě, turistické tábory a chaty obou prarodičů.

Nebezpečí z našich luk a lesů

Za mého dětství se prevence před nevitnými lesními a lučními roztoči a hmyzem příliš neřešila. Po loukách jsem běžela dost často bosa a dlouhé kalhoty jsem celé léto neměla na sobě, ani do lesa. Pečlivé prohlížení po pobytu v přírodě se rovněž nekonalo, neboť to by na mě mohli rodiče koukat téměř neustále a klíšťata na babiččině nalezeném psíkovi

Cesarovi měla přímo hody, neb si jich babi všimla, až když byla pořádně nacucaná. Zkrátka se o to nikdo moc nezajímal. Navíc například na horách se klíšťata nevyskytovala vůbec.

Dnes je tomu jinak. Klíště, tento malinký roztoč, v nás budí obrovský respekt a děláme všemožná opatření, aby si na trávě, keři či kůře číhající „prcek“ nevybral právě nás nebo naše děti. Pověst nebezpečného predátora získala klíšťata zejména díky infekčním chorobám, které přenášejí. Také se stávají čím dál odolnějšími, vyskytují se nejen dříve, než bylo zvykem (klidně již od února), ale také ve stále vyšších nadmořských výškách. Již dávno tedy neplatí, že bychom na ně na horách nenatrefili – „chráněn“ je již pouze Praděd a Sněžka. Dospělé klíště navíc dokáže hladovět i rok! Uchycené za zadní nohy číhá na stéblech trávy a čeká na procházejícího člověka či zvíře – jakmile se ho dotkne, okamžitě se

reflexivně přichytí a zakotví se pomocí ozubeného hypostomu v kůži.

Chodit do přírody s obavami a vystresovat i naše děti však nemá cenu. Pobyt venku je pro naše tělo i duši blahodárny, tak se o něj rozhodně neochuzujeme. Za důležité považujeme především pravidelné prohlížení, neboť aby nás klíště nakazilo infekčními chorobami, musí být prisáté nejméně 24 hodin.

Ochrana a prevence

Pokud chceme své děti bez obav pouštět do přírody, je dobré používat ochranné pomůcky, například oblečení s dlouhými rukávy a nohavicemi. Vhodné jsou také repelenty – pokud nemáte chuť sprejovat děti chemickými přípravky, dají se snadno sehnat přírodní varianty, které rovněž dobře fungují. Pro děti existuje i celá řada náramků, které se vyrábějí též v přírodních verzích (tyto bývají na-

puštěné směsí éterických olejů, které klíšťatům příliš nevoní, dají se nosit na ruku i na nohu a jsou proto ideální na tábory, kde nad dětmi nemáme každodenní dohled.

Dále je velmi vhodné přibalit dětem na prázdniny k babičce preparát **Joalis Spirobor**, který výborně funguje na všechny druhy bakterií, které klíšťata přenášejí, a to i preventivně. Je tedy vhodné nasadit ho dětem v období letních měsíců, kdy se často pohybují v přírodě. Mezi nejznámější onemocnění bakteriálního původu patří lymská borelióza. S viry, které na děti mohou přenést nejen klíšťata (nejznámější je klíšťová encefalitida, známá též pod názvem klíšťový zánět mozku), si poradí preparát **Joalis FSME**. Tyto dva preparáty by tedy určité v cestovní lékárnice našich malých dobrodruhů neměly chybět.

Po návratu z tábora, od babiček, z chat atd. je samozřejmě nutné děti pořádně prohlédnout a v případě, že jim nějaké klíště najdeme, ihned ho vyjmout. Nejlepší a také nejjednodušší je použít speciální pinzetu, kterou bez problémů seženeme v každé lékárně. Jde to s ní snadno a vyndáme klíště celé a především živé. Dávno totiž neplatí, že nejlepší je udusit ho mýdlem či olejem. Místo, kde byl roztoč zakousnutý, následně vydezinfikujeme, ať už přípravkem s jódem nebo třeba levandulovým éterickým olejkem. Pokud dětem místo po odstranění klíštěte oteče, nepanikařte. Jde o přirozenou reakci imunitního systému. V případě, že se objeví červený flíček s bílým středem, zpozorníte a navštívíte lékaře. Antibiotika jsou na akutní fázi boreliózy na místě.

Často se také řeší, zda nechat dítě naočkovat či ne. Nepříjemné reklamy s heslem „Jedna dvě, klíště jde, klíště si jde pro tebe“ vydělaly nejednoho rodiče. Nutno připomenout, že očkovat se u nás lze nechat pouze na

onemocnění virového původu, tedy klíšťovou encefalitidu. Na bakteriální onemocnění přenášené klíštětem – lymskou boreliózu – se u nás neočkuje. Z mého pohledu je lepší zakousnutí klíštěte předcházet: používat ochranné pomůcky a zejména pravidelně dítě prohlížet.

Zahraniční dovolené

Řada z nás si nedovede léto představit bez odpočinkové rodinné dovolené v zahraničí. Sluncem provoněné pláže, západy slunce a k tomu relax a pohoda jak z katalogu ces-

Pokud dětem místo po odstranění klíštěte oteče, nepanikařte.

Jde o přirozenou reakci imunitního systému.

potomek s kým hrát (jíst písek nebo oblázky), ale také se na vás ostatní nebudou pohoršeně otáčet, když vám dítě ztropí u večere scénu, že chce místo hlavního jídla tři zmrzliny. Baby-friendly zařízení jsou uzpůsobené dětem, takže není problém dostat jídelní židličku, dětské talířky, samozřejmě jsou dětské koutky s hračkami či cestovní postýlky. Také je více než pravděpodobné, že i ostatní rekreanti přijdou s dětmi, takže budou mít po-



tovních kanceláří. Vždy se vyplatí poslouchat rady delegátů a neriskovat ochutnávky místní kuchyně v pouličních bufetech, či testovat kvalitu vody. Zejména děti jsou velmi citlivé na „jiné“ standardy, než jsou zvyklé, a je mnohem lepší užívat si dovolenou stavením hradů na pláži, než v křehkých na toaletě. Na všechny cesty – blízké i ty vzdálenější – je dobré přibalit také preparát **Joalis Embrión**, který přispívá ke správné funkci střev a stará se o tolik důležitou střevní symbiózu. Preparát je vhodný i pro malé děti, u nichž se aplikuje vtíráním do pokožky – na břicho nebo na předloktí.

Pokud chcete na dovolenou vyrazit i s menšími dětmi, je fajn porozhlédnout se po tzv. baby-friendly ubytování. Nejenže si bude mít

chopení pro pobíhání kolem stolů a další dětské skotačení, na které někdy nejsou bezdětné, po romantice toužící páry, zvědavé.

Chcete-li si na dovolené s dětmi odpočinout, doporučuji vybírat písčité pláže. Ano, písek bude sice všude, ale děti se po dobu dovolené promění v malé stavitele a vy se budete moci věnovat nové knize a relaxaci. Také přístup do moře bývá pozvolnější, což je rovněž výhodou.

Při cestách do zahraničí samozřejmě nezapomeneme v předstihu zkontrolovat, zda mají děti cestovní doklady, kromě pasu je dnes také možné vybavit i malé dítě občanským průkazem, který vyjde o něco levněji – za vydání občanského průkazu pro dítě mladší 15 let dáme jen 50 Kč. Hotová občanka pro malé cestovatele je hotová do 30 dnů od podání žádosti (většinou i dříve). Pozor, s občanským průkazem může dítě cestovat jen v rámci zemí EU a těchto států: Norsko, Srbsko, Albánie, Bosna a Hercegovina, Černá Hora a Makedonie. Pokud vaše cestovní plány přesahují rámec těchto zemí, potřebuje potomek pas. Lhůta pro vydání pasu je stejná – 30 dní a cena pro děti do patnácti let je 100 Kč. Pokud pár týdnů před odjezdem v hrůze zjistíte, že má dítě nebo vy prošlý cestovní doklad, existuje ještě možnost objednat si expresní vydání pasu, které trvá v pracovních dnech 24 hodin nebo pět pracovních dní, ale samozřejmě si budete muset připlatit.

Linda Maletínská



PLÁNOVANÉ PREDNÁŠKY PRE TERAPEUTOV

KE	18. 9. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	23. 9. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(09:00-16:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BB	27. 9. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Kapitulská 17
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	3. 10. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BB	24. 10. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Kapitulská 17
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	25. 10. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(09:00-16:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	6. 11. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BB	21. 11. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Kapitulská 17
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	22. 11. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(09:00-16:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	8.a 9. 11. 19	Seminárne dni Joalis s Mgr. Vilánkovou a Ing. Jelínkom, Čechinová 3, BA
	(10:00-17:00)	poplatok 50 EUR za 2 dni, novinky v detoxikácii Joalis a vyhodnotenie najlepších
KE	4. 12. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	12. 12. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(09:00-16:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BB	13. 12. 2019	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Kapitulská 17
	(13:00-17:00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť

Zmena plánovaných termínov seminárov je vyhradená!!!!

Vyššia úroveň: V1-Celororočný kurz Praktiká so Salviou a EAM setom, 1x 5 kreditov V2 a V3 praktické a teoretické semináre, 1x10 kreditov. Na predĺženie certifikátov zbierajte kredity.

Písmenom **V2** a **V3** sú označené semináre, ktorých sa môžu zúčastniť aj absolventi a účastníci nižších stupňov vzdelávania bez zloženia záverečnej skúšky daného stupňa.

Pre získanie a prevádzkovanie detoxikačnej poradne je potrebné priebežne získať 20 kreditov vždy za obdobie jedného roka, 10 kreditov za prvý polrok a 10 kreditov za druhý polrok. Účast' na vzdelávacích akciách sa započítava každý rok spätne.

Systém hodnotí účasť na jednotlivých vzdelávacích akciách presne určeným počtom kreditov:

Seminár V1 – praktiká s prístrojom Salvia a EAM setom- 5 kreditov, **Seminár V2-V3** - praktické a teoretické nadstavbové semináre 10 kreditov, kongresy 10 kreditov, seminárne dni 10 kreditov, letné alebo zimné školy 10 kreditov.

Na predĺženie certifikátu AŠD (atestovaného špecialistu detoxikácie) potrebujete získať 20 kreditov za rok!!!

**Pozývame Vás na Seminárne dni Joalis
s Mgr. Vilánkovou a Ing. Jelínkom v Bratislave**

Dňa 8. a 9.11.2019,

urobte si čas a zbierajte kredity na certifikát.

Poplatok 50 eur za 2 dni, v cene občerstvenie.

Prihlášky a informácie: jandova@man-sr.sk, tel. 0904 734 418

Nový systém vzdelávanie na Slovensku.

Doterajší systém vzdelávania pre budúcich terapeutov prešiel od nového roku výraznými zmenami. Dôvodom je predovšetkým nutnosť reagovať na aktuálne dianie okolo alternatívneho prístupu ku zdraviu. Naš vzdelávací systém je dlhé roky kvalitný a stabilný a behom jeho existencie ním prešlo mnoho absolventov, ktorí svoje znalosti šíria ďalej. Pretože nezaspávame na vavrínoch, hľadáme stále nové možnosti k zlepšovaniu a presnejšiemu zacieleniu. Niektorí z účastníkov kurzov napríklad nemajú ambície stať sa terapeutmi, avšak ich zaujíma podstata metódy a základné použitie produktov Joalis. Iní majú v pláne kombinovať prax detoxikačného terapeuta so svojou doterajšou profesiou (napr. fyzioterapeuti, výživoví poradcovia či psychológovia), ďalší sa chcú zdokonaľiť v praktických znalostiach (to platí i pre doterajších poradcov). Celý systém je teda prehľadný a má tri stupne: základný (Z1-Z4), stredný (S1-S3) a vysoký (V1-V3). K všetkým úrovňam sú v spolupráci s lektormi vytvorené jednotné prezentácie a skripta.

Viac informácií nájdete na www.joalis.sk, vzdelávanie alebo v harmonograme kurzov.

PLÁNOVANÉ PREDNÁŠKY PRE ZAČIATOČNÍKOV

KE	12. 10. 2019	Seminár Z1+Z2 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (09:00-16:00) poplatok 25+25 EUR, v tom registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
KE	13. 10. 2019	Seminár Z3+Z4 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (09:00-16:00) poplatok 25+25 EUR, pokračovanie Z1+Z2
BA	26. 10. 2019	Seminár Z1+Z2 osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3 (09:00-16:00) poplatok 25+25 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
BA	27. 10. 2019	Seminár Z3+Z4 osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3 (09:00-16:00) poplatok 25+25 EUR, pokračovanie Z1+Z2
B+K+BB	6. 11.	Skúška č. 1 Hlavné centrá, Čechinová, Vodárenská a Kapitulská (14:00-15:00) osobne, alebo on-line, poplatok 1 EUR, po absolvovaní kurzu Z1-Z4
KE	16. 11. 2019	Seminár S1+S2 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (09:00-16:00) poplatok 25+25 EUR,
KE	17. 11. 2019	Seminár S3 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (09:00-15:00) poplatok 40 EUR, pokračovanie S1+S2
BA	23. 11. 2019	Seminár S1+S2 osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3 (09:00-16:00) poplatok 25+25 EUR,
BA	24. 11. 2019	Seminár S3 osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3 (09:00-15:00) poplatok 40 EUR, pokračovanie S1+S2
B+K+BB	4. 12.	Skúška č. 2 Hlavné centrá, Čechinová, Vodárenská a Kapitulská (14:00-15:00) osobne, alebo on-line poplatok 10 EUR, po absolvovaní skúšky č. 1 a S1-S3 seminárov

Zmena plánovaných termínov seminárov je vyhradená!!!!

Základný stupeň: Seminár Z1+Z2: Z1-úvod do detoxikácie, nosná idea informačnej medicíny, toxíny, základy čínskeho pentagramu. Z2- rozdelenie a skupiny toxínov, základné preparáty Joalis, detoxikácia podľa pentagramu. **Cena: Z1-25 EUR, Z2-25 EUR v tom je registrácia účastníkov. Seminár Z3+Z4:**

Z3-ako používať základné preparáty, zostavovať kúry bez merania, používanie určitých preparátových sad, príklady detoxikácie pre rôzne problémy, detské choroby, imunitné problémy, alergie, detoxikácia pred počatím, problémy metabolizmu a iné. **Z4**- princíp informačných preparátov a podstata detoxikácie, imunológia, mikrobiológia. **Cena: Z3-25 EUR, Z4-25 EUR**

Stredná úroveň: Seminár S1+S2+S3 – S1-teória (meranie na prístroji Salvia a Acucomb), S2 -praktické meranie na prístroji Acucomb a Salvia so sadami a EAM setom, S3- detoxikačná taktika na prístroji Salvia, Acucomb s EAM- set. **Cena: S1-25 EUR, S2-25 EUR, S3-40 EUR**

Vyššia úroveň: V1-Celoročný kurz Praktika so Salviou a EAM setom, 1x 5 kreditov. **V2 a V3** praktické a teoretické semináre, 1x10 kreditov. **Na predĺženie certifikátov zbierajte kredity.**

Na uvedené akcie sa prihlasujte: e-mail: man-sr@man-sr.sk, internet: www.joalis.sk

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

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

Centrum Banská Bystrica: Kapitulská 17, tel./fax: 048 / 415 6186, 0911 758 00



Načerpajte v lete energiu!

Zdravé srdce ovplyvňuje taktiež náš smútok, melanchóliu a strachy.
Starajme sa o srdce, je pumpou nášho tela!

Náš tip:

Calon
+
CorDren
+
Emoce

Detoxikácia okruhu srdca optimalizuje tieto stavy:

- ✓ Zadýchavanie sa aj pri menšej fyzickej záťaži
- ✓ Kardiovaskulárne problémy
- ✓ Fóbie, strachy, zvýšená tréma
- ✓ Melanchólia, smútok
- ✓ Poruchy imunity
- ✓ Prirodzené vstrebávanie vitamínov, minerálov a živín



Viac informácií na www.joalis.sk

Najbližšieho terapeuta informačnej medicíny nájdete na www.joalis.sk v sekcii Naše centrá.