

Meníme svet po kvapkách



6/2020

november – december

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

**Urcid[®] –
účinný bojovník
s chorobou kráľov**

Liečivé vody Znojemska

**Respiračné vírusy
ovplyvňujú našu dušu**

**Alita Zaurak:
Kto zasial, ten začne budúci rok žať**

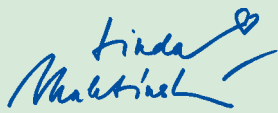
Vážení a milí příznivci
informační medicíny
a čtenáři našeho
bulletinu,



máme před sebou
poslední dva měsíce tohoto
podivuhodného roku. Opět jsme na
mnoha místech v rouškách, znovu platí
celá řada hygienických omezení. Víte, co
v této době považují za nejdůležitější?
Udržet si svou vnitřní svobodu a tu si
nenechat nikým a ničím vzít. Ať se kolem
děje cokoli! Držme si svou bublinu
„čistou“, nevzdávejme se drobných
radostí a dělejme dál to, co nás baví. Že to
nyní nejde? Ale jde... Místo skupinové
lekce si zacvičte doma, jděte ven na
procházku a radujte se z krás dokonale
zbarvené přírody. Uvařte si něco dobrého
nebo si prostě jen dopřejte lenošící den
s knihou. Ostatně – konec roku by měl být
o zpomalení, meditacích a celkovém
zklidnění.

A co nás čeká v tomto čísle? Respiračním
virům se podívala na zoubek Marie
Vilánková ve svém článku Respirační viry
ovlivňují naši duši – je to velmi zajímavý
a nový pohled na téma, které se kolem nás
točí již tolik měsíců. Vladimír Jelínek
svým článkem o přípravku Urcid
odstartoval novou rubriku Toxiny
a přípravky Joalis; dále se můžete těšit na
příjemný rozhovor s naší astroložkou
Alitou Zaurak či hvězdnou prognózu od
těže dámy. Jan Kroča se s námi tentokrát
podívá na Znojensko a Markéta Palatin si
posvítí na problematiku nočního
pomočování dětí. V Královské cestě ke
štěstí se podíváme na tři pevné body
páteře v článku Vladimíra Jelínka
s názvem Terapie Verself rovná postavení
páteře – tři pevné body – dantiény.

Užijte si krásné poslední měsíce roku,
a i když to je rok skutečně specifický,
vezměme si z něj nějaké ponaučení
a snad i inspiraci.


Vaše Linda



Obsah

3 JOALIS TÉMA

Respirační viry ovlivňují naši duši

10 TOXINY A PŘÍPRAVKY JOALIS

Urcid® – účinný bojovník s nemocí králů

15 INFODOPIS

19 ROZHOVOR

Alita Zaurak:

Kdo zasel, ten začne příští rok sklízet

23 HVĚZDY ZDRAVÍ, HVĚZDOPRAVEC RADÍ

Horoskop na listopad a prosinec

24 ZAJÍMAVÁ MÍSTA

Léčivé vody Znojemska

26 BAMBI KLUB

Co nám říká noční pomočování u dětí

28 KRÁLOVSKÁ CESTA KE ŠTĚSTÍ

Terapie Verself rovná postavení páteře – dantiény –
tři pevné body páteře

31 KALENDARIUM

Připravované akce

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Číslo bolo spracované s využitím textov z českého vydania bulletin Joalis info 6/2020

Spracovanie pre SR: Ing. Lýdia Eliášová, man-sr@man-sr.sk

Grafická úprava pre SR: Ivan Sokolský | ywan, www.ywan.sk

Tlač v SR: Tlačiareň P+M s.r.o., Budovatelská 1, 038 53 Turany

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

Redakčná rada: 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.





Respirační viry ovlivňují naši duši

Plíce jsou vstupní branou infekcí

Plíce a celý dýchací systém jsou obvykle vstupní branou většiny infekcí, obzvláště respiračních virů. Podobně jako například kůže nebo trávicí ústrojí jsou to orgány, které jsou ve styku s vnějším prostředím. Je velmi důležité, aby jejich sliznice byla zdravá a dokázala odolávat různým infekcím a toxinům, které se na ni během nádechu dostávají. **Zdravá sliznice** je vybavena celou řadou mechanismů, jak toxiny a mikroorganismy odstraňovat, a **tvoří první imunologickou bariéru. Ideální je, pokud patogenní mikroorganismy včetně virů do organismu vůbec neproniknou** a jsou zlikvidovány hned na sliznici.

Slouží k tomu řada antibakteriálních látek, lysozymů, které zdravá sliznice vylučuje. Slizniční B-lymfocyty, které jsou umístěny hlavně v submukózních vrstvách, **produkuji IgA protilátky**, které mají za úkol neutralizovat antigeny (i alergeny), toxiny, viry a další mikroorganismy. Slizniční imunita je obrovsky důležitá a nedá se nahradit očkováním, kdy patogen je do těla vpraven vpichem a slizniční imunita tím pádem není vůbec aktivována. Spojením protilátek a toxinů, mikroorganismů vznikají imunokomplexy. Imunokomplexy tvořené IgA protilátkami ale nespouští komplementovou reakci a tím je sliznice chráněna před zánětem. Díky tomu se ale mohou na sliznici imunokomplexy kumulovat a způsobovat její nefunkčnost. Později mohou vyvolat chronický zánět, protože se lepí na výkonné buňky a jsou odstraňovány fagocytózou. Pokud jsou zachyceny antigeny prezentujícími buňkami, může dojít ke spuštění celkové, cílené imunitní reakce, která vede k celkovému poškození tkání. Tento

scénář je obvyklý při potravinových intolerancích, celiakii a autoimunitních onemocněních. Dochází obvykle k celotělovému zánětu sliznic s mnoha problémy včetně zvýšené propustnosti střeva. **Sliznice v těle jsou velmi propojené a zvýšeně propustná sliznice ve střevech obvykle způsobuje zvýšenou propustnost sliznic i v dýchacím ústrojí a zvyšuje se riziko nákazy respiračními infekcemi.** Důležitý je i prospěšný mikrobiom na sliznicích, který také obsazuje sliznice a zabraňuje jiným mikroorganismům, aby pronikly k buňkám.

Důležitost sliznic

Sliznice je tvořena víceřadým, cylindrickým epitelem s řasinkami a pohárkovitými buňkami. **Řasinkové buňky** jsou velmi důležité, protože po sliznici posouvají hlen, do kterého se zachytávají toxiny a mikroorganismy. Kmitají koordinovaně v rámci jedné buňky i celku a zajišťují tak spolu s hlenem samočisticí schopnosti sliznice. Pozor, jsou **velmi citlivé na toxiny** – těžké kovy, radioaktivitu, chemické látky, smog, vlhký, studený vzduch, kouř, atd., a proto je velmi důležité je z dýchacího ústrojí detoxikovat. Na sliznici jsou také **pohárkové buňky a seromucinné smíšené žlázy**, které produkují **hleny** (muciny, mukopolysacharidy), antibakteriální proteiny a další látky. Některé produkují více tekutý, jiné zase hustější hlen; jejich poměry jsou velmi důležité, aby hlen měl správnou konzistenci a hladce se řasinkami odsunoval. Často bývá konzistence hleny narušena u alergiků, kdy hlen je hustější. Většina alergiků reaguje na mléčné bílkoviny zvýšenou tvorbou hustého hleny, ten se pak na sliznici lepí, pocitově způsobuje zahleněnost a stagnaci mikroorganismů v blízkosti

V tomto čísle bulletinu nebudeme pokračovat v našem seriálu komplexů, ale podrobně proberu téma nanejvýš aktuální, a to celou skupinu respiračních virů soustředěných v přípravku Joalis Gripin. Přestože jsou nazývány respiračními viry, netýkají se samozřejmě pouze plic a dceřiných orgánů, jako jsou střeva, dutiny a celý dýchací systém. Díky úzké propojenosti plic s krevním oběhem se do něj v případě nákazy rychle a hojně dostávají a mohou tak napadnout prakticky jakoukoli část našeho organismu, jakýkoli orgán. Jen opravdu málo infekcí napadá jen jeden typ tkáně, většina (viry nevyjímaje) obvykle dokáže napadat epitelovou, pojivovou, svalovou i nervovou tkáň. Jak z praxe víte, obvykle takovou, která je oslabena jinými toxiny včetně emočních a stresových.

buněk a zvyšuje se riziko nákazy. Alergici, ekzematici, astmatici by v období zvýšeného rizika nákazy respiračními infekcemi měli ze stravy vynechávat mléčnou bílkovinu, to znamená vynechat nejen mléko, ale i sýry (v malém množství nevadí velmi vyzrálé sýry typu parmezán), tvaroh, mléčné výrobky... Pozor, nestačí přejít na bezlaktóзовé výrobky, ty řeší jen problém mléčného cukru.

Toxiny, které škodí sliznicím

Co dokáže narušit sliznici dýchacích cest? Toxiny jsou seřazeny podle důležitosti. Po diskuzi s mnoha terapeuty z různých částí naší republiky i ze zahraničí vyplynulo, že se v poslední době **zvýšily zátěže dýchacích cest různými typy toxinů, často i méně obvyklými, a to bohužel i u lidí dlouhodobě detoxikovaných** (například radioaktivita, některé plísně...). Kde se berou a proč se často vyskytují i ty méně obvyklé na různých místech??? Nad tím se zamyslete sami... Co z toho ale plyne? Testování zátěží na Salvii a správně nasazená detoxikační kúra jsou v této době velmi důležité. Hrozí riziko nákazy respiračními infekcemi, hlavně viry, jak se dočtete dále. Nezapomeňte ale i na další toxiny, o kterých se sice nemluví, ale mohou být tím „černým Petrem“, který respirační infekci na sliznici obrazně otevře dveře a může dojít k nechtěné nákaze.

Další toxiny, „otevírající“ dveře respirační infekci na sliznici

- Virové infekce – **Gripin®**
- Toxiny navázané do prachových částic studeného a vlhkého vzduchu, smogu, prach z pracovního prostředí – **Non-grata, MindDren**
- Kouření a jeho zplodiny – **Non-grata**
- Mykotoxiny z prašného a nevhodného prostředí, spory plísní z budov, pracovního prostředí (seno, krmiva, atd.) – **Mikrotox**
- Imunopatologické procesy, které způsobují chronický zánět sliznic a jejich zvýšenou propustnost – alergie, autoimunita – **Anaerg, LiverDren®, Activ-Col®, Embrion, Calon®, VelienDren®, Autoimun®, Nodegen®, Cranium®...**
- Metabolity, reakce na ně a zánětlivé procesy – **Metabex®, Activ-Col®, Autoimun®...**
- Suchý vzduch s patogeny, vytápěné, klimatizované místnosti – **Gripin®, Nobac®, Yeast, Pranon®**

Co jsou to viry?

Jednoduše řečeno, **viry jsou informace, které mohou změnit celý náš organismus. Přepisují ho podle programů, které nesou, a tím mění naši informační podstatu.** Pochopit jejich úlohu prakticky znamená pochopit, co je život, evoluce a vývoj vesmíru. Určitým způsobem má vše ve vesmíru svůj smysl. Vesmír chápá jako gigantický živý organismus, jehož jsme součástí. Je v jedné rovině tvořený časoprostorem a pro jeho vznik bylo podstatné rozdělení na elementy s opačným nábojem. Díky rozdělení a přitažlivosti je například tvořena hmota, kdy k jádru s kladným nábojem jsou přitahovány elektrony se záporným nábojem. Z tohoto pohledu i záporně vnímané věci mají svůj smysl. Naše Země a příroda je tvořena, jak se učí děti ve škole, neživou přírodou, vodou, minerály, kameny... a živou přírodou, kterou tvoří bakterie, rostliny, živočichové... Ve skutečnosti je toto rozdělení umělé a já vše považuji za živé, protože vše se vyvíjí a uchovává informace. Celý příběh, život vesmíru, nazývaný evolucí, je poháněn dvěma protikladnými silami – láskou (spoluprací) a svárem (bojem). Pro určité fáze vývoje byly nezbytné i negativně vnímané věci jako boj, predátorství, parazitismus.

Na zemi žije celá řada různých mikroorganismů. Velká část z nich má důležitou úlohu

v rozkladných procesech, kdy zpátky do koloběhu prvků uvolňuje jednotlivé části z odumřelé hmoty. Mikroorganismy rychle či pomalu, to závisí na složení, nakonec vše rozloží. Patogenní působení rozkladných mikroorganismů je často spíše náhodné a problémy mohou způsobovat, když se například dostanou do rány nebo do trávicího traktu imunitně oslabeného člověka. Pak existuje celá řada parazitických mikroorganismů, které často nedokážou přežít a rozmnožit se ve vnějším prostředí. Patří mezi ně třeba borelie, která se na parazitismus specializovala a během vývoje „zapomněla“, zahodila mnoho schopností, které jí samostatný život umožňovaly, a naopak se soustředí na schopnosti zvyšující její parazitické působení. Z pohledu člověka je její působení prakticky jen negativní. Kdybychom si představili mikroorganismy na určité stupnici škodlivosti, tak borelie a další intracelulární bakterie jsou těsně před **viry, které považuji prakticky za nejnebezpečnější toxiny. Nezapomeňte, mění informace v nás, přepisuje naši bytost.**

Existují prospěšné viry?

Na druhou stranu – díky parazitům existuje v přírodě mnoho krásy, obvykle krásně vybarvení samci dávají samicím najevo, kolik mají síly, že jsou zdraví a dokážou se парази-



tům dobře ubránit. Taky se díky nim rozmnožujeme pohlavním způsobem, aby docházelo k rychlejšímu informačním změnám u našich potomků. Prakticky každý živý druh má svého parazita, včetně parazitů. Parazitismus, žítí na úkor druhého, bez přínosu, je jednou variantou boje. Jedním z důsledků pa-

razitismu je, že nutí organismy stát se dokonalějšími, odolnějšími a přizpůsobivějšími.

Živé organismy, mikroorganismy, jsou různě složité. Viry stojí na pomezí živé a neživé přírody, protože nemají metabolismus, samy se nedokážou rozmnožit, ale na druhou stranu dovedou reagovat na změny ve vnějším prostředí, uchovávat informace a vyvíjet se. Už dlouhou dobu si kladu otázku: „**Existují prospěšné viry?**“ U bakterií a plísni je jasné, že ano. Úkolem virů je přenášet informace napříč všemi živými organismy včetně mikroorganismů v síti života. Když se ale podíváme na viry, které jsou známé, tak **informace jimi přenášené většinou působí negativně**. Existuje jen pár výjimek, kdy došlo k využití informace ve prospěch hostitele a ta se zapojila do genetického kódu. Například gen syncitin, který je endogenním retrovirem, ovlivňuje vývoj placenty a působí imunosupresivně, což je v těhotenství potřebné. Některé bakterie využívají bakteriofágy (bakteriální viry) pro přenos informací, které zvyšují jejich patogenitu, některé rostliny využívají viry pro zvýšení odolnosti vůči suchu. **Většina virů je tedy škodlivých a jsou „extrémními“ parazity.**

Vznik a vývoj virů

Škodlivost většiny virů potvrzuje i hypotéza jejich vývoje. Existují vlastně dvě. Jedna starší, která tvrdí, že viry „byly první“, že patří mezi nejstarší mikroorganismy a při vývoji buňky z nich vzniklo jádro. Od této hypotézy se z mnoha důvodů prakticky upustilo. Druhá hypotéza tvrdí, že viry jsou dokonalí parazité. Byly to původně prastaré buňky, které se díky parazitickému způsobu života **zbovovaly „nadbytečných“ funkcí**, které mohly využívat u hostitele. Ke svému životu, rozmnožování a i působení proto vždy potřebují živou buňku. Prastarým způsobem komunikace mezi buňkami jsou vezikuly – váčky s informacemi – a viry se z nich prakticky vyvinuly. Proto tento způsob komunikace dokonale ovládají a samozřejmě využívají. Při své evoluční historii se viry naučily **kompletně ovládat buněčné funkce, ovlivňovat genetickou informaci** a tvořit pomocí buněk proteiny. Také z napadených buněk vybírají, mění geny a pomocí vezikul a dalších částic šíří informace do dalších buněk. Tím dokážou doslova přeprogramovat všechny buňky a tím i celý organismus.

Dvě podoby virů

V poslední době jste se o virech mohli z různých zdrojů dočíst celou řadu někdy až roz-



Zdravá sliznice tvoří první imunologickou bariéru. Nejlepší je, když patogenní mikroorganismy do organismu vůbec neproniknou a jsou zlikvidovány hned na sliznici.

porupných informací. Často vycházejí z nepochopení z toho, co viry jsou a že mají dvě základní podoby.

- **Extracelulární neživé formy** – „zakuklené“, zabalené – jsou jen hrozbou, informace se dostává do blízkosti buněk a hrozí, že je napadne a změní – v detoxikaci jsou to extracelulární mikrobiální ložiska.
- **Buněčné, živé, „akční“ formy** – živá buňka je virem napadena, ten ji přeprogramuje nejen pro množení viru, ale i pro další činnosti, které jsou součástí virové informace, a vzniká tzv. virocell. V detoxikaci tento stav nazýváme akutní nebo chronickou infekcí, dochází k množení viru, napadání dalších buněk, a to se projevuje akutními nebo chronickými problémy. Buňky napadené virem, kde se viry aktivně nemnoží, se odborně nazývají **ribovirocelly**, my je označujeme jako **intracelulární** (vnitrobuněčná) **virová mikrobiální ložiska**. Poškození organismu je zákeřnější, dochází ke změně činnosti buňky a skrytému přeprogramování organismu pomocí informačních částic, které napadená buňka vytváří.

Problémem celé řady vyšetření a testování je, že tyto dvě podoby zaměňuje, jejich dopad na organismus je ale rozdílný. Onemocnět respirační infekcí můžeme jen v tom případě,

že se na naše sliznice dostanou kompletní, extracelulární neživé formy (viriony), ty proniknou přes ochrannou bariéru sliznic, infikují naše buňky, začnou se kopírovat a pronikají do dalších buněk uvnitř v organismu. Virové částice mají řadu podob, nejsou to jen **viriony**, které jsou tvořené „zabalenou“ nukleovou kyselinou (DNA, RNA) do proteinových obalů. Velká část je **inaktivovaných virionů**, které jsou poškozené, nekompletní, chybí například potřebné enzymy, kterými se částice dokáže navázat na buňku, a z těchto virionů je riziko proniknutí do buňky opravdu hodně nízké. Proto se z vyšetření založeném na nakopírování informace (RNA, DNA molekuly) a zjišťování, zda je určitá informace na sliznici přítomná, nedá usuzovat, zda jedinec může někoho nakazit.

Viry jsou ale „chytřejší“, než si vůbec dokážeme připustit. Nevytváří jen viriony – virové částice, do kterých vkládají svoji původní genetickou informaci, ale zároveň **mají mnoho dalších různých podob**. Částice podobné virům vznikají dokonce v mnoha mikroorganismech; například plasmidy, přidané genetické informace bakterií, se od virů liší minimálně, prakticky jenom v tom, že plasmidy neobsahují geny kódující kapsidové bílkoviny. Živé buňky ovlivněné určitou informací včetně virové mohou vytvářet ▶

tzv. **GTA částice** – *gene transfer agents*, **částice přenášející geny** mezi různými typy buněk. Mohou vznikat i **membránové a jiné vezikuly**, balíčky, které přenášejí informace ve formě DNA nebo RNA. Sem patří i **spirogeny**, zmiňované v minulém čísle bulletinu, částice, které vytváří borelie, které se chovají jako viry a napadají další buňky v organismu a mění jejich činnost.

Viry útočí na naši duchovní podstatu

Jednoduše řečeno, **viry mají řadu nástrojů, jak přeprogramovat všechny buňky v našem organismu**. Protože to nedělají jen přes viriony, je tento způsob současnými metodami prakticky neodhalitelný. Pokud je informace zakódovaná a neznáme kód, tak ji na úrovni vědomí nedokážeme rozkódovat. Problém je, že informace jsou baleny i do

Cytoskelet je pro buňku nejen vnitřní zpevňující kostrou, ale zároveň i mozkem. A neledajakým, probíhají na něm kvantové procesy, které umožňují informační, kvantové provázání s vesmírným informačním polem. Podle vědce Rogera Penrose nás tento „**kvantový mozek**“ **buněk tvořených cytoskeletem propojuje s naší nesmrtelnou duší**. Logicky – pokud je narušený, ztrácíme propojenost se společným informačním polem (Vesmírem, Bohem). Ztrácíme intuici, víru, důvěru, lásku, radost a naopak nastupuje úzkost, smutek, obavy, zmatenost... **Mějte prosím před virovými nákazami respekt, zabraňte svému nakažení, tedy hlavně vzniku virových ložisek, která vás mohou ohrozit nejen na fyziologické rovině, ale změnit i vaši psychiku a duši**. Je jasné, že s respiračními viry se v této době potká každý, nedá se jim vyhnout. Je proto naprosto nezbytné, aby dýchací ústro-

ronaviry vytváří virové továrny podobně jako kardiioviry, enteroviry, coxsackie, polioviry..., vznikají vezikuly s dvojitou membránou z membrán plasmatického retikula a Golgiho aparátu a mohou se tak skrytě kopírovat v izolovaných válcích skrytých před senzory vrozené buněčné imunity. Pro zvládnutí těchto typů virů je důležitá nejen přirozená imunita (vliv jater), je obrovsky důležitá také imunita specifická (vliv sleziny).

Koronaviry a jejich ložiska

Respiračních virů existuje celá řada (viz dále), patří mezi ně i skupina koronavirů, u nichž řada druhů vyvolává záněty dýchacích cest. Jsou druhým **nejčastějším vyvolavatelem tzv. nemoci z nachlazení** (lékařská mikrobiologie – 1996), „*Výskyt infekcí koronaviry vyvolávajícími záněty horních cest dýchacích je běžný na celém světě*.“ Některé druhy způsobují **akutní nebakteriální průjm**y, částice podobné koronavirům jsou běžně nacházeny ve stolici domorodých obyvatel Indie, Austrálie, Afriky a podílí se na poruše vstřebávání živin. V posledním roce došlo po celém světě k rozšíření nového druhu SARS-CoV-2. V EAM setu: Mikrobiologie NEW → *Viruses* → *RNA-viruses* → *Nidovirales* → *Coronaviridae* → *Betacoronavirus* → *2019-nCoV* – (*SARS coronavirus2 -CoV2 Wuhan*). Pro každý virus je důležitý určitý enzym, protein, kterým se přichytí na receptor buňky a pronikne dovnitř. U koronavirů je to *Spike S protein*, na který se navazuje enzym *angiotensin converting enzyme 2* (ACE2). Receptory pro enzym ACE2 jsou přístupovým bodem do lidských buněk. Tento receptor se hojně nachází v buňkách plic, střev, srdce, jater, ledvin, pohlavního ústrojí, v **endotelu**, v **epitelu** (ochranné bariéry) a **myocytech**. Je také exprimován v **gliových buňkách** (Mezeg®), **corpus striatum** (úzkost – Anxinex®), zadním mozku (základní reflexy – Cortex), hypotalamu (**Hypotal**®) a mozkové kůře (**Cranium**®, **Cortex**). Z tohoto vyplývá, že viry mohou napadnout a vytvořit virová ložiska prakticky ve všech orgánech, protože napadají epitelovou, svalovou a nervovou tkáň.

Koronaviry a narušení rovnováhy v okruhu srdce

Enzym ACE2 a jeho receptory, které jsou přístupovým bodem do buněk, je spolu s enzymem ACE součástí hormonální osy, která řídí rovnováhu krevního tlaku, tekutin, kon-

Sliznicím škodí celá řada toxinů a je velmi vhodné věnovat pozornost jejich detoxikaci.

membrán našich buněk, takže pro imunitu jsou tyto částice velmi těžko odhalitelné. Z tohoto pohledu jsou virová ložiska velmi nebezpečná a v detoxikaci by se měl klást velký důraz na jejich odstraňování. Vzhledem k současné situaci se dá očekávat, že k vám bude přicházet velké množství klientů s ložisky respiračních virů.

Skutečným parazitem při virové naze se stávají virové továrny, vnitrobuněčné struktury, které jsou vytvářeny podle virových informací a vznikají rozsáhlým přeskupením cytoskeletu napadené buňky.

ji a jeho sliznice byly zdravé a ochránily nás před průnikem virů hlouběji do organismu a před vznikem virových ložisek.

Existují virové továrny mnoha typů – viroplazmy, sferuly, vezikuly s dvojitou membránou, tuby, atd. Kromě toho, že zvyšují účinnost a přesnost při množení virů, tak také často chrání viry před imunitní obranou hostitele. Z tohoto důvodu musí být protivirová imunita opravdu silná a dobře řízená, aby dokázala v organismu zlikvidovat všechny typy virových ložisek včetně virových továren v napadených buňkách. Pro zajímavost, ko-



Orgány s nejčastějším výskytem respiračních virových ložisek

- **kardiovaskulární systém** – narušení rytmu, výkonnosti, srážlivosti krve,
- **ledviny, problémy s tlakem,**
- **pohlavní orgány, vliv na neplodnost,**
- **trávicí systém** – střeva, žaludek, slezina, játra (funkční tkáň),
- **poškození plic, jater a dalších orgánů fibrózou** – nadměrné množství vaziva na úkor funkčních buněk,
- **nervový systém** (čichový nerv, mikroglie, prodloužená mícha, čelní lalok...) – do mozku se typicky dostávají přes čichový nerv (I. hlavový – *nervus olfactorius*, není obalen gliemi), proto je při nákaze typická ztráta čichu a chuti. Tento nerv je přímou cestou do limbického mozku, emočních center, která se vyvinula z čichových center,
- **vliv na úzkosti, deprese, zvýšenou míru stresu,**
- **protoonkogenní vliv na množení buněk** – riziko nádorového bujení.

centraci solí a iontů a proudění krve v krevním řečišti (systém renin-angiotenzin-aldosteron RAA). Tento systém je jedním z důležitých mechanismů, který stojí na pomezí mezi rychlým a pomalým řízením celého srdečně-cévního systému. Celkově je řízení velmi složité, protože krevní oběh musí zajistit často protichůdné požadavky jednotlivých tkání a neustálý, dostatečný tok a tlak krve. Přes RAA systém se do řízení zapojují jednak ledviny, které pro svoji práci potřebují dostatečný tlak, ale také vliv stresu. Při akutní fázi stresu docházelo často ke zraněním, na která musí organismus okamžitě reagovat stažením cév („zakřečování“), zvýšenou srážlivostí krve, změnou tepu, aby zabránil případnému krvácení. Naopak nedostatek kyslíku a zvýšení množství odpadních produktů v určitých orgánech vede k povolení cév, změně distribuce krve („omdlení“), aby se zajistilo prokrvení. Oba enzymy, ACE i ACE 2,

ovlivňují rovnováhu RAA systému. Obvykle je tato rovnováha narušena u problémů s vysokým tlakem, diabetiků, při onemocněních kardiovaskulárního systému. Jak vzniká nerovnováha, jsem velmi podrobně vysvětlovala na kongresu informační medicíny v Brně. Velmi zjednodušeně řečeno, **oba**

vuje zánět a tvorbu kolagenu, zvyšuje srážlivost krve, ovlivňuje srdeční rytmus, stimuluje produkci aldosteronu (vliv na ionty Na⁺, K⁺ množství vody) a vazopresinu (žízeň, psychika). Jeho produkce je aktivována ledvinami, protože ty pro svou činnost potřebují určitý tlak krve, nebo hlavně stresem – poplachová reakce, kdy se organismus připravuje na možnost zranění, krvácení. Tento hormon má i velmi vysoký vliv na psychiku, způsobuje **vyšší reaktivitu na stres, zvyšuje úzkostlivost, depresivnost, snižuje akčnost** a potřebu sociálních vazeb... Pro zajímavost – muži jsou na vazopresin citlivější než ženy, ty zase více na oxytocin, který působí opačně. Tato dvojice hormonů ovlivňuje sociální a partnerské vztahy.

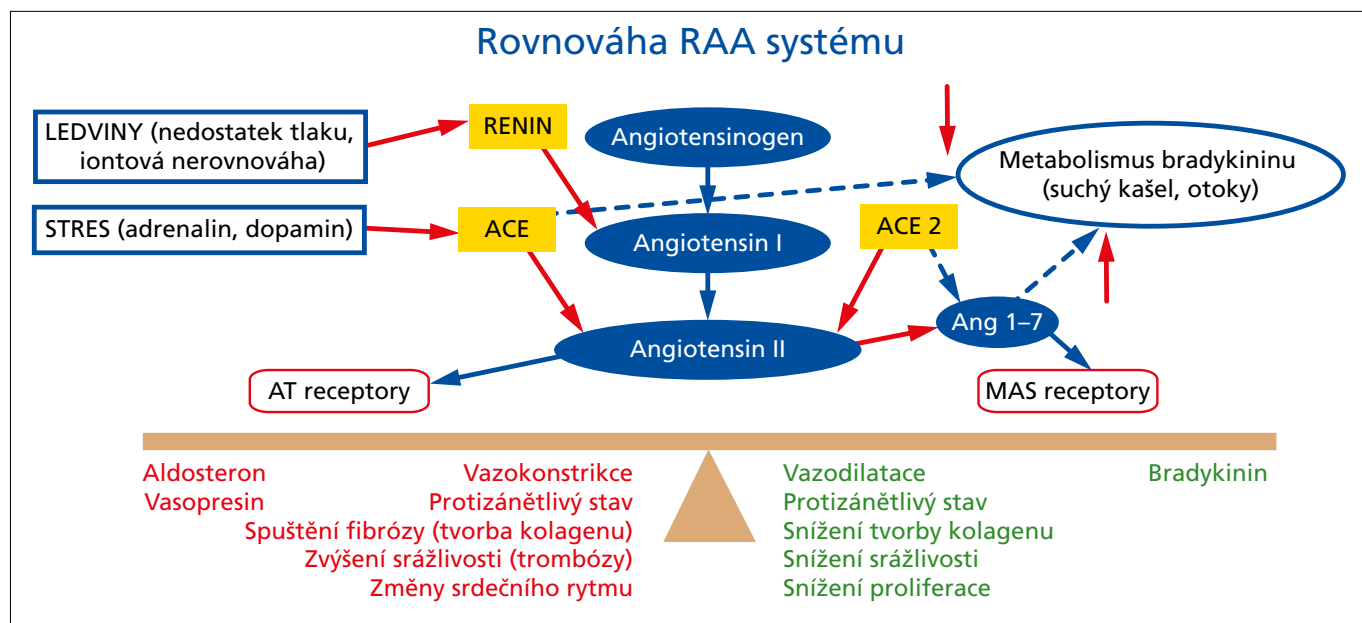
Naopak enzym ACE 2 přeměňuje angiotensin II na jiný typ angiotensinu, Ang1-7, který působí opačně, způsobuje vazodilataci, roztažení cév; snižuje se zánět, produkce kolagenu, srážlivost... Tento proces nastává, když buňky nejsou dostatečně zásobeny kyslíkem. Vyplavuje se **bradykinin**, který na organismus působí podobně jako histamin při aler-

Viry jsou informace, které mohou změnit celý náš organismus.

enzymy ovlivňují hladinu angiotensinu II opačným způsobem a jejich vyvážený poměr zajišťuje stabilitu krevního oběhu.

Angiotensin II je hlavní hormon krevního tlaku a je aktivován ACE enzymem. Na buňky působí vazokonstrikčně (stahuje cévy), akti-

gické reakci. Pro zvýšení bradykininu je typické **suché pokašlávání, vazodilatace, otoky**, snižuje se tlak (hypotenze), zvyšuje se citlivost na bolest, dochází ke kontrakcím hladké svaloviny (nemožnost výdechu, střevní potíže). Aktivuje se při zánětech (astma), při poškození tkání, při popáleninách, ale ▶

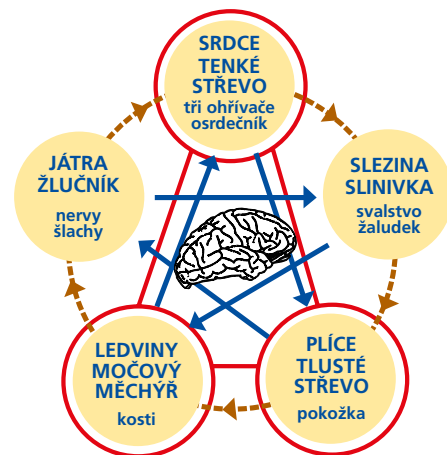


i vlivem toxinů (bakteriální, pertusový, cholery...)). Jeho zvýšené hladiny také výrazně ovlivňují emocionalitu, hlavně deprese a úzkostlivost.

Dva extrémy – cytokinová nebo bradykininová bouře

Koronaviry ovlivňují hladiny enzymů ACE a ACE2. Závisí to na mnoha vlivech, klíčové jsou samozřejmě emoce. Jeden extrém je, že dojde k prudkému **snížení** množství enzymů a receptorů **ACE 2**, protože je virus spotřebovává a v nakažených buňkách se zablokuje jejich produkce. Dojde tak k akutnímu zánětu plic a **cytokinové bouři** (podobně jako u pravé chřipky). Důsledkem je velmi silná stimulace imunity, zánětu všech vnitřních orgánů, dochází k fibróze plic a vnitř-

ráván) a dochází k **bradykininové bouři**. To kromě otoků a zavedení vede k nadprodukcí kyseliny hyaluronové, která navazuje vodu (tisícinásobek hmotnosti) a vzniká hydrogel, který brání okysličení tkání. Bradykinin má velký vliv na nervový systém, uvolňuje se vápník a glutamát z glií a neuronů a dochází k jejich ničení. Častým příznakem jsou právě bolesti hlavy, při ovlivnění vegetativního nervového systému (**Vegeton®**) dochází k závratím a nevolnostem, což je jedním z typických příznaků nákazy. Podobně je ničen čichový nerv v periferním nervovém systému (**NeuroDren®**). Bradykinin zvyšuje hladinu cytokinu IL-6, který má velký vliv na deprese, sebedestruktivní sklony. Dochází ke zvýšené aktivitě neutrofilů, ty vytváří tzv. NET pasti, do nichž se ale v endotelu bohužel zachytávají krevní destičky a také hrozí riziko vzniku krevních sraženin. Pro zaji-



mu, na jedné straně autoimunitní onemocnění a zesílená buněčná imunita a na druhé alergie a zesílená protilátková imunita. Akutní případy patří do rukou lékařů, ale musíme si uvědomit, že existují klienti s ložisky, která budou tuto nerovnováhu vyvolávat. Postup je stejný jako u jiných orgánových systémů a ložisek. Detoxikace jednotlivých orgánů – plíce, srdce, cévy, ledviny, kombinovaná s příslušnými toxiny. Kromě respiračních infekcí to budou i další, velmi pravděpodobně budete nacházet imunokomplexy (**IK Mix**), ale i celou řadu dalších infekcí, plísní (aspergily, candidy, *pneumocystis*...), bakterií (*mycobacterie*, streptokoky, molicuty...), radioaktivitu, toxické kovy (hliník, kadmium...).

Kam cílí respirační viry?

Nejlépe si dokážeme odpovědět, když si představíme pentagram a člověka. Horizontální osa tvořená játry a slezinou symbolizuje hmotnou rovinu člověka, také toxiny v těchto orgánech obvykle stojí za metabolickými a imunitními problémy. Vertikální osa, směr, šipka,

ních orgánů, zvyšuje se srážlivost krve a riziko trombózy. Je to v podstatě něco jako autoimunitní reakce a velkou roli hraje okruh sleziny a samozřejmě také jater. Psychicky dochází k nárůstu úzkosti a přehnané „vystresovanosti“.

Někteří lidé naopak reagují na virus zvýšením produkce ACE 2 (až 200×), **snížením hladiny enzymu ACE**, tím pádem dochází ke zvýšení hladin bradykininu (není odbou-

mavost: hladiny bradykininu snižuje červené víno a zelený čaj. Také jsou na něj citlivější lidé černošského původu. Zde můžeme vidět analogii s alergickou reakcí a vlivem okruhu plic a jater.

Děti a zdraví lidé mají obvykle vysoké hladiny obou enzymů a mají poměrně velkou rezervu pro vyrovnaní jejich hladin, proto ani jedna „bouře“ zpravidla nehrozí. Jasně je vidět paralela s nerovnováhou v imunitním systé-



Přípravek Gripin

barevně jsou označeny více obvyklé viry:

- **Orthomyxoviry** (*RNA viruses* → *Orthomyxoviridae*).
 - **Influenzavirus A, B, C** – **viry pravé chřipky**, napadají všechny savce a ptáky (přenašeči všech typů) – akutní horečnatá infekce dýchacího traktu, tvoří ložiska v cévním systému, srdci – nebezpečná, dochází k narušení endotelu (výstelky) cév a vzniku aterosklerózy.
 - Thogotovirus – savci – horečnaté onemocnění, encefalitida.
- **Paramyxoviry** (*RNA viruses* → *Mononegavirales* → *Paramyxoviridae* → *Paramyxovirinae*).
 - Avulavirus, Henipavirus – zvířecí respirační viry.
 - **Respirovirus** – **Humanparainfluenza virus 1, 3** – lehké horečnaté katary horních cest dýchacích, bronchitida a pneumonie.
 - **Rubulavirus** – **Humanparainfluenza virus 2, 4** – dýchací trubice je zúžena hlenem s fibrinem, projevuje se štěkavým kašlem, ztrátou hlasu, sípavým dýcháním, Mumps virus (příušnice) – sliznice, lymfatické uzliny.
- **Pneumoviry** (*RNA viruses* → *Mononegavirales* → *Paramyxoviridae* → *Pneumovirinae*)
 - **Metapneumovirus** – nachlazení, infekce dolních cest dýchacích, záněty středního ucha, při astmatu dráždí ložiska.
 - **Pneumovirus** – **Respiratory syncytial virus RSV** – infekce dolních cest dýchacích, projevy jako nachlazení, často se zánětem středního ucha, kašlem, sípáním, při horším průběhu poničení dýchacího traktu, pískání na hrudníku, vznik ložisek a astmatu. K uzdravení nutná buněčná imunita – slezina.
- **Arenavirus** (*RNA viruses* → *Arenaviridae*) – lymfocytární choriomeningitický virus – chřipka, atypická pneumonie, napadá nervový systém.
- **Noroviry** (*RNA viruses* → *Caliciviridae* → *Norovirus*) – gastrointestinální, může napadat i epitel plic, často na podzim.
- **Coronaviry** (*RNA viruses* → *Nidovirales* → *Coronaviridae* → *Coronavirinae*, *Toronavirinae*)
 - **Alphacoronavirus** – člověk, prase, kočky, psi a netopýři – respirační, gastrointestinální, napadá i nervové tkáně. U lidí – infekční rýma (spíše u dospělých), někdy škrábání v krku, kašel, pneumonie – inkubační doba tři dny.



- **Betacoronavirus** – člověk, prase, kočky, psi a netopýři – záněty horních cest dýchacích, rýma, kašel, zápal plic, napadá srdečně-cévný systém, endotel, epitelovou tkáň, nervový systém.
- *Human coronavirus*, *Humanenteric coronavirus*.
- Torovirus – gastroenteritidy.
- **Reoviridae** (*RNA viruses* → *Reoviridae* → *Sedoreovirinae*, *Spinareovirinae*)
 - **Rotavirus** – střevní chřipka, velmi variabilní, toxiny dráždí nervový systém.
 - **Orthoreoviry** – nachází se v odpadních vodách a rybnících, způsobují respirační a střevní onemocnění, někdy dochází k neurologickým příznakům.
- **Picornaviridae** (*RNA viruses* → *Picornavirales* → *Picornaviridae* → *Paramyxovirinae*)
 - **Enterovirus** – **Human enterovirus (B,D)** – celá skupina virů – letní chřipky (horečka, bolesti hlavy, bolesti v krku), záněty svalů, srdce, mízních uzlin, postižení beta buněk, pestrá paleta syndromů – meningitidy, vyrážky, respirační a střevní onemocnění, horečky.
 - **Rhinovirus A, B, C** – nejčastější příčina tzv. nachlazení – množí se při nižších teplotách v dýchacím traktu – infekční rýma, bolesti v krku, kýčání, kašel, únava, bolesti svalů, hlavy, záněty středního ucha a dutin, jsou hlavně na podzim a v zimě. U bronchiálního astmatu vyvolávají akutní stavy. Jejich ložiska mohou sehrát velice významnou úlohu při detoxikaci u astmatu.
 - **Erbovirus** – zvířecí rhinoviry.
 - **Parechovirus** – průjmy, respirační problémy, záněty srdečního svalu, encefalitidy, diabetes, potraty, neurologické poruchy.

kteřá je tvořena ledvinami, plícemi a srdcem, symbolizují duchovní podstatu člověka. Nejvíce nás v případě náklady ohrožuje imunitní nerovnováha, imunitní nedostatečnost. Skoro se zdá, jako by respirační viry využívaly naší nerovnováhy v hmotné rovině mezi principem jater, zdravou kreativitou, akčností a principem sleziny, rovnovážným principem odporu a sympatií, kdy dokážeme rozlišit prospěšné od poškozujícího. Pokud jste pečlivě četli, obě nerovnováhy způsobené virem mají vliv na psychiku, hlavně na úzkostlivost a depresivnost. Co je pro tyto stavy spo-

lečné? To, že nastolují „neakčnost“, pasivitu a snadnou ovladatelnost. Důsledky si domyslete sami. Primárním okruhem, kudy respirační viry vstupují do organismu, jsou plíce, které ovlivňují schopnost adaptace, a ta je v tuto dobu klíčová. Nechám se okolnostmi zbavit veškeré radosti? Pokud ano, výkonost a imunita plic poklesne. Moje řešení pro dnešní dobu je každodenně vnímat a prožívat drobné radosti, nahradit plánovaný (a bohužel zrušený) program jiným smysluplným. **Nejdůležitější je uchovat si svobodu v srdci a nenechat si vnutit emoce.** Pozor,

může to být náročné, ale je důležité si to uvědomit. Mějte se před respiračními viry opravdu na pozoru, ložiska ohrožují naši duchovní podstatu. Symbolicky z principu plic – kovu, který je teď neaktivnější, mohou být vykovány okovy k uvěznění nebo meč k osvobození. Podobně je tomu u principu ledvin – vody: buď může zamrznout a vše zastavit, nebo naopak vytvořit vodopád kreativity. Co vytvoříme, je na každém z nás.

Mgr. Marie Vilánková





Urcid®

účinný bojovník s nemocí králů

Pro dokonalé fungování informační medicíny a detoxikace je nutné detailně znát a následně umět popsat jednotlivé toxiny, které působí v těle člověka při vzniku nemoci. Na přesném popisu toxinů je tak založený celý úspěšný koncept informační medicíny Joalis a metody C. I. C. V ideálním případě pak platí pravidlo, že pokud se dané toxiny – jeden po druhém – podaří vyloučit z organismu, lidské tělo se opět uvede do svého původního nastavení – homeostázy – a člověk se sám za pomoci své imunity uzdraví.

Problémem většiny chronických civilizačních chorob je však multitoxická zátěž, tedy stav, kdy se na vzniku onemocnění podílí celá řada toxinů, které se dokonce mohou vzájemně podporovat a množit. V některých případech se může jednat o desítky až stovky různých škodlivých druhů toxinů. Jejich postupné vylučování z těla pomocí přípravků Joalis pak přirozeně zabere více času a vyžaduje vhodnou detoxikační strategii zkušeného poradce.

Kde za konkrétní obtíže nebo onemocnění může „jen“ jeden toxin – antigen*, je proces informační medicíny poměrně lehký a úleva rychlá. Takových onemocnění je samozřejmě méně, jednou z takových výjimek je například nemoc králů – dna (pakostnice, podagra, *arthritis uratica*). Její příčina je jasná – stojí za ní hromadění velmi drobných jehlicovitých krystalků kyseliny močové (*uric acid*) v kloubech, nejčastěji pak na nohou.

Katabolické a anabolické enzymy

Jedno ze základních rozdělení toxinů je na vnější (z vnějšího prostředí – vzduchu, stravy, léků, atd.) a vnitřní, tedy ty, které vznikají metabolickou přeměnou přímo v organismu – ve vnitřním prostředí člověka.

Sám o sobě by ovšem konkrétní metabolit – chemická látka v organismu – nikdy nevznikl, kdyby nebyl podpořen zásahem enzymů – proteinových látek, jejichž struktura a tvar jsou zakódovány v genomu člověka. Každý takový v genomu naprogramovaný enzym má však velice úzkou specializaci. Jedny druhy enzymů jsou *katabolické*, ty mají schopnost rozkládat, dokážou z jedné chemické látky odštěpit, doslova ulomit její malou část, třeba molekulu vodíku. Nebo doveudou molekulu rozštěpit, doslova rozříznout na dvě poloviny. Takto vysoce specializovaný enzym se při této akci fyzicky přimkne k molekule, kterou má za úkol rozebrat, a pak akci opakuje na další a další molekule.

Dalším druhem enzymů jsou enzymy syntetizující – *anabolické*. Ty mají naopak za úkol dvě konkrétní molekuly spojit dohromady v novou, větší molekulu (podobně jako například při stavbě s legem spojujeme dva menší dílky dohromady).

Všechny výše popsané reakce probíhají v čase velmi rychle a vlastně „nahodile“, záleží na setkání s konkrétním enzymem. Nahodile v tom smyslu, že jediné další řízení metabolických reakcí organismem je zprostředkováno pouze řízenou syntézou dalších enzymů podle předlohy genomu nebo řízenou degradací již nepotřebných enzymů (např. při změně podmínek a potřeb organismu). Děje se to za po-

* Antigenem rozumíme jakékoliv cizorodé částice pocházející z těla člověka či z vnějšího prostředí (ze stravy, ze vzduchu apod.), proti kterým se má zahájit imunitní reakce vedoucí k jejich vyloučení z těla.

moci dalších proteinů opět syntetizovaných podle genomu. Všechny tyto procesy jsou uskutečňovány při optimální tělesné teplotě, při mírném zvýšení teploty může dojít k podstatnému zrychlení všech těchto reakcí.

Vlastně by bylo ideální se do tohoto přírodního geniálního enzymatického řízení metabolismu vůbec neplést umělými chemickými zásahy a jen usilovat o vyváženou psychiku člověka. Tě pak nechat volnou „ruku“ a využít veškerý tvůrčí potenciál každého jedince, jehož ztělesněním jsou přirozeně přírodou naprogramované biochemické metabolické děje.

Puriny jsou základními stavebními prvky pro tvorbu molekuly DNA

Lidské tělo potřebuje k syntéze vlastních molekul jednotlivé stavební molekuly – modulové prvky. Jedněmi z klíčových stavebních látek jsou **puriny**. Jedná se o biologicky významné látky v živočišné i rostlinné říši. Jsou nepostradatelné pro tvorbu nukleových kyselin, které ve své struktuře uchovávají základní genetickou informaci. Hlavními nukleovými purinovými prvky jsou **adenin** a **guanin**. Ty

boratoře, jež má schopnost vyrobit téměř z čehokoliv téměř cokoliv, pokud jí v tom nebrání vlastní psychické a emocionální zátěže prosakující z vyšších pater řízení centrální nervové soustavy.

Nukleové báze obsahující z poloviny puriny tedy neustále vznikají v organismu v procesu regenerace v rámci obnovy buněk nebo jsou v procesu výměny nové za staré naopak odbourávány. Volně v buňkách se pak nacházejí purinové metabolity. Hlavními purinovými metabolity u člověka jsou xantin,

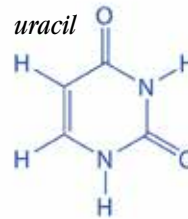
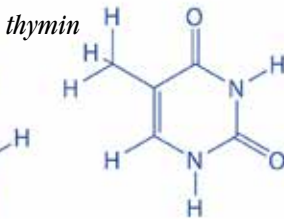
enzym ovšem ostatní savci ve své genetické výbavě mají – jedná se o enzym *urikáza*. Kůň, kráva ani koza, lev, tygr, pes ani kočka tedy nebudou mít problémy se dnou, které znají někteří lidé...

Hlavním vylučovacím orgánem pro tělo nepotřebných a ve vodě rozpustných odpadních látek vlastního metabolismu jsou ledviny a močová soustava obecně. Základní informace vztahující se k jejich detoxikaci jsou v prvním díle Joalis *Průvodce lidským tělem i duší* na str. 60. Připomeňme, že jejich čin-

Kyselina močová je látka, která umí vytvářet krystaly. Je sice rozpustná ve vodě, ale ne tak dobře, aby mohla být z organismu spolehlivě vyloučena.

hypoxantin a kyselina močová (*uric acid*). Zatímco xantin a hypoxantin se dají ještě v metabolismu využít a za pomoci enzymů v organismu „recyklovat“, kyselina močová je naproti tomu již posledním článkem metabolismu purinů, člověk již nemá enzymy na

nost je značně modulována emocí strachu, obav a nejistot se všemi jejich převleky. Modulovaná znamená, že elektrochemické pokyny z mozku prostřednictvím nervů (rychlá odpověď na podnět) nebo vyloučených hormonů (pomalejší odpověď na podnět) budou



spolu s **cytosinem**, **uracilem** a **thyminem** (tyto se nazývají **pyrimidiny**) tvoří jednotlivými vzájemnými kombinacemi páry, které kódují genetickou informaci v DNA.

Lidské tělo je schopno využít pro svoje účely puriny obsažené v potravě, ale zároveň si je dokáže znovu vyrobit samo z jednodušších stavebních prvků. K tomu slouží enzymy. Lidský metabolismus tedy není až tak závislý na přívodu purinů z potravin a k jejich vlastní výrobě používá jiné v těle přítomné základní látky – metabolity. Hlavním místem syntézy nových purinů je jaterní buňka, která je ztělesněním chemické (alchymistické) la-

její zpracování, to znamená, že se musí v každém případě z organismu neustále vylučovat, jinak se stává pro tělo toxickou.

Kyselina močová je běžnou složkou moči

Kyselina močová je bezbarvá látka se schopností tvořit krystaly. Je sice rozpustná ve vodě, ale ne tak dobře, aby mohla být za každých okolností z organismu spolehlivě vyloučena. Člověk a někteří primáti totiž nemají další enzym na úpravu kyseliny močové tak, aby byla ve vodě snáze rozpustná. Tento

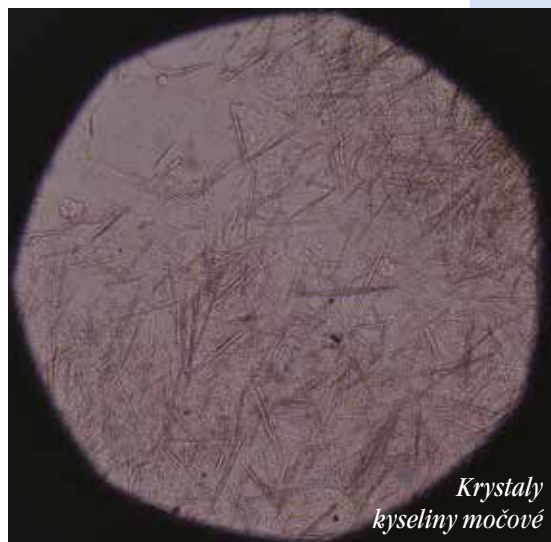
stimulovat nebo naopak utlumovat činnost ledvin a močového ústrojí celkově. V důsledku dlouhodobého stresu se pak některé toxiny nevyloučí z organismu v dostatečné míře tak, jak je tomu u psychicky stabilního člověka, který si ze všeho hned nedělá hlavu. Jedním z toxinů, kterých se to týká především, je právě kyselina močová a její deriváty.*

Nemoc dna neboli pakostnice

Na základní škole jsme dostávali za domácí úkol vypěstovat krystalky kuchyňské soli, kte-

* Pro optimální účinek a funkci přípravků Joalis je velmi podstatný zcela přesný popis chemických sloučenin, které mají schopnost se v organismu po dlouhou dobu usazovat. Z povrchu molekuly kyseliny močové se snadno odštěpí atom vodíku a molekula má pak snahu zareagovat a neutralizovat se do formy soli. Mezi charakteristické soli kyseliny močové usazující se v organismu patří především *urát sodný* (močan sodný), *urát amonný* (močan amonný). Dále se mohou vyskytovat *urát draselný* (močan draselný) a také *urát vápenatý* (močan vápenatý). Neutralizace do soli již probíhá bez enzymatického zásahu samovolně vychytáváním příslušných iontů v tekutém prostředí organismu. Všechny tyto výše uvedené sloučeniny mají schopnost sedimentovat do formy objemnějších patologických útvarů – tofů v kloubech či do formy ledvinových kamenů nebo močového písku.

rá krystalizuje do kubických (krychlových) krystalů. Proveďte se to zcela jednoduše. Ve vodě se ve sklenici rozpustí co nejvíce NaCl, tedy běžné soli. Pak se do sklenice ponoří provázek. Sklenice se odloží na nějaké klidné místo bez otřesů a do místa spíše chladnějšího, ale takového, aby se voda začala odpařovat a molekuly soli se do sebe začaly spojovat ve formě krystalů, které mohou v procesu krystalizace narůst i překvapivě velké.



To samé se v podstatě děje v těle s přebytkem kyseliny močové nebo jejích derivátů. Pokud je velká koncentrace kyseliny močové, může se usazovat a začít krystalizovat v místech, která jsou u člověka zatuhlá a méně pohyblivá. Kyselina močová krystalizuje do dlouhých jehliček, které se pak usazují především v kloubech. Velmi typické klouby jsou „slezinové“ boční klouby (*articulatio metatarsophalangeales*), vedoucí k palci nohy. Tento kloub představuje zhruba polovinu výskytu jehlovitých krystalků spojených s výskytem dny. Dále se mohou usazovat na patách, v lokti, v rameni nebo v drobných kloubech rukou, v zápěstí, vzácněji v jiných částech pohybového aparátu.

V posledních letech se výskyt dny celosvětově zvýšil. Uvádí se, že v určitém věku postihne až 2 % obyvatel vyspělého západního světa žijících v dostatku. V drtivé většině postihuje především muže, a to v některých případech již ve věku 30+. Ženy postihuje téměř výhradně až po menopauze. Poměr této diagnózy je cca 9:1 muži versus ženy.

Dna jako diagnóza je ve své charakteristické podobě obvykle provázena akutními bolestivými záchvaty a záněty v kloubu, které se většinou v určitých intervalech opakují. Tyto záněty jsou zpravidla doprovázeny citlivým horkým otokem se zarudnutím. Záchvat dny

CO STOJÍ ZA OBTÍŽEMI PŘI VYLUČOVÁNÍ KYSELINY MOČOVÉ

Kyseliny močové se má denně močí vyloučit cca 0,25–0,75 g, a to není nijak málo. Komplikace při jejím vylučování z organismu tedy nastávají při působení následujících faktorů (většinou se nejedná pouze o jeden, ale kombinaci):

1. Dlouhotrvající stres. Ten negativně působí na činnost nadledvinek a ledvin, potažmo celého urogenitálního traktu. Úlevu představuje přípravek **Streson®**, který může významně přispět k řešení akutních stresových situací. Pokud však stresem trpíme dlouhodobě, doporučuji spíše udělat „inventuru“ vzorců chování a změnu některých rodových modelů. To samozřejmě nemusí být vždy jednoduché a často to dá člověku zabrat (stojí to hodně úsilí i času), ale je to jediné trvalé a efektivní řešení.
2. Zvýšený přísun purinů potravou. Jedná se zejména o masitou stravu, konzumaci vnitřností zvířat, mořských plodů. Dříve se jako zhoršující faktor pro usazování kyseliny močové uváděla též konzumace luštěnin (čočka, hrách, fazole), v současné době se však odborná veřejnost k tomuto názoru nepřiklání. Některé další potraviny v sobě obsahují puriny – xantiny s prokázaným stimulujícím vlivem na nervovou soustavu. Káva obsahuje kofein, v kakau je přítomný theobromin a čaj obsahuje theofylin. Současné názory inklinují k tomu, že pití kávy je prospěšné při vylučování kyseliny močové, zatímco pitím černého čaje se její přirozené vylučování zhoršuje. Ostatně, máme k dispozici přírodní Salvia, který dokáže detekovat vhodnost nebo naopak nevhodnost jednotlivých potravin na konkrétním klientovi v souvislosti s přítomností kyseliny močové v organismu.
3. Jako problematická se též uvádí nadměrná konzumace bílého cukru a konzumace potravin s vysokým obsahem fruktózoového sirupu.
4. Půsty, hladovky nebo náhlá změna tělesné hmotnosti z nejrůznějších důvodů mohou přechodně zvýšit hladinu kyseliny močové v organismu.
5. Nadměrná pravidelná konzumace alkoholu, který je zatěžujícím faktorem nejen pro játra, ale také pro ledviny.
6. Některé druhy léků na ledviny, například diuretika, nebo jiné druhy léků s vedlejším doprovodným zatěžujícím účinkem na ledviny.
7. Kyselé prostředí v organismu. Na jeho úpravu můžeme použít přípravek **Activ-Acid®**.
8. Nedostatek pohybu, ale také nedostatek odpočinku. Absence zdravého životního stylu.
9. Některé dědičné vlivy.

velmi často nastupuje v noci, kdy je celkově snížena tělesná teplota organismu, tedy ledviny v souladu s cirkadiánními cykly* vykazují nižší výkonnost než například v podvečerních hodinách.

Dna byla a je nazývána nemocí králů, právě proto, že jí mnoho panovníků v dějinách lidstva trpělo. Panovníci měli na svých stolech vždy dostatek masa a jídla obecně, dostatek vína nebo piva a při vykonávání svých panovnických povinností zažívali stres. Tak například Karel IV., český král a římský císař, na dnu trpěl a ke sklonku svého života při svých diplomatických výpravách musel mít speciálně upravená nosítka, aby cestu v bolestech přečkal.

Z dalších známých osobností světových a evropských dějin, které trpěly touto nemocí, můžeme jmenovat Alexandra Makedonského, císaře Maxmiliána II. Habsburského – otce Rudolfa II. Habsburského, anglického krále Jindřicha VIII. či francouzského krále slunce Ludvíka XIV.

Dnes bychom dnu označili za nemoc manažerů nebo jiných vedoucích pracovníků. Podmínky mají většinou podobné, jako mívají mnozí králové. Mají přístup k mnoha masitým pokrmům, firemní večírky spojené s popíjením alkoholu a k tomu velmi velkou dávkou stresu při plnění firemních cílů. Přípravek **Urcid®** jsem za posledních 15 let aplikoval na

* Cirkadiánní rytmus je jeden z biorytmů, tedy kolísání aktivity a bdělosti nejčastěji s denní, měsíční nebo roční periodou.

mnoho mých známých, kteří jsou (nebo byli) ve vysokých výkonných funkcích a jsou (nebo byli) pod značným stresem a tlakem. Tato detoxikace byla naštěstí téměř vždy velmi úspěšná a výsledný efekt přinesl úlevu od nepříjemných symptomů dny.

Zvýšená hladina kyseliny močové může přinést i jiné neduhy

Základním vyšetřením na hladinu kyseliny močové je vyšetření krve. Pro tuto diagnostiku jsou jako směrodatné určeny mezní, tedy minimální a maximální, hodnoty hladiny kyseliny močové a jejich sloučenin. Výsledky vyšetření z krve si pak pacient přinese domů, a často také do našich poraden. Je dobré vědět, že zhruba u poloviny klientů s dnovými potížemi není pozitivní zvýšená hladina kyseliny močové v krvi. Dále u většiny klientů, kteří přinesou krevní rozbor se zvýšenou hladinou kyseliny močové, se dna nikdy neprojeví, ale pravděpodobně je budou trápit mírnější příznaky bez akutních záchvatů bolesti. Pro detoxikační postupy jsou však podstatné všechny nestandardní symptomy a tělesné pocity každého klienta.

Spolehlivější diagnostika klasické medicíny pro stanovení diagnózy dny se provádí přímo ze *synoviální tekutiny** postiženého kloubu, ve které se dokazuje přítomnost miniaturních krystalků vysrážené kyseliny močové.

Pro vedení úspěšných detoxikačních postupů u jednotlivých klientů je dobré vědět, že se jehlicovité krystalky kyseliny močové mohou vyskytovat nejen v málo pohyblivých kloubech a šlachách, ale také v cévních kapilárách nebo v kůži, a to rovněž na málo pohyblivých, a tudíž nedostatečně prokrvených partiích těla. Znalec tradiční čínské medicíny – starověký čínský lékař – by před dvěma tisíci lety zřejmě řekl, že se jedná o postižení partie těla s nedostatkem energie Čchi. V současné době se však snažíme používat spíše pojmy moderní klasické medicíny, pro snazší pochopení a dorozumění. Tkáň, která není pravidelně oživovaná jemnými pohyby – vibracemi, začne po čase přirozeně stagnovat, stane se náchylnou ke kumulaci škodlivých toxinů, není patřičně prokrvená, nedostávají se do ní v dostatečné míře vlastní protilátky a v průběhu času se může dostat až do patologického stavu spojeného s nemocí.

Zvýšená hladina kyseliny močové v těle (hyperurikémie) může také představovat riziko vzniku kardiovaskulárního onemocnění. Ně-

kteří další studie ukazují, že vysoké hladiny kyseliny močové s sebou přinášejí vyšší riziko vzniku diabetu 2. stupně. Jiné studie zase naznačují, že hyperurikémie by mohla být spíše následkem inzulinové rezistence při diabetu typu 2, než její příčinou. Pro dosažení normální hladiny cukru v organismu je vyvinut přípravek **PankreaDren®**, který používáme zejména u diabetu typu 2, ale také vždy při zvýšené hladině krevního cukru.

Za zhoršeným vylučováním kyseliny močové může stát například dlouhodobý stres.

Dalším významným všeobecně uznávaným a komplikujícím toxinem při detoxikaci kyseliny močové je přítomnost vyšší koncentrace olova a jeho sloučenin v organismu. Olovo je velmi toxickým prvkem a organismus ho ke svému správnému fungování v homeostáze vůbec k ničemu nepotřebuje. Přitom ho každý člověk v sobě v určitém množství nese, mnozí pak ve zvýšené až nebezpečné míře. Olovo je také tzv. „ledvinovým“ toxinem, tedy se usazuje v těch orgánech, které patří podle tradiční čínské medicíny do okruhu orgánů ledvin. Cílovým místem úložiště olova v podobě *hydroxyfosforečnanu olovnatého* jsou kosti, kde je tato sloučenina schopna nahradit netoxický *hydrogenfosforečnan vápenatý* – kostní minerál. V kostech se uloží okolo 99 % olova v organismu. Olovo je tak zásadním toxinem, že mu bude věnován prostor v jednom z dalších dílů *Joalis Průvodce lidským tělem i duší*. K detoxikaci od olova použijeme přípravek **Antimetall** nebo ještě lépe speciální **InfoDren – Antimetall Pb**. Tohoto příprav-

ku doporučujeme využívat čtyři balení po půlročních intervalech v rozmezí dvou let.

Některé další případy zvýšené hladiny kyseliny močové mohou vést až k tvorbě urátových ledvinových kamenů. V jiných případech může dojít k poškození ledvin. Smysluplné je předcházet těmto stavům včasnou změnou životního stylu a optimální detoxikací od nahromaděné kyseliny močové v těle, a to v závažnějších případech často opakovaně a pra-

videlně v cca půlročních intervalech. Každá z těchto půlročních detoxikačních kúr by však měla být podpořena jinými přípravky na zprůchodnění a harmonizaci přirozených vylučovacích cest v organismu. V tomto případě se budeme věnovat zejména okruhu orgánů ledvin přípravky **UrinoDren®**, **UrHerb** nebo **Deuron®**.

Moje zkušenost s kyselinou močovou

Již v roce 2004 měl Joalis k dispozici speciální přípravek **Uric Acid** – dnes **Urcid®**. Se zvědavostí jsem tento přípravek vyzkoušel nejprve na sobě.

V tu dobu jsem hodně rekreačně běhal desetikilometrové i delší trasy. Téměř každé ráno mě bolela chodidla a paty a chvíli mi to trvalo, než jsem to takzvaně „rozchodil“. Netušil jsem, že by tyto stavy mohly nějak souviset s kyselinou močovou a se stresem, který zákonitě patřil k mému povolání – tedy při snaze všechno ▶



* *Synoviální tekutina se nachází uvnitř kloubního pouzdra. Tato vazká tekutina má za úkol snižovat tření, chrání tak kloub proti opotřebení při pohybu. Další funkcí synoviální tekutiny je přívod živin do kloubu.*

KDY SÁHNOUT PO URCIDU®

Přípravek **Urcid®** používám ve své poradně velmi často a s úspěchy, vlastně si bez něj vůbec nedovedu svou detoxikační praxi představit. Nejlepší je samozřejmě detekovat – změřit jeho vhodnost na přístroji Salvia. Kromě toho mohou být signálem pro možnou aplikaci přípravku **Urcid®** následující symptomy klienta:

- každá zvýšená hladina kyseliny močové zjištěná z rozboru krve
- stížnosti na bolesti vnějších kloubů na nohou bez dnových záchvatů
- bolesti pat
- tvorba ostruh na patách
- bolesti a potíže spojené s Achillovou šlachou
- bolesti dlouhých (metatarsálních) kostí na chodidlech
- bolesti kotníků

V těchto případech doporučujeme zkombinovat přípravek **Urcid®** s přípravkem **Oped-Dren** určeným na detoxikaci drobných kostí na nohou – chodidlech a detoxikaci jiných přidružených pohybových struktur chodidla.

Při podobných pohybových obtížích v oblasti ruky – prstů a dlaně – doporučujeme kombinaci přípravků **Urcid®** plus **OmanDren**. **OmanDren** je určen k detoxikaci drobných kostí na ruce – dlaních a prstech – a detoxikaci jiných přidružených pohybových struktur dlaně a prstů.

Dalšími vzácněji se vyskytujícími symptomy mohou být bolesti loktů nebo ramen. V tomto případě budeme aplikovat přípravek **Urcid®** spolu s přípravkem **ArtiDren®**.

Pokud si klient na vysoké pracovní pozici s mnoha povinnostmi a vysokou mírou zodpovědnosti stěžuje na pohybové potíže, které by v budoucnu mohly vyústit ve dnu, můžeme aplikovat základní kombinaci na vyloučení a ředění kyseliny močové z organismu, tedy trio přípravků užívané dohromady: **UrinoDren®** (nebo **UrHerb**), **Streson®**, **Urcid®**.



ty naštěstí stále existují. Od června 2020 mají hlavní vybrané přípravky kromě obvyklé informační složky nové složení s posíleným obsahem bylin. Další formou sdělení jsou tzv. symbolikony (obrázky, které daný produkt charakterizují), které má na obalu každý takto posílený přípravek. Symbolikony jsou tedy druhou asociací k navrženému zaměření přípravku.

Urcid® nese na svém obalu ocasní ploutev velryby, která se právě rozhodla potopit se na dno pro svůj úlovek v podobě planktonu... Život vznikl v mořích v nejrůznějších solných roztocích. Rovněž člověk má v sobě element vody, potažmo moře, který má být správně umístěn a vizualizován v prostoru druhé čakry v oblasti podbřišku zhruba pěst pod pupkem před křížovou kostí. Má oranžovou barvu a ta velmi často u klientů Verself asociuje slunce, zapadající do vody. Ale takovým způsobem skutečně vznikl život. Tedy že se plazma – Slunce – rozložila na jednotlivé prvky – živly, když se ponořila do moře a smísila s vodou. Alespoň tak to tvrdí starší filozofické texty popisující vznik světa – jak egyptské, tak taoistické. Ale má to svoji fyzikální a biochemickou logiku. Život bez Slunce a vody skutečně není možný, toho jsme si všichni velmi dobře vědomi. Jestliže dnes hledáme ve vesmíru život, automaticky předpokládáme, že v daném místě musela být přítomná voda ve společnosti nějaké Hvězdy.

Člověk má ve svém těle také takový mikrosvět moře právě v oblasti podbřišku. Ke svému zdraví potřebuje, aby ledviny pomoci nejrůznějších regulačních mechanismů zajišťovaly optimální koncentraci solných roztoků, a to právě těch, které jsou rozpouštěny ve vodě. Stejně tak, jako je tomu v mořích, tedy v makrosvětě. Nepřetržité vylučování kyseliny močové močovými cestami a kontrola její bezpečné hladiny v prostředí těla tedy patří k základním funkcím zdravého a psychicky stabilního organismu a významně přispívá k neustále probíhající přirozené regeneraci organismu. 

Ing. Vladimír Jelínek



Velryba je na dnu...

Situace pro výrobce alternativních zdravotních přípravků je dnes kvůli legislativě velmi přísná a omezující. V dnešní době existuje pro vnitřní využití pouze kategorie léků a léčiv a doplňky stravy. Všechny přípravky Joalis jsou doplňky stravy a jsou pod přísným dozorem státních institucí. To je na jedné straně dobře a pro výrobce i pro therapy je tento dozor státní autority velmi ochranný v tom smyslu, že stát se postará o nezávadnost používaných přípravků a formou certifikace přípravků nebo kontrolou výroby zajistí maximální bezpečnost a stabilitu všech přípravků.

Na druhé straně byly prostředky komunikace a sdělení zdravotních tvrzení o doplňcích stravy velmi omezeny, a to na jeden konečný seznam zdravotních tvrzení doporučený Evropskou unií. Ta jdou využít jen v případě, když je přítomna bylina ze stejného seznamu s prokázanými účinky. Vše, co není dovoleno, je tedy zakázáno.

Nezbývá nic jiného než hledat nové prostředky komunikace, které při troše kreativi-

stihnout a mít tzv. pod kontrolou. Ranní stavy nohou jsem přisuzoval právě své pohybové aktivitě rekreačního běže.

Čtvrtý až pátý den při užívání přípravku **Urcid®** (**Uric Acid**) jsem pocítoval silné nucení na močení, které trvalo několik dní. Zároveň mě to nutilo přijímat ve zvýšené míře tekutiny, celé to však probíhalo přirozeně, žádné nucení do pití dvou litrů denně. Ledviny jsem vnímal v zadních partiích zad jako snad nikdy v životě, ale nebylo to nic dramatického. Zhruba za deset dní od začátku detoxikačních projevů bolesti chodidel zcela zmizely a uvědomil jsem si, že můj pravidelný běh na to tehdy vlastně neměl až takový vliv. Rovněž mi tato detoxikace postupně umožnila posunout styl běhu směrem k přirozenějšímu pohybu. **Urcid®** jsem v následujících letech využíval ještě asi tak třikrát, nikdy jsem však již nepocítoval tak výrazný efekt jako během počáteční kúry. Bolesti a ztuhlost chodidel po ránu se již nevrátily a všechny další kúry s přípravkem **Urcid®** jsem považoval spíše za preventivní, ale jinak zcela smysluplné a v souladu s filozofií detoxikační informační medicíny.

Infodopis pre terapeutov

NOVEMBER – DECEMBER 2020



Vážení terapeuti a priaznivci informačnej medicíny,

november a december sú mesiace sviatočné. Najkrajší z nich, Vianoce, sú sviatky pokoja a pohody, časom, ktorý by každý z nás chcel stráviť so svojimi najbližšími. V dnešnej dobe však mnohí prežívajú tento čas trochu inak a naše životy komplikuje jednak pandémia a návrat opatrení. Nájdime si aj pri tomto stave svoje pozitíva, trávmе viac času so svojimi najbližšími, radujme sa z vecí, ktoré boli nedávno samozrejmé. Vyčarujme si každý deň úsmev na tvári a nezabúdajme, že vianočný čas by mal byť predovšetkým o spoločnom stretnutí s rodinou i priateľmi, radošti z maličkostí, pokoja a odpočinku.

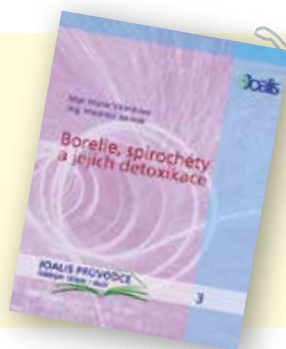
Prajeme Vám všetkým veľa pohody, nech máte stále dobrý pocit zo seba i svojej práce a nech ste oporou pre svojich najbližších. Nestrácajte zmysel pre humor a nastavte sa na pozitívne myšlienky, budete potom priťahovať dobré veci...

Krásne dni praje MAN-SR

NOVINKY

Mgr. M. Vilánková a Ing. V. Jelínek:
Borélia, spirochéty a ich detoxikácia.

Ďalší, očakávaný diel Joalis sprievodca ľudským telom a dušou na tému borelióza je na svete.



Bylinkový kalendár na rok 2021

27 známych, ale aj menej obvyklých liečivých bylín zdobí nový kalendár na rok 2021 s názvom Joalis – prepojenie sily informácie s účinkami bylín. Bylinky, ktoré na Vás v kalendári budú po celý rok vykukovať, sú obsiahnuté v top prípravkoch Joalis. Vďaka ich popisu ešte lepšie pochopíte, prečo tá, ktorá bylinka v danom produkte nemôže chýbať. „Po bylinkách sa u nás doma siahalo vždy ako po prvej záchrane pri mnohých zdravotných problémoch, vlastne ich aplikujem aj teraz na svojej rodine.“ hovorí Linda Maletínská, ktorá informácie do kalendára pozbierala z rady herbárov, a dodáva: „Mala som pocit, že ma teda už nič neprekvapí, ale predsa ma množstvo účinkov v niektorých až notorických známych bylinkách zaskočilo.“

Veríme, že sa Vám stolový kalendár plný liečivých bylín a užitočných rád bude páčiť a bude príjemným sprievodcom po celý ďalší rok.



Klinické studie na

Pilotní studie na doplňky stravy Joalis Bambi Bronchi a Joalis Bambi Anaerg

Sledované parametry

- Pokles hladiny IgE
- Nárůst hodnot při spirometrickém vyšetření objemu plic
- Nárůst vitální kapacity plic při spirometrickém vyšetření

Závěr studie

Účinnost přípravků

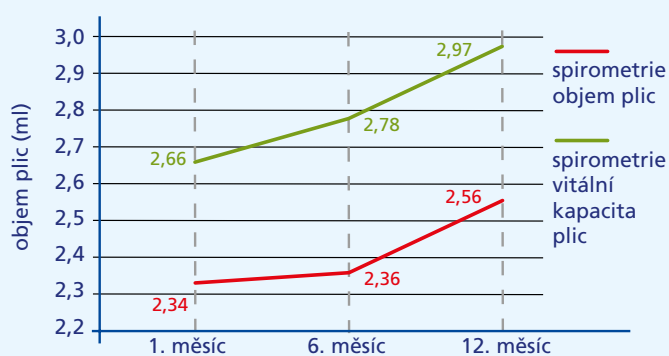
Joalis Bambi byla prokázána u všech sledovaných parametrů.

Do studie bylo zařazeno 72 klientů s astmatem prvního až třetího stupně (průměrný věk 9,2 roku).

Studie proběhla v roce 2014.

- **Joalis Bambi Bronchi** je přírodní sirup pro děti s obsahem biotinu, který přispívá k udržení normálního stavu sliznic a vitamínu C podporujícího normální funkci imunitního systému.

Spirometrie – objem a vitální kapacita plic



Průběh hladiny IgE



- **Joalis Bambi Anaerg** je přírodní sirup pro děti obsahující například bez černý, který přispívá k normálnímu stavu imunitního systému, nebo kopřivu dvoudomou, která působí jako antioxidant.

Přírodní sirupy pro děti
Joalis Bambi jsou doplňky stravy zpracované unikátní informační technologií.

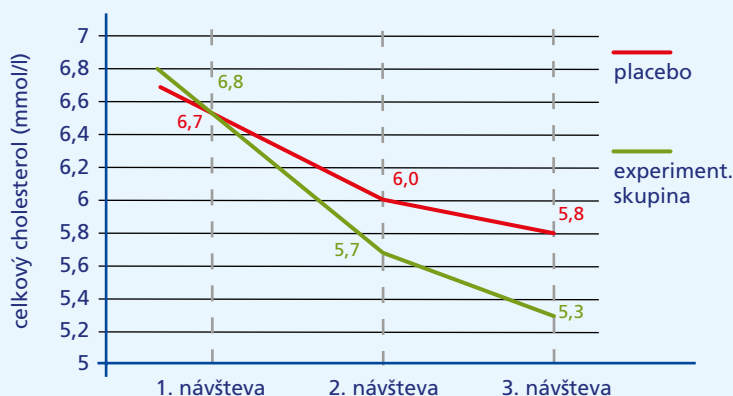


www.bambiklub.cz

a přípravky Joalis

Klinická studie na doplňky stravy Joalis LiverDren® a Joalis Achol®

Výše celkového cholesterolu v průběhu studie



Sledované parametry

- výše hladiny LDL cholesterolu
- výše hladiny HDL cholesterolu
- výše hladiny celkového cholesterolu

Závěr studie

Výsledky studie potvrdily účinnost kombinovaného užívání přípravků **Joalis**

LiverDren® a **Joalis Achol®**, které snižují hladinu cholesterolu. Do studie bylo zařazeno 182 klientů a proběhla v roce 2017.

- **Joalis LiverDren®** je přírodní doplněk stravy obsahující výluh z řepíku lékařského, který má vliv na normální činnost jater, vylučování, trávení a fungování žlučníku.
- **Joalis Achol®** je přírodní doplněk stravy obsahující výluh z chmele otáčivého, který přispívá k normální hladině cholesterolu v krvi.

Přírodní přípravky Joalis
jsou doplňky stravy zpracované
unikátní informační technologií.



www.Joalis.cz

Slovensko hodnotilo

Vážení obchodní partneri a priaznivci detoxikačnej metódy Joalis.

Opäť tu máme koniec pracovného roka a Vaše hodnotenie za predchádzajúce pracovné obdobie **od 1. 10. 2019 do 30. 9. 2020**. Vzhľadom na momentálnu epidemiologickú situáciu nielen na Slovensku, ale aj vo svete, hodnotné ceny v sume cez 1.300 € Vám teraz nemôžeme odovzdávať osobne na seminárnych dňoch prostredníctvom predstaviteľov firmy Joalis a firmy MAN-SR tak ako sme po iné roky boli zvyknutí. Ceny budú zaslané poštou.

Je nám veľmi ľúto, že sme sa tento rok nemohli stretnúť a opäť sa dozvedieť cenné poznatky z oblasti detoxikačnej medicíny priamo od Mgr. M. Vilánkovej a p. Ing. Jelínka.

Veríme však, že toto obdobie ťažkých skúšok sa čoskoro skončí a my sa opäť stretneme už na jar.

Medzi najlepších terapeutov s odberom nad 300 ks mesačne patrí:

1. cena: Ing. Lýdia Eliášová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 300 €

Terapeuti s odberom nad 200 ks mesačne:

2. cena: Mgr. Karin Heinz, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 250 €

3. cena: Erika Petrleničová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 200 €

Terapeuti s odberom nad 100 ks mesačne:

4. cena: Mgr. Silvia Martincová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 150 €

5. cena: Alojzia Kováčová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 100 €

6. cena: Margita Pekárová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 75 €

7. cena: Petra Kostrová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 70 €

8. cena: Anna Katrincová, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 65 €

9. cena: MUDr. Jana Živická, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 56 €

10. cena: Jozef Volgyák, získava balíčkov detoxikačných prípravkov v hodnote 50 €

OKREM TOHO ZÍSKAVAJÚ

1. miesto: D 2 Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 300 ks
ZĽAVA 100 % NA ŠKOLENIA

2. – 3. miesto: D 3 Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 200 ks
ZĽAVA 100 % NA ŠKOLENIA

4. – 10. miesto: D 3 Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 100 ks
50 % ZĽAVA NA ŠKOLENIE

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

MUDr. Vlachová, p. Ing. Art. Ruman, MUDr. Šimko,

Tí, ktorí majú odber od 20 ks do 50 ks mesačne:

MUDr. Moleková, MUDr. Varinská, RNDr. Tóth, MUDr. Steinerová, Mgr. Prešovská, MUDr. Šima, p. Purdek, PharmDr. Wolaschková, MUDr. Hrachová, PhDr. Danková Ľ., p. Makovicová, MUDr. Gális, Ing. Oravcová, Ing. Lauková, p. Šanková

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

Ing. Macejková, Ing. Ambrozová, p. Švikruhá, Ing. Demovič, p. Haringová, Ing. Mandinec, p. Gódo, Mgr. Huljaková, p. Schupbach, Ing. Lukešová, Ing. Mihok, PhDr. Šipošová K., p. Šeboková

Ďalším s odberom do 10 ks zašleme hodnotenie mailom.

Ďakujeme Vám za spoluprácu a tešíme sa na ďalší rok, ktorý ako všetci dúfame už nebude poznamenaný ťažkou dobou, s akou sme bojovali a aj naďalej bojujeme.

Prajeme Vám veľa zdravia počas nasledujúcich mesiacov.

Tím MAN-SR s. r. o.



Drobnou ženu s dredy a batůžkem byste si na první pohled snadno spletli se studentkou. Jakmile promluví, máte zase pocit, že z ní sálá moudrost, která výrazně přesahuje její reálný věk. Výborně rozumí postavení hvězd a planet, stačí jí říct datum a hodinu narození a má vás dokonale přečtené. Ráda cestuje, pořádá kurzy astrologie, cvičí jógu, maluje a toulá se přírodou, ze které čerpá energii, inspiraci a ráda v ní medituje. Napsala také několik knih. Taková je astroložka narozená ve znamení Býka, Alita Zaurak.

Kdo zasel, ten začne příští rok sklízet

Nemohu se nezeptat na tvé jméno – vím, že se občanským jménem jmenuješ jinak, ale známá jsi pod jménem Alita Zaurak. Co znamená nebo jak se k tobě dostalo?

Alita Zaurak je jakýsi kosmický pseudonym a pomáhá mi uvědomovat se spíše jako obyvatel vesmíru, než jen konkrétní země. Potřeba „převléknout se“ do nového jména vznikla v době mého příchodu do Prahy v devadesátých letech v souvislosti s duchovním probouzením, které jsem tehdy zažívala.

Hrála jsem si se jmény blízkých lidí, s iniciálami mého občanského jména tak dlouho, až vznikla Alita. Příjmení jsem pak odvodila od hvězdy Zaurak v souhvězdí Býka.

Před pár lety jsem ovšem od jedné ženy ovládající perfektně numerologii jmen zjistila, že jde o velmi náročnou kombinaci zvanou

„zkratka ke štěstí“ nebo též „otevřené peklo“. Skutečně se mi po přejmenování začaly dít poměrně razantní věci a události, především ve vztazích. Teoretické duchovní poznatky a prožitky jsem musela urychleně začít používat v praxi. Dobrovolně bych asi do něčeho takového nešla (úsměv).

Jak ses vlastně dostala k astrologii? Představuji si tě jako zadumanou holčičku, která uprostřed zahrady hledí dalekohledem k nebi.

Dětství jsem skutečně trávila z velké části na zahradě našeho rodinného domu, nicméně mě spíše zajímalo, co tam roste a kvete, a taky jak to voní a chutná. Lidé si často pletou astrologii s astronomií, i když jsou to samozřejmě vzájemně propojené nauky, které kdysi dávno nebyly od sebe nijak odděleny. Astrologie je

dnes hlavně o umění pozorovat, co se děje kolem tebe a v tobě, a dávat si věci a jevy do souvislosti. K čemuž je například pozorování proměn přírody během roku úžasnou pomůckou, jak by nám jistě potvrdili naši dávní předkové...

Po sametové revoluci jsem začala vědomě hledat spojení s Bohem, a protože jsem v tu chvíli neměla nic jiného k dispozici, začala jsem křesťanstvím, dokonce jsem krátkou dobu studovala na teologické fakultě! Brzy jsem zjistila, že to všechno může být mnohem širší. Do mého světa vstoupily knihy Carlose Castanedy, buddhismus, jóga, esoterika... Devadesátá léta jsem trávila částečně v Rusku a přála jsem si objevit, co je mým posláním, jak bych mohla nejlépe pomáhat lidem. Jednoho dne jsem stála před nástěnkou s plakátem Školy Astrojógy. Podívala jsem se na něj a najednou ►

jsem věděla, že to je ono, že na ten kurz prostě musím jít. Od začátku mě toto propojení astrologie s jógou tak nadchlo, že mi studium šlo v podstatě samo a tušila jsem, že to bude má životní práce – což se také brzy potvrdilo.

Na mě ty astrologické rozborů působí složitě, může se je naučit každý? Není to náročné na matematiku?

Astrologie je ve skutečnosti velmi jednoduchá! Je to kombinace dvanácti znamení, dvanácti planet a dvanácti domů. Výpočty za nás dnes udělá počítač, ovšem ani ruční sestavení horoskopu není zas až takový problém ani pro humanitně orientované jedince. Říkám, že to zvládne každý, kdo má nějakou základní inte-

Tak třeba já jsem se narodila se 2. září 1978. Když ti toto řeknu, už máš nějaký obrázek? Nebo je potřeba detailnější studovat přesná postavení planet i v hodině narození?

Leccos se dá říci i rovnou „z hlavy“, k přesnějšímu výkladu však potřebuji astrologický program, a samozřejmě i co nejpřesnější čas narození.

Už na začátku výkladu horoskopu každému vždy říkám, že jsme si to, do jakého znamení se narodíme, vybrali sami – protože jsme ve stavu rozšířeného vědomí, mezi smrtí a novým zrozením, přesně věděli, jaké vlastnosti si v další inkarnaci potřebujeme doplnit a zdokonalit. Jako každý zrozenec či zrozenkyně ve

mnohem vědoměji vyměňovat se světem. Měli byste si sebe více „vážit“, nemusíte už o sobě tolik pochybovat a stále se hledat. Také se v tomto období mohou hodně uzdravit a zharmonizovat partnerské vztahy. Budete teď moci vědoměji pracovat se svými emocionálními zraněními s pomocí vládce Vah, planety Chiron. Konkrétně u vašeho ročníku se Chiron nalézá přibližně v osmém stupni Býka a to odpovídá věku cca devíti let (věk Býka je 7–14 let). Je dobré zpracovat si své pocity z tohoto citlivého období a pokročit tak ve své práci na vztazích do další, svobodnější úrovně...

Hlavní úkol zrozců roku 1978 je také přijmout své tělo a dobře se o něj starat a užívat jej, věnovat se na mnoha úrovních z více hledisek a různými způsoby otázkám zdraví a životního stylu. Toto je společné pro celý ročník, protože všichni máte Saturna a vzestupný lunární uzel ve znamení Panny...

V médiích jsem zaznamenala zmínku o znamení Hadonoš, o kterém jsem nikdy předtím neslyšela. Co to vlastně je?

Hadonoš se, podle mých informací ze studií v Rusku i vlastních prožitků, nalézá na hranici znamení Štíra a Střelce. Je to ten, kdo psychologicky umírá, osvobozuje se od svého ega, od různých závislostí, starých a omezujících způsobů smýšlení, aby se mohl znovu zrodit či přestoupit, lépe řečeno přímo vystoupat na novou, svobodnější duchovní úroveň bytí. Můžeme mluvit také o orlovi vzlétnuvším z pozemských, hmotných omezení či Fénixovi rodícím se z popela. Je to možnost „vystoupit z kruhu“, k čemuž ovšem v sobě potřebujeme integrovat kvality všech dvanácti znamení Zvěrokruhu, mít jejich kvality již zpracované. Z názvu je také patrné, že tento posun souvisí s probuzením hadí síly Kundalini-Šakti, což nás přivede samozřejmě k józe, tantrě, šamanismu, mystice, k učení, která nás mohou vést touto cestou...

Takže Hadonošem se může stát v podstatě každý, kdo se k takovému posunu odhodlá, kdo kráčí dlouhodobě tímto směrem, k tomu cíli. Všeobecně jsou to realizovaní neboli osvícení jedinci, jichž je však na naší planetě bohužel velmi málo. Pohled do této oblasti v našem horoskopu může napovědět, jakým způsobem na sobě z tohoto hlediska můžeme pracovat, kudy vede konkrétně pro nás cesta ven, do další úrovně hry...

Náš časopis je bulletin informační medicíny, a tak by to snad ani nešlo bez otázky na zdraví. Jak to máš ty, jaké cesty vyhledáváš?

Téma zdraví mě fascinuje a baví mě být v této oblasti jakýmsi průkopníkem. Vyzkoušela



ligenci, ovšem i vnímavost a intuici, a hlavně bytostný zájem! Mé kurzy už absolvovalo několik stovek lidí. Alespoň základní znalost astrologie může pomoci lépe se vyznat v sobě i v našich blízkých, porozumět sobě a tomu, co se nám v životě – často opakovaně – děje...

Takže když ti někdo řekne datum a hodinu narození, máš ho jako na dlani.

Ano, dá se to tak částečně říct. Pokud mi dá svolení k výkladu a skutečně chce poznat sebe sama, můžeme jít poměrně do velké hloubky. Z postavení planet při narození se skutečně dá vyčíst, v čem spočívá životní práce zrozcence, jak pracovat na vztazích, jaké jsou příčiny zdravotních potíží apod... K výkladu přidávám též aktuální tranzity planet, takže se můžeme dobře zorientovat v dané životní situaci a zlehka nahlédnout i do budoucna, případně podle potřeby i lépe pochopit situace minulé...

znamení Panny si potřebuje osvojit pokoru, skromnost, pracovitost, pečlivost, umění trpělivé a oddané služby druhým, zdravou střizlivost, analytické schopnosti a další podobné vlastnosti. Dobrovolně bychom si asi takové znamení nevybrali, nicméně tak se nám to jeví až tady na zemi. Pohled „shůry“ z mezidobí mezi smrtí a novým zrozením je úplně jiný, protože tam jsme ve stavu rozšířeného vědomí a tedy přesně víme, co je pro nás v další inkarnaci to nejlepší, a dokonce jsme z toho nadšení!

Váš ročník 1978 vstupuje nyní, ve věku 42 let, do období dospělosti. Každé z dvanácti znamení Zvěrokruhu představuje sedm let lidského života. Skončilo vám tedy období Panny (35–42 let) a s ním i mládí (21–42 let), a nyní jste se přesunuli do období Vah (42–49 let), a kromě toho i do první fáze zralosti neboli dospělosti (42–63 let), kdy si začínáte své doposud nabyté zkušenosti, znalosti a dovednosti



jsm na sobě čínskou medicínu, ájurvédu, homeopatii, léčivé účinky konopí, ayahuascu... Denně cvičím jógu, otužuji se a hodlám svou péči o zdraví na všech úrovních nadále prohlubovat!

Jsem narozená v šedesátých letech, kdy se ve znamení Panny nalézaly dvě mocné transpersonální planety, Pluto a Uran. V podstatě ve všech životních oblastech nastaly obrovské ozdravné posuny. Lidé se začali zajímat o východní filosofii, šamanismus, způsob života a tradice přírodních národů, rozšiřovat vědomí s pomocí psychotropních látek... To se jaksi „otisklo“ do celé naší generace, a proto mnozí z nás svým více či méně radikálním „alternativním“ způsobem smýšlení a životním stylem následujeme a trpělivě uskutečňujeme ideály té doby...

Jsm mnohem zdravější, vitálnější, mnozí se v podstatě téměř obejdeme bez „lekařů“ a díky nám a následující vaší generaci sedmdesátých let začaly probíhat i v oblasti zdraví a léčení velké pozitivní změny, což můžeme denně pozorovat! Samozřejmě, že se průkopníci a „osvícení“ najdou a našli i v předchozích generacích, s tou naší však dochází opravdu ke kvantovému skoku! Je možné si povšimnout, že mnozí mí vrstevníci vypadají mnohem lépe než třeba naši rodiče v tomto věku. Díky umístění Pluta a Urana ve strážlivé Panně, ale také Neptunu v pronikavém a bdělém znamení Štíra, jsm mnohem citlivější, vnímavější a pozornější k tomu, co se děje kolem nás, nenecháme se tolik „oblbnout“... Myslím, že naše doba teprve přichází, a věřím, že se v nejbližších letech a desetiletích budeme moci ještě

aktivněji podílet na uzdravování a detoxikaci lidské společnosti!

Jak to máš s chápáním zdraví? Stačí jen „vytunít“ tělo?

Už v samotném „trojitém“ symbolu znamení Panny najdeme odpověď na to, co znamená být zdravý: léčení musí probíhat na úrovni duchovní, duševní a fyzické, a to vše je mezi sebou neoddělitelně propojeno. Na své cestě ke zdraví jsm kromě jiného pochopila, jak je důležité být řádně „zabydlený“ ve svém těle a uvědomit se v něm – tímto uvědoměním jakoby prosáknout až do každé buňky, rozpočítat se na samoléčící schopnosti organismu a pomáhat jim nenásilnou přírodní cestou.

Až do předchozího roku jsm se patnáct let léčila s pomocí klasické homeopatie. Kapky Joalis jsm v kombinaci s dalšími prostředky, například CDS, také užívala, když jsm se zbavovala parazitů. Osobně pokládám za důležité najít si kvalitní cestu přírodní léčby, ať už je to homeopatie, vaše kapky, či jiné směry. Je podstatné také na svou intuici a vybrat si dobrého homeopata, poradce informační medicíny, někoho, kdo nás tou cestou provede. Tímto velice děkuji všem, kteří mi v tomto pomohli a stále pomáhají a inspiřují mě!

Cítím se stále lépe, učím se „zabydlovat“ ve svém těle, žít s ním v souladu a věřím, že se to bude už jen zlepšovat. Zastávám názor, že čím

omezit. Mám obrovské štěstí, že jsm od dětství pociťovala, že s okolním světem je „něco divné“, a intuitivně směřovala k duchovní cestě, a vlastně alespoň chvílemi vnímala Boží lásku a obrovskou podporu, ať už se dělo cokoli. V tomto stavu se vlastně nachází každé malé dítě, jde jen o to, nakolik si jej nechá zastřít tzv. výchovou a všemožnými dalšími vlivy... Na počátku astrologicky definovaného období mládí, přibližně od 21 let, můžeme na cestu k Bohu vstoupit vědomě, to je naše svobodná volba. Někdo to udělá později, často pod tlakem těžkých životních krizí a náročných mezích situací.

Boží láska či nebeská energie do nás a skrze nás proudí v každém okamžiku a stačí se jí více otevřít a vědomě spolupracovat. Mně v tom pomáhá též každodenní práce s energiemi reiki a dikša. Zasvěcení do různých druhů energií můžete dnes absolvovat bez problémů a máte tak své zdraví doslova ve svých rukách...

Za celkově blahodárnou činnost – nebo spíše nečinnost – považuji meditaci. Když meditujeme, vystupujeme z našich myšlenek, stáváme se jejich pozorovateli a ocitáme se tak více ve svém duchovním středu, ve svém nitru, v srdci, můžeme spočinout v blahodárném stavu čirého bytí, vědomí a blaženosti neboli Lásky. V tu chvíli svými chaotickými – a z velké části bohužel negativními – myšlenkami nebráníme vesmírným silám,

Léčení musí probíhat na úrovni duchovní, duševní a fyzické, to vše je mezi sebou neoddělitelně propojeno.

jsm starší, tím bychom měli být v lepší kondici, protože naše tělo umíme užívat moudřeji. Samozřejmě mi v tom též pomáhá astrologie a život v harmonii s vesmírnými rytmy a cykly, vědomé a každodenní pozorování a prožívání tranzitů Slunce, Luny a planet ve znameních Zvěrokruhu. O tom také bude má další kniha *Rok ve Zvěrokruhu*. Ukázky z ní je možno najít například na mém facebookovém profilu či dostávat mailem spolu s měsíční či roční astrologickou předpovědí.

Máš nějaký konkrétní „recept“ na zdraví?

K tomu, abychom byli skutečně zdraví a šťastní, potřebujeme být v co nejhlubším spojení se Zdrojem, Stvořitelem, Bohem, Vyšším Já, Absolutnem, Velkým Duchem – jak to kdo chce pojmenovat. Máme-li toto spojení, konáme více intuitivně a děláme to, co je pro nás vhodné a harmonické. Starší duše toto vnímají a nenechají si spojení s Bohem tolik zatemnit,

aby se o nás postaraly, dovolujeme svým záležitostem, aby se samy harmonicky uspořádaly a vyřešily... Když to praktikujeme pravidelně, začínáme být postupně klidnějšími, tento stav v nás zakotvuje a stáváme se skutečně bytostně zdravými. Zkrátka: Duch vítězí nad hmotou.

Zde mohu též doporučit obzvláště jednoduchou techniku védské meditace, kterou každodenně používám už 11 let.

Vím, že ráda cestujiš. Preferuješ cesty samotné, nebo raději se „svou družinou“?

Cestování celkově miluji, a to jak sama, tak ve dvou či ve skupině. Každé je jiné a nedá se to srovnávat. Když cestuji sama, je to taková „jogínská maturita“ – hodně hluboké sebepoznání a sebereflexe. Když je člověk sám se sebou, lépe zjišťuje, jak to má s egem, s různými strachy, a zároveň si hluboce odpočine. Letos v létě jsm byla tři týdny sama ve svém milo- ▶

vaném Bulharsku a naprosto jsem si užívala setkávání s tamějšími, z velké části skvělými lidmi, velmi přátelskými, nápomocnými a tolerantními. Myslím, že právě samostatný, chvílemi i poněkud osamělý cestovatel toto obzvláště ocení a hlouběji prožije...

Jak to máš u těch skupinových cest?

Cestování s lidmi mě samozřejmě také baví a naplňuje. Mám malou cestovní agenturu a několikrát ročně podnikám organizované

Jakou další cestu plánuješ?

Dá-li bůh Šiva, tak na jaře 2021 bych ráda zase vyrazila do indické části Himálaje, do Údolí květín. Na podzim příštího roku jsem přesunula již dříve plánovanou výpravu do Tibetu k hoře Kailáš. V dnešní době, kdy nikdo moc neví ani co bude zítra, natož za půl roku, jsem moc ráda, že mám ještě další práci, astrologii, a nejsem na svých cestovatelských projektech závislá. Ale samozřejmě budu moc ráda, když to vyjde.

Když cestuji sama, je to taková „jogínská maturita“ – hodně hluboké sebepoznání a sebereflexe.

výpravy trvající většinou tři týdny – cestujeme především do Asie, a úplně nejčastěji do Indie. Jezdí se mnou podobně zaměření lidé. Skupina obvykle čítá nanejvýš deset spolucestovatelů. Tvořím tyto cesty sama i s pomocí přátel, vymýšlím trasy a itineráře tak, aby vše bylo na pohodu...

Hodně lidí se mnou jezdí na cesty opakovaně, což mě těší. Většině lidí vyhovuje přátelská a neformální atmosféra našich cest. Snažím se spíše o „batůžkářský styl“, například jezdíme vlakem či veřejnými autobusy, což nám umožňuje zažít zemi víc zblízka, být v užším kontaktu s lidmi, více je poznat... Indie je mi velmi blízká a vědská moudrost mi odpovídala na nejvíc otázek ohledně smyslu bytí, v podstatě na všechny (směje se). Cítím se tam velmi uvolněně a šťastně, a snad proto se tam tak často vracím a ráda sdílím své zážitky s dalšími přáteli a podobně smýšlejícími lidmi...



Otázka na závěr: O čem je tento rok a co nás čeká v tom příštím? Co nám předpovídají hvězdy?

Rok 2020 je rokem Luny a ta znamená jít do sebe, dovnitř do „lůna“, do spojení s duší. Jsme vedeni k tomu, abychom věnovali pozornost svému nitru, svým pocitům, ale také svému domovu a rodině. Je to hodně iracionální rok, a jak jsme si všimli, dějí se věci, které chvílemi nelze vůbec pochopit rozumem, spíše připomínají podivný sen či scény z nějakého filmu... Rok Luny nás v dobrém smyslu nutí použít třetí oko a nacíťovat vše svou intuici, nebrat tolik vážně jen to, co se říká kolem – v televizi, v rozhlasu, na sociálních sítích atd. Jarní karanténa vedla k nahlédnutí pod pokličku rodinných a partnerských vztahů, umožnila nám zastavit se a uklidnit, ovšem tento proces trval jen do 5. 5. 2020, kdy byla tzv. linie evoluce ve znamení Raka a Kozoroha. Nyní je tato linie ve znamení Střelce a Blíženců: nastal čas jít ven, spojovat se a jasně vyjádřit, co chceme dál!

Alita Zaurak

Narodila se v roce 1968 ve znamení Býka. Studovala v Rusku astrologii, které se aktivně věnuje od svých 24 let. Provádí výklady horoskopu, vede kurzy astrologie, věnuje se přednáškové činnosti a pořádá výpravy do Asie. Napsala tři knihy s astrologickou tematikou, natáčí slovem vedené meditace. Ve volném čase se věnuje józe, kreslení mandal, cestování a podobným radostem. Má dospělého syna. Více se o Alitě dozvíte na jejím webu www.alitazaurak.cz.

Následující rok 2021 bude po sedmi letech opět pod vlivem přísného a neoblomného, ovšem navýsost spravedlivého Saturna. Tentokrát bude tento vliv zesílen, vždyť číslo 21 je trojnásobek saturnského čísla sedm, takže trojitý Saturn. Je již známo, že právě 21 dní potřebujeme k tomu, abychom si hluboce osvojili něco nového, abychom se řádně „restartovali“. Bude to rok ukončování a sklizení plodů dlouhodobé práce na sobě, ale zároveň i rok přísných zkoušek. Mnozí budou zřejmě dost radikálně zastaveni a přesměrováni, nuceni alespoň na poslední chvíli přeskládat své priority a převzít zodpovědnost za svůj život a zdraví. Budeme se muset soustředit, snažit se přijít na to, co je opravdu zásadně důležité a podstatné pro každého z nás i pro celek, a pokud možno se v tom jako národ – a v podstatě celé lidstvo – sjednotit!

Co bude konkrétně naším „úkolem“ v roce 2021?

Saturn se bude v roce 2021 po celou dobu nalézat ve Vodnáři, a budeme se tedy muset opravdu intenzivně soustředit na zásadní společenské, a ovšem i vnitřní změny a posuny, podobně jako tomu bylo před třiceti lety, kdy byl Saturn naposledy v tomto znamení. Tentokrát však budou změny mnohem významnější! Naše chápání svobody, společenského uspořádání a celkově způsobu života bude nezbytně dostat do souladu s vesmírnými zákonitostmi, a to znamená též vystoupit z jakési „kosmické karantény“, otevřít se novému a jinému, připravit svou mysl na obrovské, zásadní změny a posuny na všech úrovních.

Již v době zimního Slunovratu 2020, přesně 21. 12., nastane spojení neboli konjunkce Saturna s Jupiterem na prvním stupni Vodnáře. Nazývám tuto konstelaci „Požehnání svobodou“ nebo „Úsvit nového věku“... Již v tuto chvíli si budeme moci uvědomit a předem zažít – představit si –, o jaké budoucí změny půjde. Dům horoskopu, kde se v naší „mapě zrození“ nalézá začátek znamení Vodnáře, nám také sděluje, jaké konkrétní životní oblasti se tyto změny budou týkat u nás jako jednotlivců, zda půjde o oblast vztahů, práce, zdraví atd.

Vládce Vodnáře – Uran je však již několik let ve znamení Býka. Řekla bych, že tím opravdu zásadním naším úkolem je zdravá sebeláska a uvědomění si své hodnoty, a tudíž i vyjasnění si, co opravdu potřebujeme ke šťastnému životu. Dělejme to pokud možno dobrovolně již teď a přejdeme do nové fáze Božské hry bez zbytečného „postrkování“...

Linda Maletínská



Foto: archiv Ality Zaurak



Co nás čeká na sklonku roku?

Nahlédneme do pomyslné křišťálové koule a podívejme se, co nám hvězdy připravily na poslední dva měsíce letošního roku.

XI LISTOPAD

Období Štíra a Střelce, vody a ohně, smrti a nového zrození dává listopadu každým rokem výjimečnou sílu! Dějí se věci, které nelze příliš pochopit rozumem a my máme možnost naučit se více prožívat a vnímat, co je pod běžným děním skryto. „Zavrtat se“ svou pozorností hluboko pod povrch běžného dění můžeme nejintenzivněji ve dnech kolem Novu ve Štíru, který nastává přesně 15. listopadu v 6.08. Jeho vliv však započne již 13. listopadu v 17.20 a skončí 15. listopadu v 17.40, kdy bude kromě Slunce také Luna ve znamení Štíra.

V těchto dnech (přesně 12. listopadu ve 22.38) zažijeme též jednu z nejvýznamnějších astrologických konstelací roku: již třetí a poslední spojení Pluta s Jupiterem ve znamení Kozoroha. Svazek těchto dvou planet propojený volně se Saturnem nás již od dubna 2020 nabádá k převzetí zodpovědnosti za své životy, zdraví, práci, vztahy, atd. a ukončení všeho již přežitého a omezujícího, ať už se to týká konkrétních situací a záležitostí jednotlivců či lidstva jako celku. Díky harmonickému propojení „sextil“ (pomoc na poslední chvíli) Slunce a Luny s Jupiterem a Plutem v Kozorohu můžeme předvídat, že v polovině listopadu dojde k jakési mocné očištné explozi všeho dlouhodobě nashromážděného napětí, nastartování procesu transformace lidské společnosti, a zřejmě i dalšímu a ještě radikálnějšímu

„obnažení“ doposud skrytých a utajených skutečností, vedoucích k hlubokým a osvobozujícím změnám a posunům!

Tyto „saturnské tlaky“ trvají již od ledna 2020 a rostou téměř do slova s každým dnem! U jednotlivců opět můžeme nahlédnout do individuálního horoskopu a podle domu, kde se druhá polovina znamení Kozoroha nalézá, můžeme zjistit, v jaké životní oblasti bychom měli či přímo musíme udělat radikální řez, zásadní rozhodnutí...

Vstup Slunce do Střelce 21. listopadu je každoročně velkým pozhledáním a nasměrováním hlubokého procesu transformace vzhůru k nebi. Naše vědomí se začíná rozšiřovat, dostáváme se do nadhledu a můžeme jasně zřít a chápat, kudy dál, porozumět lépe tomu, co se nám děje. Až do úplňku 30. listopadu se tedy během těchto přibližně deseti dní zaměříme na vzestup, kvalitativní změny a posuny a přejme vše dobré sobě i ostatním. A ještě lépe bude, když si též dokážeme představit a bytostně již tady a teď prožít, co to je opravdu dobrý, šťastný život. Když si to tedy dovolíme...

V tomto období nastává též moment hlubokého prozření, obnažující vzhled k podstatě toho, co se nám děje: ve dnech kolem 23. listopadu se Merkur ve Štíru spojí s Prozerpinou a bude podpořen trigonem s Neptunem v Rybách, s nímž se v tento den později odpoledne spojí i Luna. Pokud jsme doposud něčemu nerozuměli, můžeme si o tom „popovídat s Bohem.“ Důležité je chtít pochopit, chtít vidět, jak se věci mají ve skutečnosti...

XII PROSINEC

Prosinec přináší grandiózní završení podivuhodného roku 2020. Všechny „akční“ planety kromě Uranu (přidá se až od 14. ledna), tj. Mars, Jupiter, Saturn, Pluto a stejně tak i mystický, duchovně nás podporující Neptun, se rovnají do přímého chodu a my tedy směřujeme „plnou parou vpřed“ vstříc zásadním změnám a posunům, které se ovšem konkrétněji projeví až v následujícím roce 2021.

Z drobnějších astro-událostí si budeme moci hned z počátku měsíce, ve dnech kolem 6. prosince, užít vodní trigon Venuše ve Štíru s Neptunem v Rybách. Tato krásná a hluboká harmonická konstelace umožňuje rozpouštět staré emocionální bolesti, křivdy z minulosti, nashromážděné jedy, otravující vodu v našem těle! Venuše ve Štíru se navíc rovněž 6. prosince spojí s Prozerpinou, což nám umožní si své nit-

ro, svůj emocionální stav rádně a strážlivě prohlédnout v zájmu opravdu hlubokého čištění a uzdravení, například gynekologických potíží u žen či jiných problémů v tolik citlivé oblasti sexuality.

V sobotu 12. prosince vstupuje do znamení Střelce Bílá Luna, která nám po několika následujících měsících bude pomáhat očistit se od různých nezdravých přesvědčení či názorů a spojit se opravdu správným způsobem s duchovním světem, což je každoročně v době adventu obzvláště důležité. Bílou Lunu ve Střelci můžeme též poprosit o podporu v procesu vzestupu lidstva na vyšší úroveň. Ve dnech kolem 16. prosince nastane spojení Bílé Luny s Venuší ve Střelci – v tyto dny se můžeme opravdu správným a zdravým způsobem otevřít hojnosti, lásce, zlepšení kvality života tam, kde to nejvíce potřebujeme. Pro lepší budoucnost si s vděčností užívejme dary, které máme už teď, v přítomnosti!



Významné budou rovněž dny kolem Novu 14. prosince, kdy se v ohnivém znamení Střelce se skupí Slunce, Luna, Merkur, sestupný lunární uzel, to vše v pozitivním propojení s Marsem rovněž v ohnivém Beranu! Celosvětově bude tedy důležité „opřít se o nebe,“ opřít se o opravdu zdravé duchovní tradice a ideály, které nás skutečně sjednotí! Akční Mars podpoří naše odhodlání k pozitivním změnám, které bude třeba též jednoznačně a srozumitelně vyjádřit slovy, skrze vzestupný uzel v Blížencích...

V době po novoluní 14. prosince do úplňku v období Kozoroha 30. prosince bude tendence směřování k lepším zítřkům nabírat na síle a vyvrcholí v době zimního Slunovratu hned několika silnými astrologickými konstelacemi. Nejvýznamnější a nejočekávanější z nich je jednoznačně konjunkce neboli spojení Jupitera a Saturna v prvním stupni Vodnáře (přesně 21. prosince v 19.20). Požehnání svobodou, úsvit nového věku; tuto konstelaci můžeme nazývat různě, nicméně v každém případě je to předznamenání obrovských změn a posunů, jakési „zarovnání“ do souladu s kosmickými zákonitostmi. Podíváme-li se do svého individuálního horoskopu a zjistíme, v jakém domě se nalézá první stupeň znamení Vodnáře, pak snadno zjistíme, v jaké konkrétní životní oblasti se tyto změny projeví u nás jako jednotlivců...

Konjunkce Černé luny s Uranem v Byku nastane přesně 22. prosince a napomůže nám rovněž k větší svobodě a změnám, ovšem v tak citlivé a zátuhlé oblasti jako jsou finance, obživa, materiální jistoty to obvykle není nic jednoduchého. Buďme v tyto dny opravdu dobře uzemnění a sebe-milující, propojení jak se Zemí, tak i s duchovním světem, pozorujme a hned si zpracujeme své strachy a pokud možno si dopředu vyjasněme, co opravdu potřebujeme. Tato konstelace je rovněž spíše „ochutnávkou“ reálnějších změn a turbulencí, které se projeví již začátkem roku 2021.

Sám moment zimního Slunovratu nastane v tomto roce přesně 21. prosince v 11.02 a je vhodné jej strávit v co nejhlubším a meditativním klidu, modlitbách a meditacích a podobných duchovních aktivitách, blahodárných jak pro nás jedince, tak i pro celé lidstvo!

Vaše Alita Zaurak



www.alitazaurak.cz

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



Do Znojma dnes jezdíme hlavně za skvělým vínem a naším nejmladším národním parkem Podyjí. Občas tudy spěcháme směrem na Vídeň a dále do Chorvatska. Kdo má více času, zastaví se ve slavném znojemském podzemí nebo u rotundy sv. Kateřiny se vzácnými freskami prvních Přemyslovců.

Jen málokdo ale tuší, že vyprahlá vinařská oblast Znojemska skrývá i čtveřici pramenů, které byly odpradáva považovány za léčivé. Dva z nich jsou nám volně k dispozici dodnes.

Hluboké Mašůvky

Sedm kilometrů severně nad Znojmem se rozkládá obec Hluboké Mašůvky s nenápadným poutním areálem. Jedná se možná o nejstarší nepřetržitě uctívanou lokalitu u nás, posvátná kombinace skal a pramenů lákala lidi již před pěti tisíci lety. Dokladem dávného kultu Velké Matky je dutá socha „Mašůvecké Venuše“, stará přibližně pět tisíc let a nalezená kousek od dnešního pramene. Najdeme ji ve znojemském muzeu spolu s dalšími podobnými sochami z doby kamenné, kterých se na Znojemsku našlo více, a jsou si vzájemně velmi podobné. Dutiny uvnitř těchto krásných hliněných soch zřejmě sloužily k ukládání posvátných tekutin, dost možná právě vody z pramenů.

Dnes najdeme v Hlubokých Mašůvkách kostel z 30. let 20. století, pod kterým sestoupíme do malého údolí, kde najdeme pramen zvaný Svatá studna. Dříve si ze studny nabírali poutníci vodu sami, občas tam ale házeli i mince a další drobné obětiny. Dnes je proto studna zakrytá a vodu si musíme ručně vypumpovat, na její kvalitě a skvělé chuti se to ale nijak neodrazilo.

Děkonné tabulky v okolí pramene potvrzují, že zdejší místo pomohlo s vyléčením řady pacientů. Příznivé působení na lidský organizmus má i sousední lurská jeskyně, která byla zřejmě záměrně umístěna do skalní stěny se silným energetickým vyzářováním. Naopak vedlejší křížová cesta už vyvolává v poutnících rozporuplné pocity, tady si může každý nacítit sám, zda ho to sem volá, nebo naopak odpuzuje. Raritou je ale zdejší velké množ-

ství obrázků mariánských míst z celé Moravy i dalších míst bývalé rakouské monarchie, které tu na desítkách plechových tabulek visí na stromech.

Hradiště – Samaritánka

Vesnice Hradiště s několika kostely a kaplemi se vypíná na skalním ostrohu nad historickým centrem Znojma. Už tato kombinace dává tušit, že se také jedná o dávné kultovní

dy v čele s vinařem Bronislavem Mikuláškem pramen v poslední době krásně obnovila a pro energetické i vodní osvěžení se sem můžete vypravit i vy. Jde to jen pěšky. Nejlepší cesta vede alej od kaple lidově zvané „Stádo oveček“ podle bílých vápencových balvanů v jejím okolí. Najdete ji za místním hřbitovem, kde také můžete pohodlně zaparkovat a pak se vydat krásnou přírodou 800 metrů ke studánce, povede vás turistické značení. Další prameny pak objevíte i dole pod Hradištěm v hlubokém údolí potoka Gránice. Tady už ale nemůžeme počítat s tak silným harmonizačním účinkem na náš organizmus.

Hnanice

V místech dnešního gotického kostela sv. Wolfganga v Hnanicích u Znojma kdysi z nitra země vytékalo hned sedm zázračných pramenů. Scházeli se tady už Keltové, ve středověku tu mívali sraz rytíři jedoucí na křížové výpravy. I zde se církev rozhodla získat



Studánka Samaritánka má dost vody i v létě



Zlatá studna v Hlubokých Mašůvkách

Nejčastějším problémem mnoha pramenů u nás je dnes obsah koliformních bakterií. Děti a oslabení jedinci by tak měli pít jejich vodu až po převaření.

místo. A opravdu, archeologické kultury se tady střídaly jedna za druhou, rozkládalo se tady i významné slovanské hradiště. Už jeho dávní obyvatelé si chodili pro pitnou vodu do studánky, která je nám dnes k dispozici pod názvem Samaritánka. Silný pramen vedle kaple a krásných starých stromů nikdy nevysychá. Skupina místních milovníků příro-

nad posvátným místem plnou kontrolu, pramen uzavřela do studny a začlenila ho do gotického přístavku ke kostelní lodi. Dnes můžete pramen navštívit v kapli za oltářem před začátkem bohoslužeb, které se v kostele konají skoro každý den od 18.00. A pak si můžete vyjít na kopec nad Hnanicemi, kde hned za moravsko-rakouskou hranicí najdete se-

stavu dávných obětních kamenů, dnes známou jako poutní místo Heiligstein – Svatý kámen. Toto energetické místo zřejmě kdysi spolu s pramenem dole ve vsi tvořilo jeden posvátný areál.

Popice

Na vzácném vřesovišti nad vsí Popice u Znojma najdeme malou kapli Panny Marie Sedmibolestné, postavenou až v 19. století, opět na dávném kultovním místě. Za kaplí nalezneme pumpu, která čerpá vodu ze zdejšího pramene, jenž prý působí na zlepšení zraku a proti nakažlivým chorobám. Při našich návštěvách ale byla studna vyschlá a je otázkou, zda se sem voda ještě někdy vrátí. Častým nedostatkem vody trpí také nedaleká studánka „U tří lip“ při cestě z Havraníků na Šobes. I tady ale dnes místo zázračné vody můžeme využít silnou harmonizační energii celého místa a okolních stromů.

Mgr. Jan Kroča,
průvodce po léčivých
místech krajiny
www.jankroca.cz



Relaxační kolonáda vedle pramene Zlatá studna

Je hluboká noc
a najednou se
z pokojíčku ozve pláč.
Vyrážíte prozkoumat, co
se děje. „Maminko, já
jsem se počůral,“ hlásí
ospalé dítě. Když se to
stane poprvé, zpravidla
si s tím hlavu příliš
nelámete. Strhnete
povlečení, převléknete
dítě a pokračuje se ve
spánku. Co když se však
tato situace začne
pravidelně opakovat?



Co nám říká noční pomočování u dětí

Noční pomočování není naschvál

Noční pomočování neboli enuréza je nedobrovolný únik moči během spánku, za kterým nestojí jiný zdravotní problém. Obvykle se objevuje u dětí, ale v řadě případů může přetrvávat až do dospělosti. Statistiky uvádí, že noční pomočování se objevuje až u jedné třetiny dětí ve věkovém rozpětí 4–6 let, přičemž v sedmi letech se tento problém týká až 10 % dětí (pro úplnost – ve 12 letech trápí pomočování až 3 % dětí). Zatímco u dětí přibližně do tří let považujeme noční pomočování za běžné, u těch předškolních toto téma vyvolává napětí. Dříve než přistoupíte k jakýmkoli opatřením, je třeba si uvědomit, že dítě se v noci zpravidla nepočurá schválně. Situaci lze chápat jako signál, že něco není v rovnováze. Na nás je, abychom se pokusili najít příčinu, a tu šetrným způsobem odstranili.

Proč se dítě počurává?

Důvodů, proč se dítě pomočuje, může být skutečně mnoho. Pokud vynecháme vrozené vady a anomálie, patří mezi nejčastější příčiny:

- infekce v močových cestách či ledvinách,
- zažívací obtíže, zejména zácpa (nevykloučená stolice může skrze konečník dráždit močové cesty),

- nevhodné stravovací návyky (například potraviny zvyšující množství moči – čaj, kofoláda nebo potraviny a byliny „odvodňující“ – sůl, kopřiva, brýza...),
- zvýšený příjem tekutin před spaním,
- nedostatečné vyprázdnění močového měchýře (dítě čurá ve spěchu).

Pokud se dítě začne pomočovat i během dne a přidají se další obtíže (bolest břicha, bolest při močení, časté močení malého množství tekutiny, pocit žízně a nadměrné močení, případně krev v moči), je třeba vyhledat lékaře. Pakliže všechny objektivní příčiny vyloučíte, je třeba začít hledat v psychické rovině.

Stres nepůsobí jen na dospělé

Stres do lidského života patří a je víceméně jedno, zda je vám šest, šestnáct nebo šedesát. Jedná se o fyziologickou reakci organismu na nějaký vnější podnět, který vyvolá pocit ohrožení. Podle konkrétního nastavení jedince pak reaguje i tělo. Není to reakce, kterou lze vůlí ovlivnit! Stresovou situací pro dítě může být nástup do školního zařízení, váš návrat do práce, změna režimu (prázdniny vs. školka), nový kolektiv/kroužek, stěhování, nová vychovatelka či úmrtí v rodině (včetně domácích mazlíčků). Stres u dítěte může vyvolat také příchod sourozence.

Noční pomočování jako volání po bezpečí

Právě příchod sourozence je považován za jeden z největších stresorů. Miminko v rodině může být pro vaše starší dítě ohrožením. Vidí, jak se o miminko staráte, věnujete mu pozornost a může dojít k přesvědčení, že jeho už nemáte rádi. Aby na sebe starší sourozenec upozornil, může se svým vývojem snažit vrátit do dětství. Jeho logika je, že pokud se stane „miminkem“, i on dostane stejnou péči. Vedle nočního počurávání se může jednat i o nadměrné vyžadování pozornosti – neumí se najednou samo obléct, najíst, svléknout, bojí se ve tmě, nechce spát samo v pokojíčku... Podobné tendence, včetně nočního pomočování, se mohou objevit i v případě, že na dítě kladete nároky, které neodpovídají jeho věku. Ono pak může mít tendenci „utéct“ zpátky do miminkovského věku, kde se cítilo bezpečněji.

Příčina nemusí být v rodině

Dětská psychika je v mnoha ohledech velmi křehká. Jedním z důvodů je, že dítě ještě nemá dostatečnou životní zkušenost, aby závažnost situace vyhodnotilo nejen emočně, ale zapojilo i myšlenkově-analytické procesy. Jedna nevinná věta, kterou dítě zaslechne

(nemusí být ani vyslovena směrem k němu) může spustit celou řadu obtíží. Další z častých příčin psychického rázu je problém, který dítě neumí řešit, případně mu nerozumí. Například rodiče jeho spolužáka se rozvádějí a ono dostane strach, že se to stane i vám. Ještě intenzivnější je téma smrti. Mezi další příčiny nočního pomočování patří také šikana ze strany spolužáků nebo dokonce učitelů, strach ze selhání, případně stydlivost, napětí a nervozita.

Noční pláč duše

Z hlediska psychosomatiky lze problém nočního pomočování označit také za vnitřní pláč duše. Zatímco za bdělého stavu dítě své emoce a pocity drží jakž takž pod kontrolou, v noci převezme vládu nevědomí s vlastními pravidly. Spolu s uvolněním psychiky dochází i k povolení svěračů. Problémy v oblasti močového měchýře by měly naši pozornost směřovat právě do oblasti emocí, které jsou proměnlivé právě jako močový měchýř. Pokud si dítě s emocemi neví rady (nejčastěji se jedná

o strach, případně nevyjádřený vztek či smutek), vzniká napětí, které ovlivňuje celý organismus. Překvapením může být, že problémy s močovým měchýřem nezřídka doprovázejí též obtíže s ušima (záněty uší), kdy přeneseně můžeme spekulovat, že „něco nechceme slyšet“ a tedy ani prožívat. Při opakovaných zánětech středního ucha je vhod-

Mezi signály, že s ledvinami není „něco v pořádku“ patří přetrvávající „negativistický“ náhled na svět a snížené sebevědomí. Ledviny jsou též symbolem pro vztahovou rovinu. Pokud dítě na noční pomočování trpí, je vhodné se zamyslet, jakou atmosféru máme v rodině (a to i v té širší, do které zahrnete prarodiče a své sourozence), případně jaké

Pokud se dítě bojí vyjádřit některé své emoce, nejčastěji strach či vztek, vzniká napětí, které ovlivňuje celý organismus.

ný přípravek **Bambi Auricul**, ideálně v kombinaci s **Bambi Nasal**.

Černé myšlenky jako signál potíží s ledvinami

V případě nočního pomočování je třeba zkontrolovat i stav ledvin, které lze z hlediska psychosomatiky též spojit s emočním světem.

vztahy dítě buduje ve škole/školce. Pro harmonizaci psychické rovnováhy může být nápomocná i sada čtyř sirupů **Psychoharmonii**.

Na tresty zapomeňte

„Ty už ses zase počůural?“ Věta, která nám síce může proběhnout hlavou, ale rozhodně

Jaké jsou možnosti prevence nočního pomočování

1 Naslouchejte svému dítěti. Povídejte si s ním, malujte, tvořte. Často, když se uvolní, začne samo vyprávět. Do komunikace ho nenuťte, někdy stačí jen vaše blízkost nebo pár slov.

2 Masáže – některé problémy mohou být způsobeny i napětím, které se odráží ve fyzické rovině. K uvolnění může dojít i prostřednictvím specializované masáže.

3 Pro děti s problémy močového systému a ledvin (noční pomočování, bolesti při močení či časté močení) je vhodný přípravek **Bambi Enurex**, jež detoxikuje i nervové struktury, které močový systém řídí.

4 Pravidelný pitný režim. Snažte se vyhnout jednorázovým dávkám tekutiny, naučte dítě pít průběžně, po celý den. Zkuste se vyhnout mohutnému pití před spaním.

5 Omezte příjem sladkých a jinak chuťově dráždivých jídel a limonád, které obtíže v urogenitálním traktu mohou zhoršovat.

6 Naučte dítě následovat své potřeby – např. nezadržovat moč příliš dlouho ani v průběhu dne (často během hry až do bolesti, kdy doslova nedoběhne), naopak se snažit vyprázdnit močový měchýř včas. Pokud dítě dlouhodobě zprávy těla ignoruje, v noci pak nebude schopno rozeznat jemné signály, jednoduše se neprobudí. Pozor také na preventivní močení a diskuze typu: „Běž se vyčurat.“ „Mně se nechce.“ „To je mi jedno, běž.“ Pokud vás nečeká několikahodinová cesta dopravním prostředkem, obvykle lze řešit tuto věc akutně.

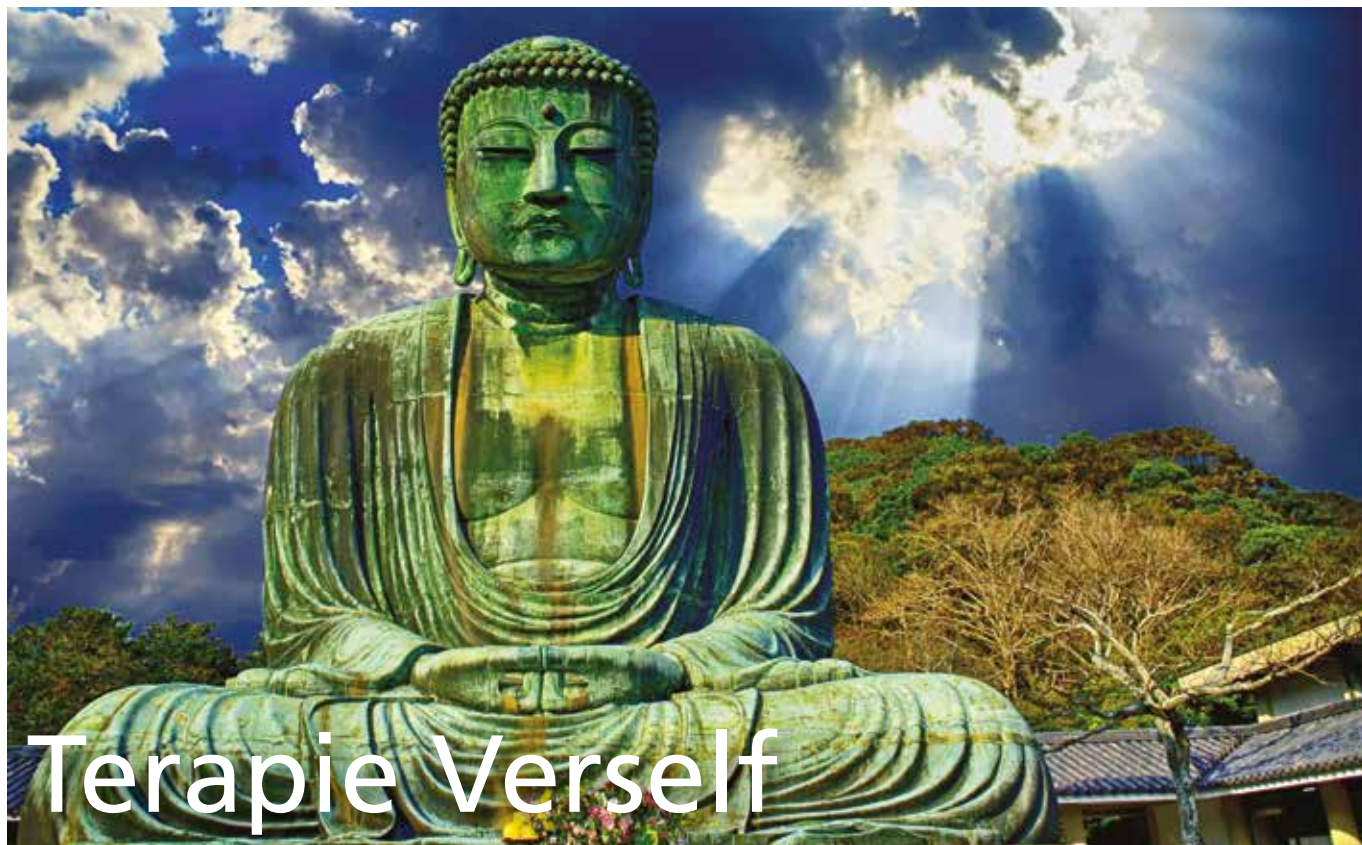
7 Zařaďte čurání před ulehnutím do večerního rituálu. Naučte tělo vyprázdnit se.



bychom měli zařadit filtr na její vyslovení. Jak jsme naznačili, tato situace je nepříjemná i pro dítě a často značí hlubší problém než jen mokrou postel. Zapomenout bychom měli i na jakékoli jiné připomínky během dne nebo vyprávění této příhody mezi přáteli. Označování dítěte jako „počůránka“ v něm též může zanechat bolestivá zranění. Fyzické trestání je naprostým tabu. Pakliže se dítě začne bát, problém se obvykle ještě zhorší a vy se dostáváte do nebezpečné smyčky, která může skončit chronickou obtíží a dalšími komplikacemi psychického a fyzického rázu. Pokud problém trvá déle než šest měsíců, vyhledejte odborníka.

Markéta Palatín





rovná postavení páteře – dantiény – tři pevné body páteře

Jednotlivé kapitoly zamýšlené knihy **Královská cesta ke štěstí** vznikaly pozvolna po dobu několika měsíců zhruba do dubna roku 2018. Jelikož byly postupně otištěny v Bulletinu informační medicíny, odevzdával jsem je redakci jeden po druhém a s velkým předstihem. Celý seriál **Královská cesta ke štěstí** však stále nebyl dokončen a více než dvouletá pauza před dopsáním posledních kapitol knihy se ukázala jako velmi smysluplná. Jako kdyby mě nějaká síla nepouštěla do popsání tohoto hlubokého tématu a naznačovala: *„Ještě nedozrál čas, ještě se musíš něco naučit.“*

Další překážkou v dopsání této knihy byla skutečnost, že jsem před dvěma lety s jistotou nevěděl, kam Královská cesta vede, čím pokračuje dál. Dnes, po dvouletém studiu a poznání a hlavně osobní zkušenosti s Verself symboly a zvuky, mám náměty na několik dalších hodnotných publikací, které budou pokračováním této knihy.

Vnitřní síla páteře

První „proražení“ – prokopání průchodnosti páteřního kanálu a pootevření koruny – bývá většinou spojeno s velkým prožitkem. Tato chvíle je bezesporu velmi významným okamžikem v životě člověka a je prvním napojením na božskou dimenzi spojenou se vzpřímenou postavou člověka postaveného mezi Zemí a Nebe. Za mnoho let praxe s Verself obrazy se však ukázalo, že téměř nikdo z mých klientů včetně mě nemá optimální postavení páteře a potažmo těla pro vstřebávání těchto zesilujících energií.

Okolo páteře existují tři vrstvy – skupiny svalů. Ty nejvíc vzdálené od páteře jsou nejdelší a přemostují mnoho obratlů najednou. Svaly umístěné ve vnitřní vrstvě hned u obratlů jsou velmi krátké, přemostují jen malé úseky mezi obratli. Střední vrstva svalů je něco mezi tím. Vnitřní svaly okolo páteře umožňují přirozený a vzpřímený postoj a zajišťují postavení páteře proti gravitační síle. Jsou nezávislé na vůli a u člověka bez psychosomatických bloků by v ideálním případě měly být plně aktivované. To je však pouhá teorie a praxe ukazuje, že to bývá spíše naopak.

Dnes se v moderním pojetí fyzioterapie a při posilování tělesných partií hovoří o *vnitřním stabilizačním systému těla*, do kterého tyto vnitřní svaly páteře patří. Spolu s páteří představují pomyslného (vztyčeného) hada v nás. Hada (kobra, užovka) má skutečně pouze páteř a krátké skupiny svalů okolo ní, a to mu umožňuje charakteristický pohyb, ať už se plazí po zemi nebo plave po vodě. Otevření síly Kundaliní v člověku vede k plné aktivaci této nejhlubší vrstvy svalů páteře. Používáním Kundaliní, která má svůj fyziologický základ vysvětlitelný vědeckými nástroji, dosáhneme posilování vnitřní části páteře. Tato oživující, omlazující síla člověka dokáže při správném využití a vedení zajistit dokonalý restart celého těla.

Situace bývá ovšem zcela jiná – většina lidí má vnitřní stabilizační systém oslabený a postavení páteře a těla jako celku kompenzuje zapojením svalových skupin spíše na povrchu těla. Důsledkem jsou charakteristická stažení a ztuhlosti v oblasti beder, hrudi a krku.

Pokud se síla Kundaliní otevře u jedince s nepřipraveným tělem (a tento jev pozorují ve většině případů), může významně přispět

a nasměrovat člověka na cestu postupného srovnávání páteře a dokonce zajistit nápravu jejich vývojových vad (různé skoliózy, lordózy, atd.). Kundaliní má tedy charakter vnitřního hada, který se snaží více či méně ztuhlým tělem za pomoci svalů páteře prolézt, vytlačit výše a napravit se proti gravitační síle. Již při samotných Verself rezonancích – diagnostice zažívají klienti s již probuzenou Kundaliní energií a otevřenou korunou, že je samotné terapie ve stavu uvolnění srovnávají a jejich vnitřní páteř má zřetelnou tendenci se sama narovnávat a protlačovat se tělem směrem nahoru. U některých lidí je energie Kundaliní tak silná, že s nimi dokonce doslova fyzicky lom-



Posílené svaly okolo páteře jsou velmi důležité. Pokud jsou oslabené, dochází k charakteristickým stažením a ztuhlostem v bedrech, hrudi a krku.

kuje, klient se zadýchává a začne mu být horko. Pokud však tělo a ústřední páteřní kanál nejsou dostatečně připravené, pak lze energetický stav těla přirovnat k natlakované zahradní hadici, která je zakroucená či dokonce zauzlovaná.

Pěstování vzpřímeného postoje těla je úkolem pro každého člověka

Na počátku, ještě dávno před vznikem konceptu *Královské cesty ke štěstí*, byla zvědavost. Tedy moje zvědavost na to, o čem jsou

všechny ty pradávno zmiňované energie a energetické síly, jako třeba Kundaliní. Ostatně, zajímalo mě to i kvůli sobě, potřeboval jsem najít pomoc pro moje vlastní problémy s krční páteří. Proto jsem se na tuto cestu vydal, i když jsem vůbec nevěděl, kam vede. Překročení každého dalšího *energetického horizontu* bylo doprovázeno jistou obavou, co je vlastně za tím dál, kam to pokračuje. A za každým dalším dosaženým *energetickým horizontem* vnitřního těla bylo něco nového, vzrušujícího, ale přesto nikoli rušivého od běžných životních radostí i starostí.

Pak se přede mnou jednoho dne na podzim roku 2018 otevřel fyzioterapeutický koncept starého Egypta, který je písemně/obrazně zapsaný na mnoha deskách a malbách, ale dosud zůstává egyptologickou veřejností nepochopený. Takže jsem tyto cviky a protahovací techniky začal pravidelně sám cvičit a dodnes je cvičím alespoň 2–3× týdně. Častěji se podle mého názoru cvičit nedají, protože jsou tak účinné (a zároveň tak neuvěřitelně jednoduché), že po každém mikrosrovnání a posunutí obratlů a hrudního pletence směrem k ideálnímu stavu pak zabere mnoho dní, než si tělo i duše na danou změnu přivyknou a postupně ji vstřebají a přijmou jako nový stav.

Téma fyzioterapie a cvičení starého Egypta je tak rozsáhlé, že si v budoucnu vyžádá samostatnou publikaci, a možná hned několik. Je to jedno z těch témat, o nichž jsem se zmínil, že jsou pokračováním *Královské cesty ke štěstí* a nastiňují cestu k přiblížení se energeticky dokonalému cíli. Tím je rovná, vnitřně



silná a zároveň uvolněná páteř, která je napřímená směrem k Nebi. Cílem je pevná páteř, která je pevně zakotvená ve třech stabilních bodech, třech dantienech podle taoistické terminologie. A egyptští fyzioterapeuti tuto přirozenou zákonitost a ideál každého člověka velmi dobře znali a usilovali o dosažení a setrvání v tomto ideálu alespoň u elitních vrstev tehdejší společnosti.

Vnitřní svalstvo = stabilní člověk

Takto jsme se dostali k tématu, které je přijatelné pro téměř celou lidskou společnost. Tedy, že zdravé postavení páteře a držení těla je optimální pro každého člověka až do velice pozdního věku. Paradoxně jsme se tedy ocitli v bodě, kdy jsme se schopni za předpokladu volby vhodných jazykových prostředků domluvit a shodnout téměř s každým člověkem, tedy i s tím, který o vnitřních energiích nic neví, nebo si je nepřipouští, nebo dokonce s konceptem nesouhlasí, odmítá ho a označuje za pavědecký.

Za dvacet let terapeutické praxe i cestování jsem viděl, zažil a navnímal mnohé, co s tímto tématem rovné páteře souvisí:

Zažil jsem muže chodící do posilovny s vý-

řes to všechno si svých předků vážím a jsem přesvědčený, že ve svých životních rozhodnutích jednali podle svého nejlepšího vědomí a svědomí.

Hledím na první prostorové sochy egyptských faraónů 1. dynastie. Faraóni sedí vzpřímeně na trůně s královskými atributy. Mají v sobě zabudované tři supersilné energetické body, o které se opírají jejich energetické proudy probíhající ústředním páteřním kanálem.

A pořád alespoň pro současnou dobu tvrdím, že cesta *lustění* vnitřních symbolů Verself a jejich pochopení je tou nehlubší metodou a tím nejlepším nástrojem, který se mi doposud podařilo pozvolna odkrýt. Vede člověka dovnitř, k podstatě sebe samého. V určitém okamžiku může Verself člověku ukázat pevné body páteře a podat prastaré pomůcky vyjadřující se moderními symboly pro jejich postupné vypěstování a zpevnění.

Tři super pevné body páteře – dantieny

Mou utopickou touhou a přáním zároveň je mít svého osobního fyzioterapeuta z Egypta z doby Staré Říše. Mé vlastní osobní pokroky na cestě srovnávání páteře směrem k ideálu by byly jistě o poznání výraznější a rychlejší.



ven. Většinou byl neprůchozí, takže tlak se nemohl protlačit směrem vzhůru až do koruny přes nejvyšší místo na hlavě. Důsledkem toho se v těle kumulovalo značné vnitřní napětí, často provázené kožními vyrážkami v oblasti třísel, nohou, spodní části zad apod. Pokud se jednou Kundalíní probudí a pomyslný kohoutek přívodu tlakové vody se otevře, není cesty zpátky. Jedinou možností je zprůchodnění páteřního kanálu směrem vzhůru, a to může nějakou dobu trvat. Pokud budou tito lidé s probuzenou Kundalíní a většinou neznali toho, co se vlastně v člověku děje, hledat nějakou úlevu u klasické medicíny, budou jim zpravidla naordinovány kortikoidní a protizánětlivé léky. Smysluplnější práci by odvedl psycholog nebo psychoterapeut, který se již s fenoménem syndromu Kundalíní setkal a umí s ním pracovat. Sám žádného takového v České republice neznám, ale možná existuje.

Ani v okamžiku, kdy se Kundalíní poprvé doslova prodere nejprve slabým proudem až do koruny, tedy přes nejvyšší bod hlavy, není člověk u cíle. Vzniklý proud v páteřním kanálu má tendenci se vlnit a doslova se opírat do pevných bodů na páteři, které nemusejí být připraveny. Tyto tři superpevné a superenergetické body jsou v taoistické tradici popisovány jako tři dantieny a egyptští doktoři přírodních věd (kněží) je také velice dobře znali a vytvořili cvičení a techniky pro jejich vypěstování, zpevňování a udržování.

Na obrázku vidíme tři barevně označené body, o které by se měla energie procházející

Tři dantieny v páteři symbolizují pohybovou jistotu, psychickou, emocionální a názorovou stabilitu.

razně vypracovanou vnější muskulaturou, ale se zjevně velmi ochablou vnitřní silou okolo páteře a chybami v držení těla.

Zažil jsem ženy s vypracovaným tělem bez přebytku podkožního tuku, avšak uvnitř psychicky nestabilní, což má velkou souvislost s psychosomatickými bloky a uzly vyprojektovanými do nehlubších vrstev v jednotlivých patrech páteře.

Viděl jsem na Srí Lance na představení místního souboru neuvěřitelně mrštné muže, kteří dělali přemety. Přitom neměli vypracované vnější svaly, byli trochu při těle a měli bříška. Ženy tanečnice s krásnými ženskými křivkami a také mírně při těle tančily uvolněně velice ladné tance prosycené silnou ženskou energií.

Znám některé horolezce, kteří mají krásnou přirozeně vypracovanou muskulaturu a zároveň neskutečnou vnitřní sílu těla a duše. Pozoruji sám sebe a během dvou let srovnávání páteře (ještě zdaleka nejsem u cíle) si po kouscích uvědomuji, co nebylo v celé mé rodové linii pro pěstování rovné páteře vůbec ideální.

Daří se mi sice postupně otevírat poznání dávno zapomenutá, ale s pokorou přiznávám, že toho ještě více nevím, než vím. Nevím vlastně jednu základní věc. Zůstává nezodpovězená otázka, do jaké míry je účinné snažení se o srovnávání páteře bez probuzené energie Kundalíní ve srovnání s touto probuzenou silou. Tlak síly Kundalíní vyvěrající ze spodní páteře totiž velice znatelně pomáhá v procesu srovnávání se.

Páteřní energetický kanál si můžeme představit jako zahradní hadici připojenou ke kohoutku s tlakovou vodou. Probuzení Kundalíní je okamžik v životě člověka, který se dá přirovnat k puštění kohoutku a tlaku vody do hadice. Ideální je postup, kdy se sice voda do hadice vpustí, ale tlak se přidává postupně. K tomuto ideálu přispívá cesta Verself a vstřebávání jejích symbolických obrazů.

Zažil jsem ve své praxi mnoho lidí, u nichž se Kundalíní probudila velmi silně (kohoutek se otevřel naplno) a jejich páteřní kanál (zahradní hadice) na to ještě nebyl vůbec připra-

páteří kumulovat nebo v případě průchodu směrem nahoru i dolů opírat. Pro adepta, který chce pracovat na svém vnitřním těle, je na nejvyšší žádoucí tato tři místa v sobě objevit nebo je postupně vypěstovat a zpevňovat.

Spodní superpevný bod je těžištěm těla, okolo kterého by se ideálně měly otáčet všechny pohyby. Jeho kultivace vytváří tělesnou a **pohybovou stabilitu a pohybovou jistotu** člověka. Kvůli tělesným proporcím spodních partií těla u muže a ženy existují rozdíly v umístění spodního dantienu. Žena má tento bod obvykle posunutý níže směrem ke druhé čakře – bod 2, muž ho bude mít pravděpodobně výše směrem k pupku – třetí čakře 3A.

Střední superpevný bod je o trochu níže pod čakrou 4A. Je v úrovni hrudního obratle Th8. V ideálním případě by měl nést tíhu hrudního koše a pletence horních končetin. Měl by z něj vycházet každý pohyb rukou. U všech lidí ten-

to bod existuje, ale je posunutý výš, u někoho je tento bod v prostoru hrudní páteře, ale značné procento lidí ho má posazený dokonce až na krční páteři. To samozřejmě vytváří cha-

vrchní dantien není stabilní, jsou často roztěkaní, lehce podléhají módním trendům a názorům okolí. Poletují bez dosažení cíle od jednoho k druhému.

Zpevněné vnitřní svalstvo je charakteristické pro stabilního člověka.

rakteristické stažení v oblasti krku a trapézů a postupně může dojít k utlačování a deformaci meziobratlových plotének hrudní a krční páteře. Tento bod představuje **psychickou a emocionální stabilitu** člověka. Lidé, jejichž páteř se blíží k tomuto ideálu, jsou psychicky velmi odolní a citově stabilní.

Vrchní dantien se nachází mezi očima a odpovídá umístění čakry 6A. Vytváří **názorovou a postojoyou stabilitu** člověka. Lidé, jejichž

Lidé s tímto bodem pevným dokáží naopak využívat přirozené intuice a vytvářet smysluplné projekty a realizovat je do zdárného konce.

Tyto superpevné body budou pro svou důležitost samostatně popsány v dalších kapitolách *Královské cesty ke štěstí*.

Ing. Vladimír Jelínek



KALENDARIUM

Kde hledat informace o vzdělávání Joalis...

Sledujte aktuality na našem webe www.joalis.sk. Kurzy V1 pre pokročilých terapeutov bude možné teraz uskutočniť individuálne za sprísnených bezpečnostných opatrení. Viď. dole harmonogram, ktorý predkladáme a môžete získať na miesto 5 kreditov, teraz 10 kreditov a splníte si podmienku na predĺženie certifikátu. Táto akcia na kurzy V1 platí do konca roka 2020.

KURZY V1 PRE TERAPEUTOV – POKROČILÍ

BB 26. 11. 2020 Praktická so Salviou a EAM - kurz V1, Hlavné centrum, Kapitulská 17

(13.00-16.00) poplatok 25 €/1hod., je potrebné sa nahlásiť

BA 27. 11. 2020 Praktická so Salviou a EAM - kurz V1, Hlavné centrum, Čechinová 3

(09.00-16.00) poplatok 25 €/1hod., je potrebné sa nahlásiť

KE 9. 12. 2020 Praktická so Salviou a EAM - kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23

(13.00-16.00) poplatok 25 €/1hod., je potrebné sa nahlásiť

Vyššia úroveň: V1-CPK Praktická so Salviou a EAM setom, 1x 5 kreditov. Teraz 1x10 kreditov!!!

V2 a V3 praktické a teoretické semináre, 1x10 kreditov. Na predĺženie certifikátov zbierajte kredity.

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

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

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

Jar-leto 2021, urobte si čas a zbierajte kredity na certifikát.

Poplatok 50 €, v cene občerstvenie.

Prihlášky a informácie: jandova@man-sr.sk, tel. 0904734418

Imunita je dôležitá pre každého



Mať dobrú imunitu je nevyhnutne k tomu, aby fungovali samoliečiacie schopnosti organizmu. Napokon – nevyvážená imunita neprospeje ani nervovému systému, ten je potom tiež negatívne ovplyvnený a postupne v ňom dochádza k hromadeniu problémov. Pomôcť môžu prírodné výživové doplnky.

Náš tip: Imun + Gripin® + Depren



Joalis Imun – bylinný komplex s vitamínmi B6 a B12, ktoré majú vplyv na prirodzenú odolnosť a obranyschopnosť organizmu. Prispieva tiež k zníženiu únavy a vyčerpania.



Joalis Gripin® – prírodná výživový doplnok obsahujúci šalviu lekársku, ktorá má silné antioxidačné účinky a prispieva k prirodzenej obranyschopnosti o odolnosti organizmu – imunitného systému.



Joalis Depren – s obsahom valeriány lekárskej, ktorá prispieva k duševnému zdraviu a relaxácii.

Rýchlú a cielenú reakciu imunity potrebujeme všetci.

Prepojenie sily informácie s účinkami bylín – viac na www.Joalis.sk