

Meníme svet po kvapkách

Joalis info

4/2020
júl – august

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Detoxikácia čreva, jeho anatomických štruktúr a najčastejšie toxíny

Nodegen MYNM

Vy doma nemáte dezinfekciu?

Tajné tipy na letné výlety

Popis jednotlivých rezonujúcich miest a ideálne typické obrazy v nich

Seminárne dni s Mgr. Máriou Vilánkovou a Ing. Vladimírom Jelínkom.



Po niekoľkomesačnej nútenej pauze obnovujeme obľúbené prednášky s Mgr. Máriou Vilánkovou a Ing. Vladimírom Jelínkom. Jesenný blok sa už pripravuje, môžete sa tešiť na osobné stretnutie.

Bratislava, 20. 11. 2020

Ing. Vladimír Jelínek

MAN-SR s. r. o., Hlavné centrum Joalis, Čečinová 3

Témy: Pokročilá komplexná detoxikácia mozgu
Hormonálny systém



Bratislava, 21. 11. 2020

Mgr. Mária Vilánková, Ing. Lýdia Eliášová

MAN-SR s. r. o., Hlavné centrum Joalis, Čečinová 3

Témy Mgr. Vilánková: Kíby a pohybový aparát
Prehľad emočných preparátov
Herpetické vírusy

Témy Ing. Eliášová: Ako a kde si získať klientelu
Vyhodnotenie poradcov Joalis

Zmeny termínov a miesta konania sú vyhradené !



Vážení a milí příznivci
informační medicíny
a čtenáři našeho bulletinu,

poprvé vás zdravím z pozice
šéfredaktorky a musím se přiznat, že
mám trochu trému. Přebírat po pouhém
roce působení ve firmě tuto roli po
„ostřílené“ kolegyni je samo o sobě
výzvou. A ještě k tomu rovnou přinést
určité změny v grafice, to už by se mohlo
nazývat troufalostí. Ať už se vám nové
číslo, které právě držíte v ruce, zamlouvá,
či nikoliv, vězte, že jsem ho spolu s týmem
tvorila s láskou a s touhou ještě více ho
„vymazlit“. Obsahově je i toto číslo opět
nabitě zajímavými informacemi
a příspěvky inspirativních autorů, což
ovšem není žádná novinka.

Po několikaměsíčním útlumu se opět
vracíme do zajetých kolejí. Na první
pohled se může zdát, že vše bude zase
stejně jako dříve. Já však cítím změnu.
Na sobě i na svém okolí, na postojích,
myslenkách. To, co se zdálo nemyslitelné
a nerealizovatelné, tedy zpomalení, se
najednou uskutečnilo lusknutím prstů.
Zatímco někdo z nás tím trpěl a okolní
ruch a šum mu chyběl, jiní si tyto chvílky
pro sebe a své blízké vychutnávali. Ať už
jste měli pohodu, nebo jste byli obaleni
strachem, jedno je jisté. Toto nařízené
zklidnění nám umožnilo více nahlédnout
do našich nitер a třeba i zahlédnout
střípky toho, před čím jsme ne/vědomě
utíkali. Právě teď máme šanci si tyto
„kostlivce ve skříní“ uklidit, vyčistit.

Můžeme tento čas brát jako určitou
vnitřní očistu a máme možnost vrhnout
se s chutí do další cesty. A já nám všem ze
srdce přeji, aby to byla cesta příjemná,
radostná a bavila nás. Víte, co se říká –
i cesta je cíl.

Srdečně


vaše Linda

4 JOALIS TÉMA

Detoxikace střeva, jeho anatomických struktur a nej-
častější toxiny

10 PEL MEL

To nejzajímavější z médií

12 PSYCHOSOMATIKA V DETOXIKAČNÍ PRAXI

Nodegen MYNM – My Name

15 INFODOPIS

17 BÝT ŽENOU

Vy doma nemáte dezinfekci?

20 ZAJÍMAVÁ MÍSTA

Tajné tipy na letní výlety

22 HVĚZDY ZDRAVÍ, HVĚZDOPRAVEC RADÍ

Horoskop na červenec a srpen 2020

24 BAMBI KLUB

Léto plné změn. Jak si je užít ve zdraví?

26 KRÁLOVSKÁ CESTA KE ŠTĚSTÍ

Popis jednotlivých rezonujících míst a ideální typické
obrazy v nich

29 NOVINKY

Aktuality ze světa Joalis

30 KALENDÁRIUM

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Číslo bolo spracované s využitím textov z českého vydania bulletin Joalis info 4/2020

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., Budovateľská 1, 038 53 Turany

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

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

Šéfredaktor: Jitka Menclová, j.menclova@joalis.eu, tel. 602 694 255

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.



V minulém hlavním článku Bulletinu informační medicíny jsme se zabývali střevním mikrobiomem, důležitou částí každého z nás, která zásadně ovlivňuje imunitu, nervový i hormonální systém. Zdravý mikrobiom je podstatnou živou složkou člověka. Toxiny negativně působí jak na naše živé buňky, tak i na spřátelené bakterie a další mikroorganismy. Toxiny mohou být soustředěny nejen do obsahu střeva, ale i do všech jeho anatomických struktur, a škodit nejen nám, ale i našemu mikrobiomu. Komplex **Calon**, na který se dnes podrobněji podíváme, je určen pro detoxikaci od nejčastějších toxinů střev (jak se dozvíte dále, jsou jimi hlavně mikroorganismy).



Detoxikace střeva, jeho anatomických struktur a nejčastější toxiny

Střevem projde až tuna potravy ročně

Střevo, byť je umístěné uvnitř těla, je ve skutečnosti orgánem, kde se sliznice stýká s vnějším prostředím. Každý den sníme okolo 2,5 kg potravin; velmi to závisí na tom, kolik jíme ovoce, zeleniny nebo zda se soustředíme na potraviny energeticky bohaté, jejichž objem a váha jsou menší. Z hlediska zdraví střeva je lepší sníst větší objem málo energetické potravy, kde velkou část tvoří nestravitelná vláknina, která je velmi prospěšná pro mikrobiom. Bohužel se dnes celá řada lidí v civilizovaných zemích stravuje nevhodně, jídlo je složeno převážně z tuků a jednoduchých, upravených sacharidů. Vynásobte si denní příjem počtem dní v roce, blížíme se téměř tuně, a teď si to představte na jedné hromadě, a tato hromada projde vašim trávicím traktem. Vše z té hromady, rozmělněné a promíchané, se postupně dotýká vaší střevní sliz-

nice a toxiny se mohou v případě poškozené trávicí sliznice snadno vstřebat. Je proto velmi důležité, aby sliznice byla zdravá a odolná, podobně jako kůže, která brání průchodu toxinům z vnějšího prostředí.

Důležitost ovoce a zeleniny

Velký objem potravy, který se rychle posunuje, nedovolí případným toxinům setrávat dlouho na jednom místě a riziko vstřebání toxinů se snižuje. **Naopak koncentrovaná potrava se posunuje pomalu, velký problém je i chronická zácpa, protože patogenní mikroorganismy a toxiny mají dostatek času proniknout do struktur střeva.** Dostatek zeleniny a ovoce je důležitý nejen kvůli vitaminům, minerálům a dalším potřebným látkám včetně vlákniny, ale i kvůli svému objemu. Z tohoto hlediska je vhodnější i vařená strava, protože i koncen-

trovanější potraviny jako obiloviny, rýže a podobně vařením nabobtnají a mají v sobě navázáno více vody, než například krajíc namazaného chleba. Vzhledem k tomu, že hodně cestuji na přednášky a kongresy, tak jsem vždy trochu bojovala s tím, jak skloubit zdravé stravování s cestováním a někdy i rychlým životním stylem. Sama jsem měla řadu let chronickou zácpu a stejně jako většina lidí jsem si vůbec neuvědomovala, že jí trpím. Základní pro mě bylo studium mikrobiomu, kdy jsem si uvědomila jeho důležitost a zásadně jsem přebudovala své stravovací návyky.

Důležitá je pro mě také detoxikace, kdy mi po diagnostice naší terapeutkou, lékařkou Zuzanou Razniewskou, bylo kromě jiného doporučeno vysadit mléko, protože se z něho v mém střevě tvoří škodlivé opioidní metabolity. Přestože jsem mléko a mléčné produkty jedla hodně (spoléhala jsem na svou krevní skupinu B, které by mléko nemělo vadit), tak jsem mléčné výrobky úplně vysadila. Změna se dostavila velmi brzy, a přestože jsem neměla žádné zdravotní potíže, trávicí systém začal pracovat výborně a celkově se cítím mnohem lépe. Teď přibližně po roce občas udělám výjimku a dám si například zmrzlinu, která je z mléka. Na cesty si dělám vlastní svačiny, a protože cestuji většinou několik dní v kuse, nevyhnu se pečivu, krekrům a dalším suchým potravinám. Naučila jsem se ale vždy tyto potraviny doplňovat velkými objemy tvrdší zeleniny, která i v autě několik dní vydrží – mrkev, kedlubny, ředkvičky, ale i okurky, rajčata a podobně.

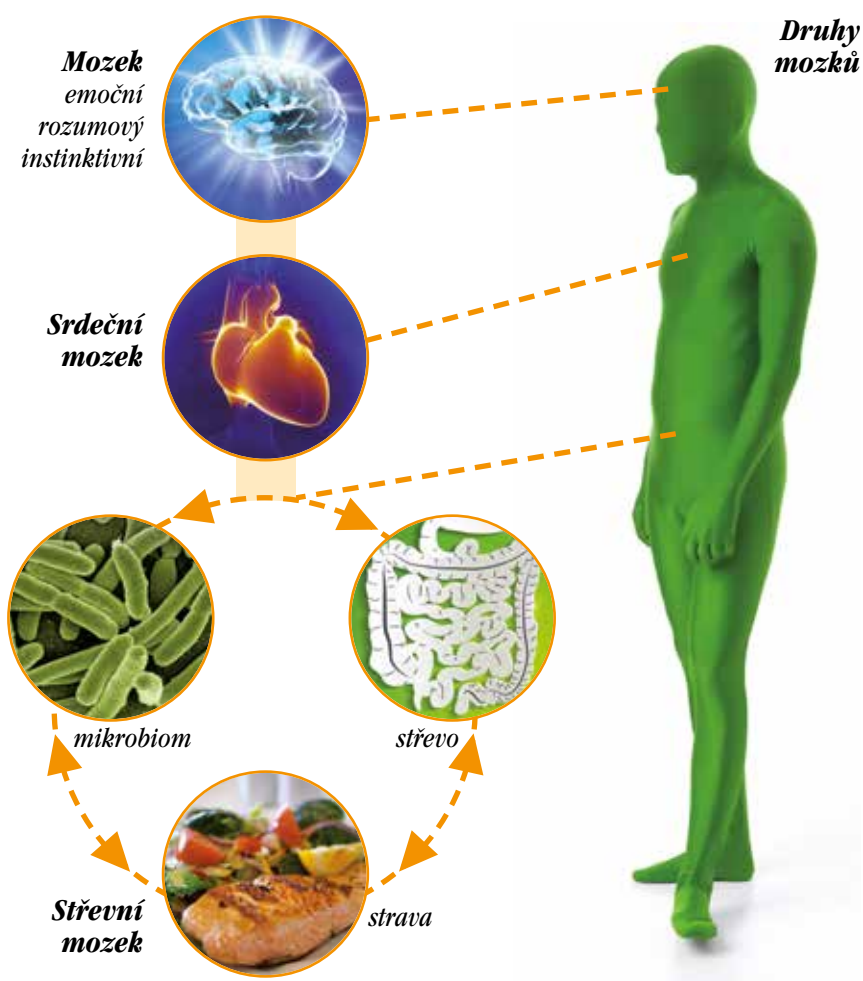
Na stavu sliznice střeva, která je výrazně ovlivňována mikrobiomem, závisí, jaké toxiny, případně škodlivé metabolity se do těla vstřebávají, a které z trávicího traktu vyloučíme. A tady vzniká začarovaný kruh. Když jsou ve sliznici a struktuře střeva toxiny a toto prostředí je narušené patogenními mikroorganismy, tak do něj další toxiny a mikroorganismy pronikají ve větší míře. Stav střeva se zhoršuje a stěna je stále více propustná pro další toxiny, které se ne-

jen ukládají do střevní stěny, ale proudí i dále do těla. V takovou chvíli je nutné provést radikální krok a střevo ozdravit.

A v jakém pořadí bychom měli postupovat? To se nedá jednoznačně říci. Je důležité si uvědomit, že všechny tři složky jsou tak zásadně provázané, že nemůžeme vyřešit jen jednu z nich, další nechat být a myslet si, že dojde

rychle k viditelné změně. Možná můžete namítnout, že stačí změnit stravování a změny se dostaví. To je sice částečně pravda, ale nesmíme zapomenout, že mikrobiom velmi silně působí na naši psychiku a málokdo má tak silnou vůli, aby ovládl svoje chování a nepodlehł „chuti“ na určité potraviny, které mu doslova vnucuje mikrobiom přes jeho emoce.

Za rok sníme téměř tunu potravy. Celá tato masa musí projít naším trávicím traktem.



Co je nutné udělat pro to, aby střevo byla zdravá?

- **Ozdravit střevní mikrobiom** potlačením patogenních mikroorganismů a vytvořením podmínek pro osídlení mnoha půdními druhy bakterií – **Activ-Col, Embrion, Bambi Symbiflor, Toxigen...**
- **Detoxikovat všechny struktury střeva**, aby zabránily průniku toxinů a aktivně pozitivně ovlivňovaly mikrobiom, a zbavit je již existujících toxinů – **Calon, Abelia Cololum, ColiDren, ColiHerb, (LaxaHerb), Enternal...**
- **Zdravé stravování „živými“ potravinami** vyprodukovanými co nejpřirozenějším způsobem, s dostatkem ovoce, zeleniny, ořechů a dalších zdrojů různorodé vlákniny – ideálně alespoň částečně z vlastní zahrady nebo blízké farmy apod.

Zároveň samotnou změnou stravování nedosáhneme toho, aby se z organismu vyloučily ve tkáních uložené toxiny a metabolity. Jejich vylučování musíme nějakým vhodným impulsem spustit. Ideální a vyzkoušené jsou samozřejmě informační preparáty, kdy postupujeme cíleně a zaměřujeme se na konkrétní toxiny. Než se zaměřovat jen na jednu složku, je mnohem jednodušší postupovat na všech třech frontách současně a řešit mikrobiom, toxiny ze střev a ze střevních struktur a stravování, ideálně vše propojit i s detoxikací mozkových

Co toxiny ve střevním systému negativně ovlivňují?

- Všechny **struktury střeva, propustnost střevní stěny**, schopnost zbavovat se a **degradovat vstřebané toxiny** ve střevních buňkách, **schopnost vstřebávat** potřebné látky, vitaminy.
- **Játra** – propustné, nefunkční střevo ve zvýšené míře propouští toxiny a patogenní mikroorganismy do jater – **přímý negativní vliv na imunitu** (alergie, autoimunita spojené s metabolity) a **nervový systém** (zátěže mozku, poruchy nervové činnosti).
- **Lymfatický systém, slezina a imunita** – 80 % imunitních buněk je soustředěno v okolí střevního traktu, střevo výrazně ovlivňuje imunitu a slezinu (lymfaticko-imunologický filtr).
- **Prsa** – jsou se střevem propojena přes lymfatický systém (kvůli kojení) a toxiny ze střev je výrazně ovlivňují.
- **Srdce a emoční vzorce** – příjem potravy a její vstřebávání je tou nejzákladnější potřebou a všechny životní potřeby jsou řízeny emocemi a zároveň emoce vytvářejí. Střevo jsou psychosomaticky velmi citlivá a „**břišní mozek**“ je **úzce propojený se „srdečním“ mozkem** nervovým systémem, hormonálně a také elektromagnetickým informačním polem. Toxiny v důležitém orgánu vytvářejí stresové a emoční toxiny a způsobují emoci ohrožení.
- **Plíce** – propojenost respirační a střevní sliznice ovlivňuje imunitu a odolnost dýchacího traktu, střevní toxiny a metabolity stojí za řadou senných rým, astmatem a dalšími respiračními problémy včetně opakovaných respiračních nákaz.
- **Urogenitální systém** – anatomická blízkost a prakticky slizniční propojenost střevní a urogenitální sliznice může způsobit průnik toxinů a patogenů, opakované záněty močových cest a výtoky vyžadují řešit i střevo.
- **Nervový systém a hormonální řízení** – důmyslná síť nervových buněk soustředěná v trávicím traktu vytváří „**břišní mozek**“ (má více neuronů než mícha) a je obousměrně propojen s mozkem, **toxiny ze střev ovlivňují mozek přímo, řada z nich je do mozku transportována přímo přes neurony** a obchází tím hematoencefalickou bariéru. Podobně velká část neuropeptidů a hormonů (serotonin) vzniká ve střevním traktu.



Stavba střeva a funkce střev – ColiDren, ColiHerb (součást preparátu Calon)

Pro terapeuta je důležitý EAM set, kde lze testovat jednotlivé části střeva a zároveň zjistit, ve které vrstvě střeva jsou uloženy toxiny, mikrobiální ložiska nebo kde probíhá chronická infekce. Ve většině případů stačí použít přípravek **Calon** a zapojit ho do správně sestavené kúry. V některých případech se však detoxikace nemusí dařit, často u dlouhodobých střevních obtíží a zánětů. Po použití komplexu se může stát, že některé toxiny stále přetrvávají, a tak nezbyvá než se na střevo podívat podrobněji. K tomu je nezbytné znát stavbu střevní stěny a vědět, kde hledat v anatomii potřebné pojmy. Střevo budeme testovat pomocí hesel z anatomie, níže uvádíme jeho důležité části.

struktur a emočních vzorců vytvářejících naše emoce, které jsou podkladem našeho chování. Ne, neřídíme se rozumem, jak si myslíme, ale emocemi, a naše chování si pak před sebou racionalizujeme. Střevním mikrobiomem jsme se podrobně zabývali v minulém čísle bulletinu, dnes se detailněji zaměříme na detoxikaci střev a preparát **Calon**. Z praxe zkušených terapeutů vyplývá, že někdy je pro klienta lepší věnovat se nejprve struktuře střev a použít preparát **Calon** a do úpravy střevního mikrobiomu se pustit až následně.

Detoxikace střev je spolu s detoxikací mateřských orgánů **pentagramu klíčová pro zvládnutí prakticky všech zdravotních**

problémů – od imunitních, projevujících se alergiemi, autoimunitami, přes zvládnutí chronických onemocnění a oslabení imunity včetně chronické boreliózy přes problémy nervového systému a duševní nepohody. Ve střevech bývá poměrně velké množství toxinů a vzhledem k tomu, že velká část imunitních buněk (až 80 %) se v okolí střev hromadí a pak putuje dále do těla, **střevní toxiny zásadně ovlivňují imunitní systém**. Veškerá krev z oblasti trávicího traktu, bohatá na živiny, bohužel ale i toxiny, **protéká přes portální krevní oběh do jater**, která mají za úkol vše vstřebané zpracovat. Některé živiny, zvláště tuky a látky rozpustné v tu-

Anatomie

-> *Systema alimentarium* (trávicí ústrojí)

-> *Canalis alimentarius* (zažívací kanál, trávicí trubice)

-> ***Intestinum tenue* – tenké střevo**

-> ***Duodenum*** – dvanáctník (délka cca 25 cm, tedy dvanáct palců), 1. úsek, ústí sem společný vývod žlučových cest a slinivky, neutralizace kyselého obsahu, časté místo zánětů

-> ***Jejunum*** – lačník – střední a nejdelší úsek střeva (cca 2,5 m), trávení a vstřebávání potravy

-> ***Ileum*** – kyčelník – spodní úsek, o třetinu kratší než lačník, proces trávení a vstřebávání, posun potravy do tlustého střeva, často zanícená část při Crohnově onemocnění

-> *Tela submucosa, Tela subserosa, Tunica mucosa, Tunica muscularis, Tunica serosa* – vrstvy střeva (viz dále)

-> ***Intestinum crassum* – tlusté střevo**

-> ***Caecum*** – slepé střevo, vak, počáteční oddíl tlustého střeva, má cca 7 cm

-> *Appendix vermiformis* – červovitý výběžek, lymfatický orgán

-> *Valva ileocaecalis (valva ilealis)* – chlopeň vústění tenkého střeva (*ileum*), jednostranný průchod střevního obsahu

-> ***Colon*** – tračník, nejdelší část střeva, poslední zpracování potravy

-> ***Rectum*** – poslední část konečník, má cca 15 cm, vyúsťuje řitním otvorem (*anus*)

3. Svalová vrstva – *tunica muscularis* – svalová tkáň z hladké svaloviny – MuscuDren

- je uspořádaná do vnitřní kruhové a zevní podélné vrstvy, mezi nimi je umístěn nervový *plexus myentericus auerbachii myentericus*. Svalovina zajišťuje kývavé pohyby, promíchávání obsahu, peristaltiku. Svalovina je místy zesílena ve svěrače, na začátku a konci trávicí trubice (třetina jícnu a svěrač) je tvořena i příčně pruhovanými svaly

4. Serózní vrstva – *tunica serosa* – pojivo – Connectid

- hladká, lesklá blána z vaziva, která v dutině břišní obaluje a chrání orgány a tvoří peritoneum – pobříšnici. Je podložena vrstvou subserózního vaziva (*tela subserosa*). Mimo dutinu břišní, kde chybí pobříšnice, kryje trávicí trubici a ukotvuje do okolí ***tunica adventitia* (pojice)**

Enterický nervový systém – „břišní mozek“ – Enternal – je tvořen dvěma pleteněmi – obsahuje mnoho typů neuronů a glií – je starší než mozek a má mnoho společného včetně citlivosti na stejné toxiny – řídí:

- sekreci žláz, hormonů, neurotransmiterů...
- vstřebávání a transport látek
- koordinuje stahy trávicí trubice
- ovlivňuje imunitní buňky, reguluje růst a obnovu sliznice, produkci hlenu, řídí mikrobiom
- přímo ovlivňuje mozek – antidepressivní působení, podpora učení, ale i pocity psychické nepohody
- ovlivňuje žlučník, slinivku (obě části), žaludek, močový měchýř

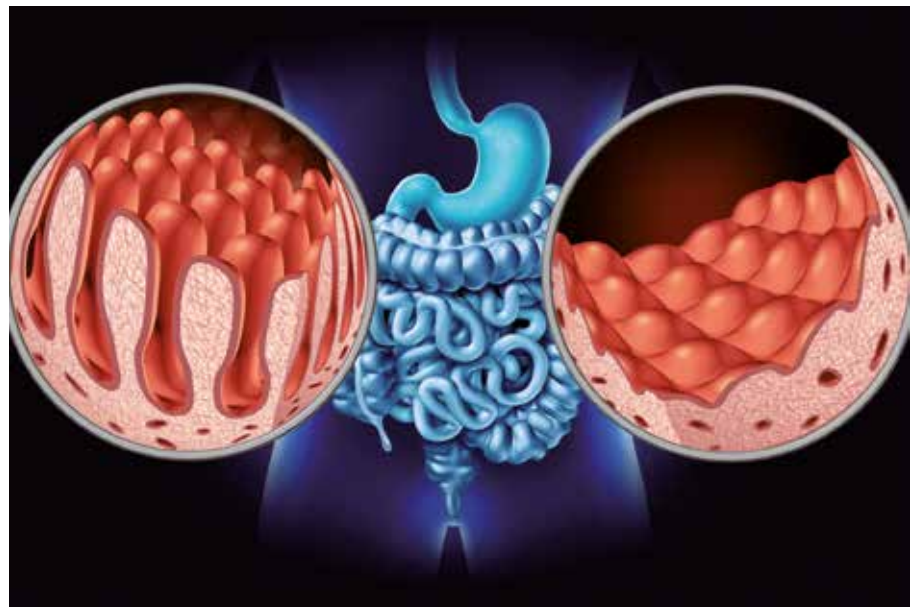
Nyní se podíváme na stavbu trávicí trubice. Někdy můžeme potřebovat pro zvolení správného detoxikačního postupu zjistit, v jaké části stěny se toxiny nacházejí. Jiný může být postup, když je poškozený epitel (zaměří se na slezinu), jiný když je narušena například pojivová část (játra). Střevo, podobně jako celá trávicí trubice, je tvořena pohyblivou, pružnou stěnou. Ta je ve všech úsecích podobná a je tvořena těmito vrstvami:

1. Sliznice – *tunica mucosa* – epitelová tkáň – EpitelDren

- **hlavní úkol – udržet nepropustnost střev a řízeně vstřebávat živiny**
- vystýlá trávicí trubici, je v různých úsecích nejvíce rozdílná, někde je hladká, jinde složená do řas, ve střevě tvoří klky, **chrání před průnikem toxinů a vstřebává potřebné látky. Skládá se z těchto vrstev:**
- **epitelová vrstva** – jednovrstevný cylindrický epitel (kromě hrudního úseku a pánevního konce), důležité pevné, propojující spoje (propustnost střeva)
- **vazivová vrstva sliznice** – lamina propria mucosae – je tvořena pojivovými buňkami tvořícími retikulární vlákna a má v sobě i mnoho imunitních buněk. Končí v ní rozvětvení cév, nervů a lymfatických kapilár
- **svalová vrstva sliznice** – vlastní pohyblivost trubice

2. Podslizniční vrstva – *tunica submucosa* – pojivová tkáň (řídké vazivo) – Conectid

- probíhají v ní krevní a lymfatické cévy, obsahuje nervovou pletěň *plexus submucosus meisnerii*
- spojuje sliznici a svalovinu, umožňuje posuvnost sliznice ke svalové vrstvě a vytváří řasy. Velké množství imunitních buněk v této vrstvě zabraňuje průniku infekcí, často se ale může stát místem, kde je ve střevě hodně mikrobiálních ložisek



Diagnostika střeva bez EAM setu

Z praktického hlediska můžeme vztahy zjišťovat i bez použití EAM setu, jen za použití ampulí, dokonce jen pomocí preparátů. Jednoduchý postup je:

Testují střeva – ampule nebo **ColiDren** – vycházejí jako zatížená. Chci zjistit, ve které vrstvě, a tak kombinuji

- střevo + pojivo (**Conectid**)
- + epitel (**EpitelDren**)
- + svaly (**MuscuDren**)
- + nervová tkáň (**Enternal**)

- **metabolity spolu s potravinovou chemií (ěčka), pesticidy, herbicidy a dalšími látkami přijímanými potravou** – preparát **Metabex** – je součástí preparátu **Calon**

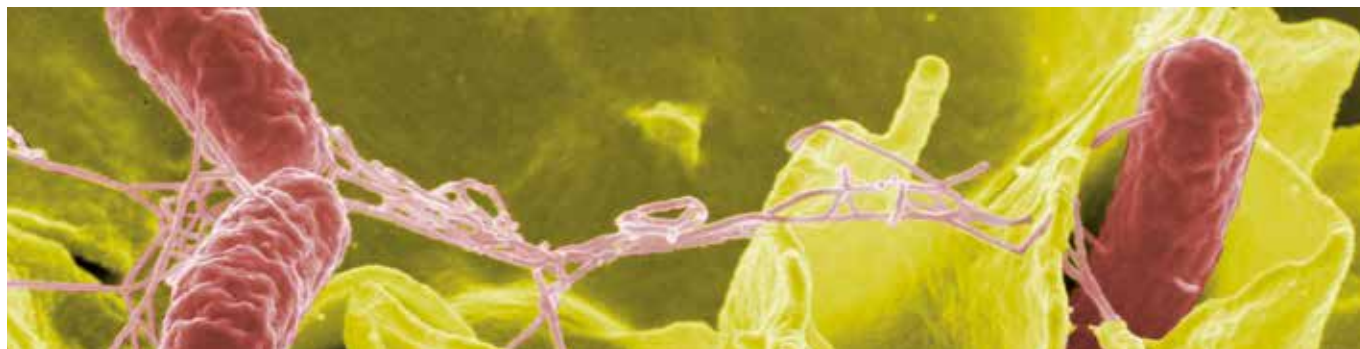
Střevo je jedním z nejhustěji osídlených povrchů na Zemi, a tak nás nepřekvapí, že nejdůležitějším toxinem jsou patogenní mikroorganismy. Napadají nejen epitel, ale prakticky všechny struktury střev. Kromě sliznice je to i podslizniční vrstva, která je tvořená řídkým vazivem a je zde i velké množství imunitních buněk. Řada infekcí napadá jak

ze střev doslova otráven a je v zánětu, což zabraňuje normálnímu psychickému vývoji. Detoxikace střev je nutnou podmínkou u všech emočních, psychických a vývojových poruch. Ve střevech jsou často přemnožené plísňe, nejsou to jen známé kvasinky, ale i mnohé další druhy – sacharomycety, enterocytozoon, histoplazmy, parakokcidie, kryptokoky. Střevo napadá i celá řada eukaryotických parazitů – améby (entamoeba), kokcidie (kryptosporidie, cyclospora, *Cystoisospora*, *Sarcocystis*, *Toxoplasma*), *Ciliophora* (*Balantidium*)... jejich kompletní přehled najdete v minulém čísle bulletinu.

Střevo úzce souvisí s psychikou a detoxikace této oblasti nám pomůže „strávit“ i dlouhodobé problémy

Virové zátěže

Zásadně důležitá je také detoxikace **od virových zátěží**. Viry infikují buňky všech střevních tkání a mění jejich činnost. Tím dochází ke zvýšené propustnosti, poruchám vstřebá-



Vyvozuji z toho, se kterým mateřským orgánem preparát **Calon** kombinovat a jak sestavit kúru. Není pravidlo, že je vždy nutné spojovat detoxikaci střev s detoxikací plicního okruhu. V některých případech bude lepší spojit ji s detoxikací sleziny (sliznice, svalovina) nebo jater (pojivo, nervový systém). Případná kúra pak může vypadat například takto:

- LiverDren + Calon + Streson**
- VelienDren + Calon + Emoce**

V pokročilejších fázích detoxikace můžeme zaměřit imunitní pozornost pomocí preparátů, kam potřebujeme. Například:

- Calon + EpitelDren + EviDren** – zaměření se na sliznici střev.

Nejčastější toxiny ve strukturách střev

Vzhledem k anatomii a fyziologii střeva jsou dvě hlavní skupiny toxinů, které ve střevních strukturách najdeme:

- **patogenní mikroorganismy a jejich toxiny** – ty nejčastější týkající se střeva jsou obsaženy v preparátu **Calon** (viz níže)

vazivovou tkáň, tak i samotné imunitní buňky. **Zároveň jsou střeva často rezervoárem infekcí pro játra, slinivku, slezinu, ale i ledviny a močové ústrojí.** Pokud nejsou mikrobiální ložiska ze střev odstraněna, nemůžeme dlouhodobě dosáhnout detoxikovaných jater, sleziny, slinivky, protože se neustále znovuinfikují.

Patogenní bakterie

Jedněmi z nejčastějších mikroorganismů jsou patogenní bakterie. Jejich přehled je podobný jako u patogenů střevního mikrobiomu (viz minulé číslo bulletinu). Kromě **enterobakterií a bacilů** (preparát **Enterobac**), kam patří salmonely, yersinie, shigelly, listerie, campylobacterie... jsou to velmi často anaerobní bakterie a mycobacterie. **Anaerobní bakterie (ale i další bakterie a mikroorganismy) produkují obrovské množství závažných toxinů, které se mohou rovnou ze střev přes enterální a vegetativní systém dostávat rovnou do mozku.** Tento proces velmi často probíhá u dětí s poruchami autistického spektra, mozek je mikrobiálními toxiny

vání, změnám v činnosti buněk. Virové zátěže velmi souvisí s poruchami metabolismu, trávením a vstřebáváním. Často se podílí na vzniku metabolitů a následných imunopatologických reakcích. Takovým příkladem může být adenovirus, který napadá sliznici a lymfatickou tkáň střeva, spoluvytváří střevní celiakii, kdy imunita napadá sliznici střeva, která je pak postižena chronickým zánětem se všemi jeho důsledky.

Metabolické toxiny

Metabolickými toxiny jsou nejčastěji metabolity vznikající při trávení lepku a obilovin, mléka a lektinů. Většina těchto metabolitů zvyšuje propustnost střeva!!! Podporuje vznik zonulinu, který štěpí proteiny v těsných, buněčných spojích sliznice střev. Všechny tyto metabolity jsou toxické pro nervový systém a negativně ovlivňují samozřejmě i enterální nervový systém. Jaké to má důsledky?

- změna pohyblivosti střev
- dráždivý tračník, průjem nebo naopak zácpa

INFORMAČNÍ SLOŽENÍ PREPARÁTU CALON A ABELIA COLONUM:

- **LiverDren, Conectid** – játra jako mateřský orgán ovlivňuje pojivo, **Conectid** detoxikuje buňky a matrix pojivové tkáně, důležité struktury střev a střevní sliznice
- **VelienDren** – slezina jako mateřský orgán epitelové tkáně a sliznic
- **RespiDren** – plíce mají výrazný vliv na vegetativní a enterální nervový systém, nervové struktury, které střeva řídí
- **ColiDren** – detoxikace tenkého, tlustého, slepého střeva, konečníku a všech střevních struktur
- **Enternal** – enterální nervový systém, má zásadní vliv na mikrobiom a struktury střev
- **Nodegen** – psychocysty, nezpracované emoční stavy zásadně ovlivňují střeva
- **Metabex** – metabolity a potravinová chemie ovlivňují střeva a jeho sliznice a ukládají se do všech střevních struktur, negativně působí hlavně lepek a mléko, ze kterých mohou ve střevě vznikat opioidní peptidy, ty pak působí na nervový a imunitní systém



Patogenní mikroorganismy, které jsou pro střeva typické:

- **Herp** – herpetické viry, hlavně **EBV** (Epstein-Baar virus), **CMV** (cytomegalovirus)
- **Hepatitidy** – viry způsobující hepatitidu (hepatitis A, B, C, D, E, G)
- **Adenoviry** – napadají hlavně sliznice, lymfatický systém, imunitní buňky – vliv na metabolismus, často u celiakie, vliv na záněty (slepé střevo), onkogenní (rakoviny střev)
- **Cardioviry** – ve střevěch jsou jejich ložiska – průnik do dalších tkání – zánět srdce, nervové soustavy
- **Reoviry (rotaviry)** – velmi variabilní, střevní chřipka – plynatost, rozpínání střeva, porucha resorpce vody, průjem, dehydratace. Toxiny aktivují NS střeva, zrychlená peristaltika
- **Enteroviry, coxsackie, polyoviry** – množí se ve střevní stěně, průnik do CNS (obrny, svalové myopatie), slinivky (diabetes I. typu), afty, heparangíny, záněty srdce a svalů, ložiska v imunitních buňkách, lymfatickém systému
- **Anaerob** – anaerobní bakterie – často způsobují záněty střev, průjem a nadýmání, tvorba karcinogenních toxinů, spojené s polypy a nádory trávicího traktu
- **Enterobac** – enterobakterie (patogenní bakterie trávicího traktu), bacilli gram pozitivní (*campylobacter, brucela, actinobacillus...*) i gram negativní (pseudomonády)
- **Rickettsiales** – napadají sliznice, imunitní a nervové buňky, imunosuprese
- **Mycobac** – mykobakterie – napadají hlavně sliznici střeva, záneřlivé léze, často u zánětů střev (Crohn, ulcerózní kolitida...)
- **Yeast-candidy** (kvasinky), napadají sliznice, ovlivňují propustnost střeva, histoplazmy (lymfatické struktury), *Paracoccidioides* (celou strukturu)...
- **Para-Para** – různé druhy parazitů – napadají všechny struktury střev – améby, kokcidie, ciliophora, fornicata, parabasalia, blastocysty, motolice, schistosomy, škrkavky, roupy...
- **Žluč, stolice** – detoxikace střevního obsahu a žluči, žluč je zpět vstřebávána, jsou důležité střevní buňky, které řadu toxinů degradují (rozkládají) a vylučují a zabraňují znovuproniknutí vyloučených toxinů z jater
- + plus secret, emoce – obsahuje i emoční toxiny související hlavně s psychosomatikou

Kúry pro detoxikaci střeva a obnovu střevního mikrobiomu:

LiverDren + Calon + Streson

RespiDren + Activ-Col
(Embrion) + Depren

VelienDren + BetaDren +
Emoce

- zvýšení propustnosti střeva
- poškození mikrobiomu
- snížení imunitních schopností střeva
- poruchy vstřebávání projevující se nedostatkem minerálních látek, vitaminů...
- narušení nervového, hormonálního systému a „srdečního“ mozku řídicího naše emoce, který je s enterálním nervovým systémem úzce propojen.

Preparát Calon je navržen tak, že spojuje detoxikaci všech struktur střeva, mateřských orgánů jednotlivých tkání a metabolických toxinů a patogenních mikroorganismů. Jedná se o unikátní preparát, který dokáže střevům velmi rychle ule-

vit, zbavit je toxinů. Tím dochází k vyléčení zánětů a stabilizaci střevního mikrobiomu. Střevo pak dokáže přijímat jakoukoli potravu a člověk nemusí řešit alergie a intolerance a může se stravovat zdravě a pestrě. Zároveň přináší obrovskou psychickou úlevu. Uzdra-

vené střevo úzce souvisí s psychikou a pomůže nám „strávit“ i dlouhodobé, nevyřešené problémy. Tlusté střevo souvisí s naším podvědomím a potlačováním nevědomí. Byť je preparát **Nodegen** součástí preparátu **Calon**, možná je po detoxikaci střev ideální chvíle se do psychosomatiky hlouběji ponořit a zaměřit se na všechny emoční preparáty. Budete překvapeni, jak po sloupnutí střevní, detoxikační vrstvy najednou můžete jít do hloubky a vytáhnout na světlo i hodně staré psychocysty a jednou provždy staré rány zahojit. 💧

Mgr. Marie Vilánková



Až pětina českých dětí nerozumí informacím o nemocech

Pětina českých dětí ve věku 13 až 15 let je zdravotně negramotná. Neorientují se v pokynech lékařů nebo nedokážou vyhodnotit informace o zdraví, které dostanou. Často také netuší, co dělat, aby jejich chování neohrožovalo zdraví jejich nebo lidí okolo. Vyplyvá to ze studie o zdravotním stylu školáků (HBSC), která vznikla ve spolupráci se Světovou zdravotnickou organizací (WHO).

Více než dvě pětiny dotázaných dětí uvádějí, že mají dobré informace o zdraví. Stejný podíl dětí je jednoznačně přesvědčen, že

zvládne dodržovat pokyny zdravotnického personálu. Školáci naopak nemají ani zdaleka takovou důvěru ve vlastní schopnosti kritického myšlení. Necelá pětina z nich je přesvědčena, že umí porovnat informace o zdraví z různých zdrojů a zvládne zjistit, zda jsou informace související se zdravím správné.

Podle autorů průzkumu platí, že čím jsou mladí lidé ve všech aspektech zdravého životního stylu zběhlejší, tím lépe se skutečně cítí. Školáci s nižším hodnocením zdravotní gramotnosti vykazují prakticky ve všech porovnávaných kritériích výrazně horší výsledky. Častěji mohou mít například psychosomatické obtíže, je u nich vyšší riziko depresí nebo vnímají nižší celkovou životní spokojenost.

„Děti s nižší úrovní zdravotní gramotnosti jsou na chvostu statistik také v dalších aspektech životního stylu. Markantní je vztah mezi nízkou gramotností a stravovacími návyky,“ zjistili vědci. Děti z této skupiny jedí málo ovoce a ze-

leliny, často vynechávají snídani a více pijí například energetické nápoje. Jsou rovněž méně pohybově aktivní a více trpí nedostatkem spánku.

Průzkumu se zúčastnilo přibližně 9 000 školáků z 230 škol ve 14 krajích Česka. Sběr dat se uskutečnil v roce 2018. Do větší osvěty ve vztahu ke zdraví by se podle ministra zdravotnictví měli v budoucnu zapojit například praktičtí lékaři, školy nebo i volnočasová střediska.



Deprese u těhotných žen ovlivňuje stárnutí mozku potomků

Příznaky deprese u těhotných žen jsou spojeny s atypickým stárnutím mozku potomků. Odchylky od normálního vývoje mozku pak nejspíš souvisí s úzkostmi a náladovostí během jejich dospívání. Obojí zjistila neurovědkyně Klára Marečková z institutu CEITEC Masarykovy univerzity v Brně.



Příznaky deprese lze zaznamenat až u 40 % těhotných žen. Poznatky Marečkové a jejích kolegů potvrzují, že dopad depresivních příznaků u matky na zdraví potomků může být dlouhodobý. Zároveň poodhalily mechanismus, který by mohl tento jev vysvětlit.

„Podle předchozího výzkumu, který popisuje sdílené biologické mechanismy mezi depresí a stárnutím, a který prokázal, že deprese může souviset se zrychleným molekulárním stárnutím, jsme predikovali, že spojení mezi depresí matek během těhotenství a úzkostí a depresivními příznaky u potomků by mohlo být vysvětlené odchylkami od normativních vývojových trajektorií mozku,“ uvedla Marečková na webu institutu.

Na základě rozsáhlých dat o konkrétních lidech se vědci také přesvědčili, že ne každý mozek stárne stejnou rychlostí. „Když jsme počítali věk mozku našich účastníků, všimli jsme si, že zatímco jejich chronologický věk byl 23 až 24 let, věk jejich mozku se pohyboval v rozpětí od 14 do 41 let,“ vysvětlila Marečková.

Složitější modelování odhalilo vztah mezi mírou deprese u matek během těhotenství a mírou symptomů úzkostí a deprese u jejich potomků v rané dospělosti. Jednalo se o osoby, jejichž věk mozku byl vyšší než chronologický (případně bylo zjištěno zrychlené zrání mozku).

Studie vznikla ve spolupráci českých vědců a jejich kanadských kolegů z Centra pro závislost a duševní zdraví v Torontu. Výsledky publikoval časopis *Cerebral Cortex*.



V ČR se poprvé léčí dítě s leukémií pomocí upravených bílých krvinek

Ve Fakultní nemocnici v Motole se léčí první dítě s leukémií vlastními geneticky

upravenými bílými krvinkami. Po úpravě dokážou rozpoznat a ničit nádorové buňky. Buňky upravené v USA mu byly podané transfuzí na Klinice dětské hematologie a onkologie 2. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Fakultní nemocnice Motol na konci dubna.

Podobná léčba by podle nemocnice byla vhodná pro zhruba dvě až pět dětí ročně. „Tento nový druh léčby se indikuje u pacientů s akutní lymfoblastickou leukémií, a to v případě, že se nemoc opakovaně vrací anebo pokud pacient znovu onemocní, i když už transplantaci kostní dřeně absolvoval,“ uvedl přednosta kliniky Jan Starý.

Desetiletý chlapec onemocněl ve třech letech a absolvoval první chemoterapii. Nemoc se mu znovu vrátila v šesti a teď v deseti letech. Proto mu byly podány jeho geneticky upravené bílé krvinky (T-lymfocyty). Jejich příprava trvala několik týdnů.

„T-lymfocyty jsou zásadní buňky imunitního systému a jsou zodpovědné za speciální imunitní procesy včetně protinádorové imunity. Pomocí metod genetického inženýrství se upraví tak, aby na povrchu nesly receptor, díky kterému rozpoznají leukemické buňky a dokážou je zničit. Využívá se schopností imunitního systému pacienta, a proto se tento typ léčby označuje jako imunoterapie,“ uvedla lékařka malého pacienta, Lucie Šrámková.

Na aplikaci ho musela připravit další chemoterapie, která mu snížila počet a funkčnost jeho vlastních lymfocytů, aby bylo místo pro nové upravené. Reakce těla může být podle lékařů velmi dramatická, hrozí vysoké horečky, zhoršené dýchání, pokles krevního tlaku nebo neurologické projevy. Během několika dnů by měly z krve i kostní dřeně vymizet všechny nádorové buňky. Léčený chlapec z nemocnice odešel dva týdny od aplikace v celkově dobrém stavu, na další kontroly dochází ambulantně.

Názvem leukémie se označuje skupina nemocí, které se projevují poruchou funkce kostní dřeně a krve. Jde o zhoubný nádor bílých krvinek. Onemocní jím cca 1 300 osob ročně, přičemž na děti připadá pět nových případů na 100 tisíc obyvatel.

Brno nechá otestovat přítomnost mikroplastů a hormonů ve vodě. Řekli si o to lidé

Brno bude ve spolupráci s Brněnskými vodárnami a kanalizacemi zkoumat přítomnost hormonů a mikroplastů v pitné vodě. Jde o úspěšný projekt z participativního rozpočtu, kam podávají návrhy přímo obyvatelé.

Podle místopředsedy představenstva Brněnských vodáren Jana Zámečnicka splňuje pitná voda v Brně požadavky dané vyhláškou a kontroly se v ní všechny limity včetně pesticidů a dalších škodlivých látek. Nový projekt má ale za cíl jít dál a podívat se na přítomnost mikroplastů, hormonů nebo i léčiv, jejichž hladina se dosud nesleduje. „Na vytipovaných místech budeme mít možnost zjistit také přítomnost antidepressiv nebo například drog ve vodovodní soustavě,“ řekl.

Vodovodní síť města je součástí brněnské vodárenské soustavy, která je zásobována ze dvou hlavních zdrojů pitné vody; oba leží mimo Jiho-moravský kraj. Jde o prameniště podzemní vody v Březové nad Svitavou a nádrž Vír na řece Svratce, kde voda prochází úpravnou vody Švařec.

„Tři odběrná místa budou přímo na prameništi Březová, další na přítoku do úpravní vody Švařec a poslední při odtoku z této úpravní,“ doplnil Zámečnick.

Mikroplasty jsou plastové částice ve velikosti od sto nanometrů až do pěti milimetrů, do vody se mohou dostat například při otěru syntetických tkanin, pneumatik nebo z některých kosmetických výrobků.

Podle Světové zdravotnické organizace sice pro člověka mikroplasty ve vodě nepředstavují přímé riziko, ale mohou ovlivnit živočichy v řekách a mořích. Potravním řetězcem se dostávají zpět k člověku, například v rybách, které konzumuje.



🍃 Zdroj: www.ct24.cz a www.tyden.cz (redakčně kráceno)



V dnešním díle seriálu o podkapitolách preparátu **Nodegen** se budeme věnovat přijetí/nepřijetí svého vlastního jména a příjmení, tomu, jak se nám ne/líbí. Jak si sami můžete níže přečíst, i se jménem lze mít spojená některá hluboko uložená traumata.



Nodegen MYNM – My Name

Jméno je jakousi pomyslnou nálepkou, označující nás samotné. V naprosté většině případů si ho neseme od narození; přitom jsme si ho nezvolili, bylo nám dáno rodiči nebo prarodiči. Naše křestní jméno je zvukem ozývající se z úst matky či otce. Podoba našeho příjmení pak může být napří-

dětí přichází na svět do neharmonických poměrů nebo do neúplné rodiny. Tehdy je lepší vrátit se na začátek celého seriálu **Nodegen**, tedy k prvním kapitolám týkajícím se už prenatálního vývoje dítěte...

Ve volbě jména dítěte se odrážejí jak rodové, tak společenské zvyklosti. Někdy se o jeho

historie a objasňuje původ druhého jména, tedy příjmení. Většina obyvatel ale takový rozsáhlý rodokmen nemá a tak může jen předpokládat, že příjmení otce rodu vyjadřovalo snad nějakou charakteristiku daného člověka nebo jeho povolání: například Mlynář, Kovář, Tesař, Truhlář, Rychtář, Kuchař, Koželuh, Farář, Provazník, Papírník, Mydlář, Sedlář, Voráček, Hrobař, Lesák, Včelař, Rybář či Myslivec. S takovým příjmením se nám vždy pravděpodobně bude asociovat příslušnost k určité kastě – tedy cechu, kdy se v hluboké historii povolání ještě dědilo z otce na syna.

Tématem pro tuto kapitolu **Nodegenu** jsou ovšem pocity a dávno zapomenuté zážitky a vzpomínky, které jsou spojeny nebo spojovány s vyslovením našeho vlastního jména a příjmení.

Mnohá příjmení evokují emoce

Je to přibližně patnáct let, kdy jsem svou detoxikační praxi občas jezdil provozovat do Brna. Při zakládání karty klienta se samozřejmě vždy ptám na jméno a příjmení. Jednou do brněnské poradny přišla drobná paní ve věku asi 50 let. „*Jak se jmenujete?*“ zeptal jsem se jako obvykle. Nastalo asi třísekundové nezvyklé ticho, které jsem nikdy dříve po dotazu na jméno a příjmení nezažil.

Ve volbě křestního jména dítěte se odrážejí jak rodové, tak společenské zvyklosti. Někdy se jméno předává z generace na generaci.

klad zvukem vycházejícím z úst přísného a necitlivého učitele, který nás ve třídě vyvolává ke zkoušení před tabulí.

Jméno – nálepka na celý život

Křestní jméno je tedy pro každé novorozené nejprve shlukem něžně vyslovených hlásek, které vyslovuje každá maminka, když své dítě chová, kojí, přebaluje, kolébá, uspává... Až později je jméno vnímáno také z úst otce, tedy toho pána, který tu žije spolu s námi :). To platí samozřejmě v harmonických vztazích, tedy v úplné rodině, kdy má dítě oba rodiče a ti se o něj starají podle řádu přírody. V mnohých případech však tomu tak není; mnoho

volbě nijak hluboce nepřemýšlí, dítě ho jednoduše dostane po otci, matce nebo po nejbližších předcích. Jindy se křestní jméno rodičům natolik líbí, že se prostě rozhodnou jej svému potomkovi dát. Třeba zrovna vaše jméno bylo ve své době prostě moderní a celospolečensky skloňované; mohlo tedy vyvolávat pocity úcty, uznání a důstojnosti.

S příjmením, tedy jménem označujícím rod a příslušnost k rodovému „klanu“, je to jednodušší. Ve většině případů – alespoň v našich zemích – jsme je dostali po otci, tedy po otcovské linii. Prostě jsme ho jen zdědili.

Kdy, tedy v jaké historické etapě naše rodové příjmení vzniklo, se pravděpodobně nikdy nedozvíme. Možná má někdo z vás doma podrobný rodokmen, který sahá hluboko do

„Píčová ... Vlasta,“ (křestní jméno bylo změněno, pozn. redakce) odpověděla po pomlce dotyčná paní.

Záchvěv navenek ukrývané emoce mnou ale projel – nyní jsem měl to vyslovené příjmení zvětšit písmem na kartu klientky. Vytušil jsem, že tento okamžik je pro ni opakovaně velmi nekomfortní.

Jméno Píčová nese v České Republice 68 žen, alespoň podle údajů z internetu v roce 2020. Manžel nebo otec těchto žen se s největší pravděpodobností jmenuje Píč. A to bez vytečkávání nebo vypípání, na jaké jsme zvyklí při napsání vulgárního slova v tiskové podobě nebo v mluveném projevu v masmédiích. Pana Píče prostě příjmení provázelo již od narození a vypípat ani vytečkovat se nedalo. Dokážeme si ale asi všichni představit, jaké různé slovní tvary tohoto příjmení našel škodolibý dětský kolektiv...

Pokud budeme zkoumat původ jména Píč, dozvíme se, že toto příjmení je počestlým tvarem jména Pietsch, které pochází z německého přepisu dolnoloužického čtení hornoloužické podoby jména Petr* (viz dole). V češtině je příjmení Petr/Petrová poměrně časté. Paní Píčová je tak vlastně Paní Petrová. Tento dlouhý řetězec asociací a znalostí zcela jistě drtivě většinu lidí žijících v českém jazykovém prostředí ale nenaskočí...

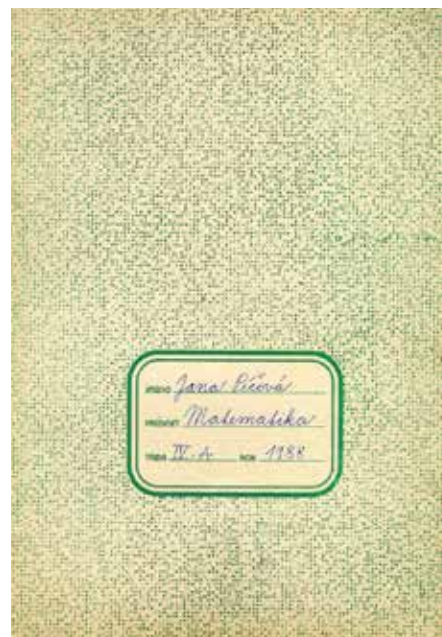
Pokud je paní Píčová nositelkou tohoto příjmení již od narození, určitě musela nespočetněkrát zažít nepříjemné pocity při vyvolání či vyslovení svého jména. Mezi tím, jak

moc osobně si nositelky tohoto příjmení opakovaně zašumění v sále/třídě braly nebo nebraly, jsou samozřejmě velké rozdíly. A o tom je přesně i téma **Nodegenu MYNM**. Jeho úkolem je sejmout z nositele příjmení negativní sebehodnocení a ztotožnění se s ním. Jak přesně k tomu dojde, to nechejme vždy na tom nejhlubším lékaři – psychoterapeutovi v nás, na našem bytostném vnitřním pravém Já, Verself.

Svatý Vladimír

Jméno Vladimír jsem dostal po strýci, bratrovi otce, a po dědovi z matčiny strany. Oba rodiče mě oslovovali Vládo. Přiznávám, že dále je mi velmi milé něžné ženské oslovení Vládi. Někteří kamarádi mi říkají Ládo, protože neví, jestli je moje křestní jméno Ladislav nebo Vladimír.

Vladimírové jsme byli na základní škole ve třídě dva. Velice brzy mi proto začali spolužáci říkat Vladimíre Iljiči (podle Vladimíra Iljiče Lenina, ruského revolucionáře). Tato přezdívka se mi nelíbila a neztotožnil jsem se



s ní. Na střední škole mi tak už nikdo neřekl, ale dodnes si pamatuji zabarvení hlasu a intonaci některých spolužáků při vyslovení toho *Vladimíre Iljiči*.

Mnohá příjmení jsou skutečně jadrná a naturální, přitom svým nositelům nemusí vůbec vadit. Jde jen o to, jak se se svým příjmením ztotožnili.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

NODEGEN Motherhood – MOTH – traumata a psychocisty z pohledu matky, komplikovaný porod dítěte, poporodní deprese, nenaplněné mateřství apod.

NODEGEN My Name – MYNM – ztotožnění se a emoční přijetí nebo nepřijetí vlastního a vydaného jména a příjmení.

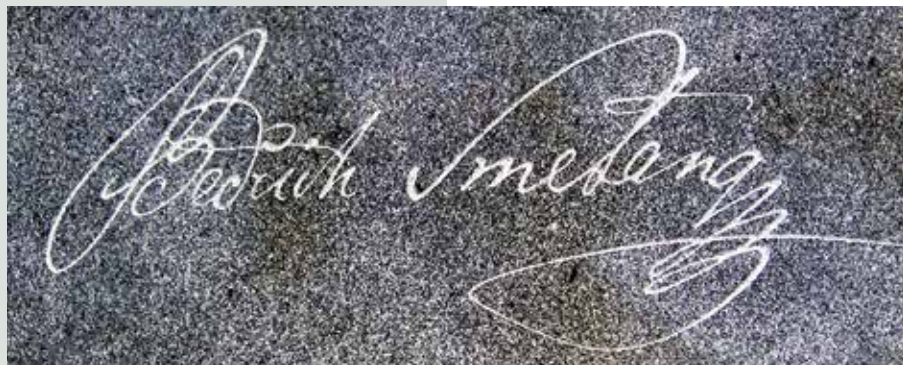
Na sklonku roku 2016 jsme s kamarádem z vysoké školy během čtyř týdnů procestovali Nový Zéland. Ubytování jsme neměli dopředu zajištěné, a tak jsme ho sháněli vždy v konkrétní den na jednu nebo maximálně dvě noci. Volání do hostelu nebo kempu bylo většinou na mně, a tak když se recepční na druhém konci linky zeptala na moje jméno, odpověděl jsem: Vladimír. Téměř nikdy mi ale nerozuměla a musel jsem své jméno spelovat – Ví-el-ěj-dí-áj-em-áj-ár. Můj kamarád se přitom jmenuje Petr a při spelingu to má tedy mnohem jednodušší. Pí-í-tí-ár.

Asi po čtrnácti dnech, co si ze mě navíc při opakovaném spelování Petr neustále utahoval, dostal geniální nápad. „*Tak si svoje jméno zkrať. Třeba na Vlad,*“ poradil mi. Musím se přiznat, že ze začátku mi toto zkrácení bylo trochu „proti srsti“ a přišlo mi nepříroze- né. Za pár dnů jsem ale pochopil, jak praktické to bylo: Ví-el-ěj-dí ... Víelejedí. Dá se to vyslovit dokonce na jeden nádech. Tuto podobu svého jména tak od té doby používám velmi často v obchodní korespondenci. ▶

* zdroj: Wikipedie, únor 2020

Některé vybrané obsahy přípravku Nodegen MYNM:

- stydlivost za své jméno (příjmení)
- zesměšňování jména (příjmení)
- nelibost/odpor ke svému jménu (příjmení)
- neztotožnění se / nepřijetí svého jména (příjmení)
- odpor ke své přezdívce
- a mnohé další



V minulém roce, když jsme navázali obchodní kontakt s ukrajinskými partnery, jsem ale pochopil, jaké účtě mé jméno těší na Ukrajině. Je to prostě ten, kdo *Vládne světu* – *Vladi-Mir*. Je to ale zároveň svatý Vladimír, patron Kyjevské Rusi.

Moje maminka zemřela na začátku roku 2003, ve věku 63 let, tedy vcelku mladá. K jejímu úmrtí došlo navíc v kanadském Torontu, a to zcela neočekávaně. Byl to pro nás všechny neuvěřitelný šok. Dva dny po její smrti jsem měl velmi silný zážitek, a to v okamžiku těsně po usnutí. Ležel jsem na posteli a vědomí se začalo pomalu ztrácet, jako se to děje vždy při usínání. V nějakém okamžiku, který nastal hned potom, jsem měl najednou silný sluchový vjem: zvonění mobilního telefonu, které jsem měl nastavené, když mi matka předchozí dny volala ze svého pobytu za oceánem. Na druhém konci linky se ve snovém stavu ozval její zřetelný hlas, kdy mne oslovila tak, jak jsem to důvěrně znal: *Vládo*. V tu chvíli mě zalila obrovská vlna světelné energie, která se jen stěží slovy popisuje, a začala se mnou rotovat ve vertikálním směru, alespoň podle pocitu. Měl jsem z toho okamžitý pocit, že je všechno v pořádku, přestože jsem její ztrátu vstřebával ještě mnoho let.

Podruhé jsem tento akustický vjem měl v roce 2008 v době rozvodu a rozpadu mé rodiny, který jsem si nikdy nepřál. Ležel jsem navečer na gauči u krbu a usínal jsem. Po odpojení vědomí se zcela zřetelně ozvalo hla-

sem matky: „*Vládo, je tam teplo*“. Pak chvíli nic a najednou se ozval i hlas otce: „*Vládo*“. Přitom můj otec stále žije a letos mu bude 83 let.

Dnes už vím, že tyto a podobné jednoduché zvuky a vzkazy jsou silnými náda zvuky z hlubokého nevědomí, které mohou vést člověka dál na jeho duchovní cestě v procesu vlastního osvobození a individuace. Tyto vjemy zpětně hodnotím jako záchytné body při hledání cesty k univerzálnímu ženskému archetypu / univerzální matce a k univerzálnímu mužskému archetypu / univerzálnímu otci.

Příjmení mohou být skutečně různá

Dnešní společnost je velmi přecitlivělá a lidé žijící ve velkých městech jsou většinou odtrženi od jádrného naturelu venkova a přirozenosti vůbec.

Mnohá příjmení skutečně jádrná a naturalní jsou, přitom svým nositelům nemusela a nemusí vůbec vadit. Mohli se s nimi dokonce velmi přirozeně ztotožnit, nebo se v nich při vyslovení takového příjmení prostě neprobudil žádný emociálněji hanlivý podtext. Vezměme si třeba příjmení:

Mrtvý/á
Kyselý/á
Šukal/ová
Studený/á
Teplý/á
Horký/á
Vlažný/á

Mohou být dokonce taková příjmení, která přímo předurčila jejich nositele pro životní dráhu. Tak třeba docent MUDr. Karel Šuk, CSc. je předním uznávaným českým gynekologem. Nebo RNDr. Václav Větvička je uznávaným českým botanikem, který napsal celou řadu botanických publikací. Mnozí lidé jsou ale se svým příjmením nespokojeni. Nedomnívám se, že uspokojivým řešením je vždy změna vlastního jména, i když v některých případech to fungovat může. Myslím si totiž, že může dojít až ke ztrátě identity člověka a jeho příslušnosti

k rodu. Zkrátka – přejmenovaný člověk začne být někým jiným než tím, kým ve skutečnosti je a kým se narodil.

Jiným případem může být získání příjmení po muži, které se ženě po nějaké době přestane líbit. Třeba i kvůli tomu, že se rozvedou a ona cítí k jeho osobě, tedy často i k tomuto jménu, negativní emoce.

V každém případě bych každému, kdo není spokojený/á se svým jménem či příjmením, doporučil nejprve využívat přípravek **Nodegen MYNM**, protože může dojít k velikému uzdravení vztahu ke své vlastní identitě.

Některá příjmení ve svém základu v sobě od začátku nesou důstojnost

Karel Gott to měl od svého narození napsané ve jméně. Kromě talentu, profesionality a pracovitosti byl od narození hned *králem* – Karlem a zároveň *bohem* – Gott, zejména v německy mluvících zemích. Tento zpěvák měl nad sebou šťastnou hvězdu, protože byl většinou lidí přijímán, uznáván a oslavován.

Jinak to mají lidé – vládci tohoto světa, kterým se líbí mediální známost a vystavují svoje portréty a jména, kde se dá, na jakýkoliv piedestal. Zde není třeba uvádět žádné současné ani minulé příklady. Vždyť na místní nebo světové úrovni takových osobností každý čtenář tohoto článku jistě vyjmenuje více než dost.

Na druhé straně všichni manažeři nebo lidé v jakékoliv vedoucí a rozhodovací pozici musí mít zdravé sebevědomí a pocit zdravého sebehodnocení. Aby mohli takový post zastávat zodpovědně a nanejvýš moudře. K tomu patří také ztotožnění se se svým jménem, které se bude často vyskytovat na různých dokumentech nebo v propagačních materiálech. Pocity vedoucího člověka se vždy budou projektovat do pocitů celé skupiny lidí, která je touto osobností řízena.

Přípravek **Nodegen MYNM** je důležitou součástí celého systému přípravků řady **Nodegen**. Je určený pro každého člověka, který se touží ztotožnit a přirozeně splynout se svým vlastním jménem, aby mohl být zcela sám sebou.

Když jsem osobně začal tento preparát pat, měl jsem hned druhý den velmi živý sen. Zdálo se mi, jak přednáším o detoxikační medicíně Joalis. Vtom se odněkud ozvalo celé moje jméno i příjmení s pocitem, že to jméno označuje moje vnitřní já, Verself.

Ing. Vladimír Jelínek





Infodopis pre poradcov Joalis

JÚL-AUGUST 2020

Vážení terapeuti a priaznivci informačnej medicíny,

pomaličky sa spamätávame z obmedzení, ktoré nám nachystala pandémia koronavírusu a znovu sa vraciame k bežnému režimu. Pre niekoho bola táto výnimočná situácia vítaným zastavením a spomalením, pre iných doba chaosu, neistôt a strachu. Vezmime si z nej ponaučenie a pomyselne očistení vstupujeme do ďalšej etapy. Sú pred nami dva letné mesiace, deti majú prázdniny a my s Joalisom prinášame novinky. Za zmienku určite stojí napríklad nový dizajn na našom webe www.joalis.sk ohľadom informácii o vyškolených terapeutoch a ich prevádzkach, ktoré sú zobrazené podľa krajov na mape, znížené ceny preparátov, nové termíny vzdelávacích kurzov a mnoho ďalšieho.

Nech sú tieto inovácie zmenami k lepšiemu a pomáhajú na cestách nám všetkým.

Krásne letné dni Vám praje tím MAN-SR s.r.o.

Dovoľujeme si Vás pozvať ...

Jesenné seminárne dni s Mgr. Máriou Vilánkovou a Ing. Vladimírom Jelínkom

20. 11. 2020

Seminárny deň s Ing. Vladimírom Jelínkom

10.00 – 17.00, MAN-SR s. r. o., Hlavné centrum Joalis, Čečinová 3, Bratislava

21. 11. 2020

Seminárny deň s Mgr. Máriou Vilánkovou

10.00 – 17.00, MAN-SR s. r. o., Hlavné centrum Joalis, Čečinová 3, Bratislava

Témy seminárnych dní: Pokročilá komplexná detoxikácia mozgu, Hormonálny systém, Kĺby a pohybový aparát, Prehľad emočných preparátov, Herpetické vírusy.

Letná škola

Od marca sme sa kvôli koronavírusovej pandémie ocitli v novej situácii a firma Joalis mala neľahké rozhodnutie – či usporiadať tohtoročný ročník Letnej školy. Vzhľadom k neistote a mimoriadnym opatreniam vlády sa rozhodli túto akciu, ktorá prebieha vždy v pohodovej a priateľskej atmosfére, presunúť na budúci rok. My urobíme maximum preto, aby sme to v ďalšom roku zorganizovali. Budeme sa na Vás tešiť – miesto ostáva nezmenené, Letnú školu 2021 si užijeme v hoteli Vitality v malebnom prostredí Beskýd.

Joalis vzdelávanie odštartovalo...

Vďaka neštandardnej situácii tohto roku na jar sa nám niektoré termíny kurzov výnimočne presunuli aj na leto. Kurzy prebiehajú v Bratislave a v Košiciach, sú určené všetkým záujemcom o celostný pohľad na človeka a jeho zdravie. Seminára sú rozdelené do troch úrovní a jednotlivé kurzy na seba nadväzujú: základný (Z1-Z4), stredný (S1-S3) a vysoké (V1, V2, V*). Viac informácií a termíny vzdelávacích kurzov nájdete na webových stránkach www.joalis.sk v sekcii Vzdelávanie a tiež v tomto bulletin.

Milí poradcovia Joalis

Firma MAN-SR s.r.o pripomína pre registrovaných členov*, poradcov Joalis

prebiehajúcu letnú akciu.

V mesiacoch júl, august 2020
si stále môžete zakúpiť

prípravky za znížené ceny podľa akciového cenníka
platného do 31.8.2020
(od 1.9.2020 bude platiť pôvodný cenník).

POZOR!!!!!!

Z dôvodu dočasného zníženia cien produktov Joalis, poklesu českej koruny a krízy spojenej s Koronavírusom je **nutné zachovať zníženú predajnú cenu**, pričom **Vaša nákupná cena je tiež znížená**.

Využite túto možnosť akcie do 31. 8. 2020!

Objednávajú v Centrách MAN-SR s.r.o.: (osobne, písomne, faxom, telefonicky, mailom)

Centrum Bratislava Čechinová 3, tel./fax: 02/43 42 59 39,

Centrum Košice Vodárenská 23, tel./fax: 055/799 6881, objednavky@man-sr.sk

Centrum B. Bystrica Kapitulská 17, tel./fax: 048/415 61 86

*so zaplateným registračným poplatkom

Prajeme Vám krásne letné dni.

Tím MAN-SR s.r.o.



Vy doma nemáte dezinfekci?

Již několik měsíců ovlivňuje naše životy epidemie koronaviru. Je to hlavní téma všech zpravodajství, novinových článků, internetových portálů... Protože ráda a rychle čtu a velkou část dne pracuji na počítači, tak si samozřejmě značnou část těchto textů přečtu. Nejde jen o samotná fakta, ale také o to, že si z těchto zpravodajství vytvářím obraz, jak jsou lidé manipulováni skrze média, zaplavování i ze seriózních médií nesmysly či polopravdami.

Upozornění: Tento článek představuje moje osobní názory na desinfekci a přehnanou čistotu a uvádím je, abyste měli doplňující informace a mohli sami zvážit, jakými oficiálními doporučeními se řídit.

Troufám si říci, že rozumím imunitě, vlivu mikrobiomu a patogenních infekcí, toxinů, emočních vzorců na lidské zdraví. Samotnou mě překvapilo, že to, co jsem si myslela hned při prvních zmínkách o viru, začali postupně vnímat stejně také odborníci, virologové, epidemiologové. Tento článek však není o koronaviru, ale o dalších neblahých vlivech, které jsou spojeny s opatřeními, která mají zabránit jeho šíření...

Zdravá imunita jako klíč

Jedním ze základních faktů je, že lidé, kteří mají opravdu zdravou imunitu, se ho nemusí bát. U velké části lidí, a to i staršího věku, proběhla nákaza bez příznaků nebo s mírnými symp-

tomy onemocnění. Fakt, že **zdravá imunita je klíčová prevence proti nákaze a omezení infekcí** je prostě pravda a nezmění na tom nic ani zákony přijaté v EU, které tuto pravdu zakazují používat při propagaci přírodních přípravků. V oblasti zdraví a zejména prevence státy napříč celým světem tragicky selhávají. Důvodem je fakt, že je „koupily“ farmaceutické firmy a **politici podlehlí vidění světa skrze brýle, které jim farmaprůmysl nasadil. A ty stejné brýle úplně zatemnily velmi podstatnou část našeho zdraví, a to podporu zdravé imunity a šíření těchto informací mezi lidmi.** V době, kdy se většina společnosti nákazy bála a hrozilo riziko nakažení, nikdo nedal lidem rady, co mohou udělat alespoň pro částečné

zlepšení imunity. Pokud nejsou nastaveny férové podmínky pro podnikatelské subjekty, měl by je zabezpečit stát a systém veřejného zdravotnictví. Ti, kdo se lidem v oblasti zdraví snaží pomáhat a v podstatě tuto roli státu suplují, bohužel dostali od úředních šimlů jen ránu do zad, klacky pod nohy a zastrasování astronomickými pokutami. Bohužel i od nepovolanějších – tedy lékařů – jsme se mohli dozvědět nepravdivé informace, což, jak věřím, nebyl ani tak nebyl záměr, jako spíše neznalost a neschopnost vnímat široké souvislosti. Existuje samozřejmě řada výjimek, jenže ty jsou často umlčovány. Stačí drobnosti. V březnu jsme se například dozvěděli, že lidé mají chodit ven, aby získali dostatek vitamínu D. Jenže v brzkých jarních měsících se v našich

podmínkách vitamin D netvoří, a řada lidí má bohužel narušenou kůži, tak se jim pořádně netvoří ani na letním slunci (viz můj článek v bulletinu číslo 2/2020). Z toho mi vyplývá, že je třeba rady z oficiálních míst brát se značnou rezervou a **řídít se vlastním zdravým rozumem. Ten, kdo se jím řídí v kombinaci s dobrou intuicí**, která mu pomáhá pochopit, co je přínosné a co naopak škodlivé, **ten je zdravý**. S dobrou intuicí se můžete narodit, ale každý si ji může také vytvořit. Jedním z důležitých kroků je detoxikace od toxinů a zvláštní důraz je třeba dát na detoxikaci od patogenních mikroorganismů, které naši intuici mohou ovlivňovat ve svůj prospěch.

Všeho moc škodí

V tomto článku chci upozornit na jednu zásadní věc – **nebezpečí nadužívání dezinfekcí a poškození kožního, slizničního a střevního mikrobiomu**. Vracíme se postupně zpět do běžného života, otevírají se obchody, děti s omezeními začínají chodit do školy, na kroužky. A vidíte to všude – **dezinfekce je na každém kroku**. Nařídily to státní předpisy, ale už se neřeší a lidem nesdělí, jaká rizika to nese. Chybí také doporučení, co dělat, aby se negativní vliv dezinfekce na zdraví co nejvíce snížil. Nechci zpochybňovat smysl dezinfikování, protože jeden z důležitých způsobů přenosu patogenních mikroorganismů včetně koronaviru je samozřejmě



skrze kožní bariéru. Naše mikrobiomy jsou u velké části populace zdevastované životním stylem. Sterilní strava bez půdních bakterií, protože velká část potravin je přirozeně nezískala nebo jich byla při průmyslovém zpracování zcela zbavena. Přehnaná hygiena v domácnostech, většina času strávená ve městech, budovách a jiném umělém prostředí, časté používání antibiotik a dezinfekčních prostředků... Důsledkem jsou poruchy metabolismu vedoucí k metabolickému syndromu a obezitě. Mimochodem – to vše

nou horečku a rickettsie. Prakticky všechny patogenní infekce pocházejí původně od zvířat a na člověka byly přeneseny, některé druhy mikrobů se pak následně přizpůsobily a vznikly i druhy „specializované“ jen na člověka. **Velká část infekcí byla na člověka přenesena pomocí hmyzu od zvířat, ale i třeba hlodavců jako jsou myši, potkani...** Objev mikroorganismů jako původců onemocnění a souvislosti přenosu vedly k zavedení nových hygienických zvyklostí. Umožnily to i nové technologie betonových staveb, používání dalších materiálů, v našem obydlí došlo k eliminaci škodlivého hmyzu, myši a dalších nechtěných „spolubydlících“. Lidé se začali pravidelně mýt, prát si oblečení, povlečení do postelí... To jednoznačně pomohlo zbavit se určitých onemocnění, protože opakované infikování hmyzem a velkými dávkami patogenů ohrožovalo i poměrně zdravé jedince, neboť souhrou okolností se může stát, že dojde k oslabení imunity a nákaza má šanci organismus napadnout. Evoluční paměť a podvědomí má na člověka obrovský vliv. Zkušenost, že hygiena pomáhá zdraví, byla ale využita (dalo by se i říci zneužita) výrobci všech možných drogistických a kosmetických prostředků a úklidových detergentů. Vzpomeňte si na všechny ty reklamy, kde se vše blýská čistotou a vše je hygienicky čisté.

Používání dezinfekčních prostředků s sebou nese rizika, například poškození mikrobiomu.

přes kontaminované povrchy. **Zavedení dezinfekce rukou u lékařů bylo přelomovým činem**. Dříve běžně přecházeli mezi odděleními, třeba i z pitevny, a choroboplodné zárodky se přenašely na pacienty, například na rodící ženy. Ty pak trpěly tzv. horečkou omladnic, poporodní sepsí způsobenou bakteriální infekcí. Zavedení dezinfikování rukou výrazně snížilo výskyt této komplikace.

Jenže používání dezinfekčních prostředků má svoje rizika, a to poškození mikrobiomu. Z hlediska zdravé imunity je mikrobiom naprosto zásadní. A čím je pestřejší, čím máme na kožním a slizničním povrchu více různých druhů mikroorganismů a jejich kmenů, včetně těch patogenních, tím jsme zdravější. **Kožní mikrobiom zlepšuje stav kůže a zabraňuje přemnožení patogenních mikroorganismů a prostupu toxinů, alergenů a mikroorganismů**

vede také k tomu nejvíc rizikovému faktoru, totiž aby po případné nákaze koronavirem došlo k rozvoji onemocnění COVID-19 s těžkým průběhem. Chudý, poškozený mikrobiom souvisí s imunopatologiemi, alergiemi, autoimunitními nemocemi...

Dezinfekce ano nebo ne?

Jak to s tím úklidem a desinfekčními prostředky vůbec je? Na jedné straně poškozený mikrobiom a na té druhé realita historie, kdy i v Evropě řádily různé pandemie nemocí, na které umíraly milióny lidí. I ve většině válek většina obětí nepadla v boji, ale zemřela na následky infekcí. Například v první světové válce má na svědomí velkou část obětí návratný a skvrnitý tyfus přenašený vši šatní, patogeny byly borrelie způsobující návrat-

Všeho s mírou

Měli bychom umět rozlišovat a vše používat vyváženě. Mytí a dezinfekce rukou je obrovsky důležitá při setkání s imunitně ohroženými lidmi, tedy prakticky na veřejnosti, kde nevíte, zda je na místě někdo

ohrožený. Pro oslabeného jedince, a to platí i pro pacienty lékařů, je i běžná infekce ohrožující. Imunitně oslabení by měli dbát na hygienu a svůj mikrobiom podporovat bezpečným způsobem. **Zdraví lidé by měli být ohleduplní, ale zároveň zbytečně nezvyšovat riziko poničení svého mikrobiomu. Tedy nenásledovat slepě všechna doporučení, nedezinfikovat nakoupené potraviny, nevytírat několikrát denně, ani vše doma neotírat dezinfekcí.**

I z hlediska nákazy je lepší setkat se s malou dávkou virů z kontaminovaných povrchů, kdy **dojde k „seznámení“ imunity s infekcí**, a pak v případě opravdové, plně nákazy, kdy dojde například k nadýchání velkého množství infekčních částic třeba při pobytu v místnosti, dokáže imunita rychle zareagovat a zabránit masivnímu namnožení. Prakticky při všech infekčních nákazách jde o čas, o závod, kdo bude rychlejší, zda se infekce stihne namnožit a organismus zasáhnout nebo zda imunita zasáhne rychle a zastaví množení hned na sliznicích. Možná z tohoto důvodu se nekoná „katastrofa“ v Africe, jak bylo mnohými vědci předpovídáno, protože africká populace je často jinými typy koronavirů zasažena, přežívají v jejích střevech, v případě přemnožení způsobují záněty střev a jsou příčinou poruchy vstřebávání živin. To je zřejmě i důvod, proč u dětí také většinou koronavirus nezpůsobuje problémy, protože za řadou rým a nemocí z nachlazení jsou také často určité druhy koronavirů. Díky tomu dokáže imunita dětí a lidí, kteří se s dětmi častěji setkávají, na nový typ koronaviru zareagovat rychleji. **Z tohoto pohledu neustálým dezinfikováním sice chráníme ohrožené lidi s oslabenou imunitou, ale v podstatě oslabujeme přirozenou část imunity zdravé populace.**

Jak to dělám já?

Znamením jsem Panna a miluju pořádek. Mám ráda hezké prostředí, čisto, jednoduchý, přírodní, čistý design. Mám velký dům, hodně dětí, velkou zahradu... Ve svém životě jsem musela najít rovnováhu, i co se týče úklidu, práce, volného času. Většinou jednou za čas důkladně uklidím, pak postupně jen odklízím provozní nepořádek, až se nahromadí určitá míra a vrhnu se opět na úklid. Dříve jsem úklidu věnovala hodně času, byla jsem schopná vše drhnout, aby nezůstala jediná skvrna, a používala jsem řadu prostředků, byť ekologických. Dávno už to nedělám. Protože žiju v přírodě, striktně používám jen ekologické prostředky a i ty v minimální míře – hlavně tekutý písek, nějaké octové čističe, vytírám většinou jen čistou vodou, protože stejně jde hlavně o to setřít prach. Na okna mám stěrku, zvenku je kvůli pylu myjeme docela často, abychom dobře viděli na krásnou přírodu. **Doma není důvod používat dezinfekční přípravky.** Na nádobí používám myčku, do



Ideální je spolehnout se na svůj zdravý rozum v kombinaci s intuicí. Není cestou jen slepě následovat neustále se měnící nařízení.

ni kupuji ekologické přípravky, podobně i na praní. Samozřejmě občas použiji i ekologický jar na něco více masného, občas čistič na skla krbu. Většina úklidu probíhá mechanickým způsobem. Ano, dá to více práce, ale uklízím jednou za čas, tak to nevádí. Hitem poslední doby jsou nanočisticí prostředky, které zlepšují povrchy a méně se pak na nich

drží nečistoty. Zde jsem velmi opatrná, protože nanočástice pronikají do buněk a mění jejich činnost. Obecně nejsem odpůrcem nanotechnologií, kdy jsou výrobky zpracovány v továrnách a nanočástice jsou pevně přilepeny k nosiči. V případě volných nanočástic jsem ale na pozoru a vnímám je jako značné riziko.

A co s dezinfekcí rukou třeba v obchodech a podobně? Přiznám se, nechci si ničit kůži a svůj mikrobiom. Proto si raději při vstupu do veřejných prostor natáhnou rukavice, aby se ostatní necítili ohroženi. Víím, že to není úplně ideální, používám jednorázové, zatím jsem si nepořídila tenké prateľné. Jestli ale opatření budou dlouhodobějšího charakteru, tak to zřejmě udělám. A svoje nákupní zvyky, ty jsem nezměnila. Většinou nakupuji ve dny, kdy nepracuji doma, ale jezdím do našich kanceláří. Obvykle jedu z práce hladová, a tak po nákupu nevydržím a rovnou sním nějaký kus zakoupené nemyté zeleniny, třeba mrkev nebo papriku. Dělal jsem to tak vždy a nic na tom nezmění ani současný stav.

Mgr. Marie Vilánková



Loket



Tajné tipy na letní výlety

Letošní výběr dovolené je poněkud omezený, proto mnoho tuzemců chce raději strávit dovolenou v Čechách. Zkušený průvodce po naší krajině Jan Kroča pro vás připravil přehled tajných tipů na krásná místa, kde nepotkáte davy turistů a současně snadno načerpáte pozitivní energii.

Přehled členíme po jednotlivých českých krajích, záměrně vynecháváme přelidněnou Prahu a okolí, k Moravě a Slezsku se dostaneme někdy příště.

Karlovarský kraj Cheb

Jedno z nejvíce nedocenených historických měst Evropy nabízí románský hrad, který postavili němečtí císaři nad řekou Ohří. Jeho součástí je i dvoupatrová románsko-gotická kaple s unikátní sochařskou výzdobou, kte-

rou u nás jinde nenajdete. Na chebském hradě si určitě všimnete i Černé věže, která ovšem vyzařuje negativní energii na odpuzení případných útočníků.

Chebské náměstí nabízí soubor renesančních kupeckých domů, zvaný Špalíček. V roce 1634 zde byl zavražděn vojevůdce Albrecht z Valdštejna, domy si ale uchovaly fascinující vzhled. A hned o kousek dál se vypíná monumentální chrám svatého Mikuláše a řada klášterů i historických budov z doby, kdy se o Cheb přetahovali Češi s Němci.

Okolí města Cheb nabízí řadu pohádkových a dosti zapomenutých hradů, třeba zříceninu Starý Rybník, která vypadá jak z kreseb Josefa Lady. Nedaleký románský hrad Skalná slouží k natáčení historických filmů a hrad Ostroh zase vábí romantiky.

Loket

Pokud jste se už nabažili Českého Krumlova, městečko Loket vám jej může nahradit. Stojí na skále ze tří stran obtékané Ohří a zdejší královský hrad patří k největším u nás. Samotná pevnost sice není energeticky nic moc, ale toulání v okolních loketských lesích s četnými vyhlídkami vás mile překvapí. Jedna z tras vás zavede i k vysokým skalním blokům – Svatošským skalám, které představují zkamenělou svatbu. Podle německé legendy zde kdysi zkameněl Hans Heilling – ochranný duch celého Poohří.

Karlovarské lesy

V centru našich největších lázní určitě sami nebudete, bez hostů z ciziny jsou teď ale překvapivě prázdné. Vyplatí se zde na chvíli zastavit u gejzíru Vřídlo, které vystřikuje proud minerální vody až do výšky jedenácti metrů. Pobyt zde je léčivý sám o sobě a také odsud můžete vyrazit do okolních magických kopců. Třeba na skalnatou Petrovu výšinu vysoko nad městem, kam se odpradávná chodí za meditací a rozšiřováním vědomí za pomoci přírodních sil.

Andělská Hora

Jen kousek nad Karlovými Vary při silnici na Prahu uvidíte kostel zasvěcený archandělu Michaelovi, nad kterým se vypíná zřícenina příznačně nazvaná Andělská Hora. Je celkem snadno přístupná a patří k nejvíce harmonizačním místům u nás. A nabízí vyhlídku na nejvyšší část Krušných hor i na nekonečné lesy Doupovských hor, dnes neprodyšně uzavřených jakožto vojenský prostor. Uvidíte odsud i bájnou keltskou horu Krudum ve Slavkovském lese, pod níž se dochovaly vizuálně atraktivní pozůstatky středověkého kostela.

Plzeňský kraj Starý Plzenec

Výstavnou, ale velmi rušnou Plzeň spojuje energetická linie přes nádhernou a dobře

přístupnou Ostrou skálu s hradištěm Starý Plzenec. Na místě pravěkých svatyní tady vystavěli křesťané nebyvalý počet šesti kostelů blízko sebe. Dochovala se jen kamenná rotunda s výhledem na protější hrad Radyně. Procházka po úzkém hradním hřbetu nabízí silný zážitek, kráčeli tudy šamani mnoha různých kultur, které tu žily před námi.

Skály pod Radyní

Královský hrad Radyně, jednu z dominant plzeňské kotliny, nechal na dobře viditelném místě postavit sám císař Karel IV. jako symbol své panovnické moci. My dnes můžeme u hradu zaparkovat, své kroky ale zamíříme do nedávno zpřístupněných skal v lese severně pod hradem. Naučná Skalní stezka nám představí zvláštní balvany, které kdysi zřejmě tvořily zasvěcovací labyrint. Okruh se dá pohodlně zvládnout za dvě hodiny, pokud ale chcete „dobít baterky“ na silových místech, dopřejte si času raději dvojnásobek.

Jihočeský kraj Svatý Kámen

Milovníci klidu často směřují do Novohradských hor u hranice s Rakouskem. Jižně od obce Rychnov nad Malší najdeme malebný barokní areál s poutním kostelem a léčivým pramenem. Hlavní překvapení ale čeká uvnitř kostela. Byl postavený kolem obřího žulového balvanu, který je puklý a mezi jeho polovinami mohou po jednom procházet návštěvníci. Místo působí příznivě na civilizační choroby, což potvrzuje mnoho děkovných obrázků po celém kostele.

Hradiště nad Kaplicí

Asi tři kilometry východně od města Kaplice se tyčí nápadný vrch Hradiště s novou dřevěnou rozhlednou, odkud jsou občas vidět i rakouské Alpy. Dříve zarostlý a obtížně přístupný kopec, který skutečně sloužil jako obří pravěké hradiště, dnes představuje velmi atraktivní turistický cíl s nádherným geniem loci. Tedy pokud vám nevadí příkré stoupání.

Římovský poutní okruh

Pokud zrovna nenatrefíte na skupinu poutníků, půjdete nejspíš římovský poutní okruh sami. Můžete se těšit na 25 opravených kaplí, citlivě zasazených do jihočeské krajiny tak vhodně, jako to uměli jenom v baroku. Jezuité při jejich stavbě využili starší druidský zasvěcovací okruh, dlouhý čtyři kilometry. Jenom si dejte pozor, ať jdete správně po směru hodinových ručiček. Jít poutní okruh v protisměru není pro lidský organismus zrovna prospěšné, protože jednotlivá zastavení pak na sebe vzájemně nenavazují.

Ústecký kraj Děčínský Sněžník

Turisté tuto stolovou horu nad Děčínem vyhledávají už dlouho, stojí tu secesní kamenná rozhledna z roku 1865. Davy lidí sem ale obvykle nechodí, už proto, že od parkoviště je to ještě pořádný kus cesty. Celý vrchol hory se skalkami, jezírky a zakrslými stromy vypadá pohádkově, přidejte ještě výhled na hlavní saské město Drážďany i celé panorama Českého středohoří a stolových hor v Německu. Z Prahy sem po dálnici dojedete za hodinu – a ocitnete se v úplně jiném světě.

Jehla u České Kamenice

Česká Kamenice nabízí mnoho cenných církevních památek, její největší chloubou je ale skála hned nad severním okrajem města, zvaná Jehla. Podle legendy zde mají sídlo trpasličí, které odsud původní obyvatelé Sudet vyháněli pomocí svatých obrázků, zavěšených do vytesaných výklenků ve skalách, zvaných též Bratrské oltáře. Část obrazů se dnes vrátila na své místo, evidentně už nevadí ani trpaslíkům, kteří se vracejí. Můžete si udělat tříkilometrový okruh skalami a vrátit se zpět do města. A pak třeba vyrazit na národní přírodní památku Zlatý vrch s nejdelšími čedičovými varhanami u nás. Nebo to z Kamenice máte jen kousek na obnovenou rozhlednu Studenec, jejíž daleký kruhový výhled považují za jeden z nejkrásnějších u nás.

Liberecký kraj
Dračí vrch

Nad divokou obcí Kateřinky s vodopády Černé Nisy se vypíná skalnatý vrchol, zvaný Dračí vrch. Snadno se dá vystoupat i na jeho vrchol, odkud máte celý Liberec jako na dlani. Pokud ještě věříte pohádkám o zlých dracích, budete zdejší monumentální energií mile překvapeni. Pod Dračím vrchem směrem k vesnici Fojtka se navíc rozkládá přírodní rezervace se starými tisy, nádhernými stromy, které byly kdysi v české krajině běžné.

Liberecký kraj Dračí vrch

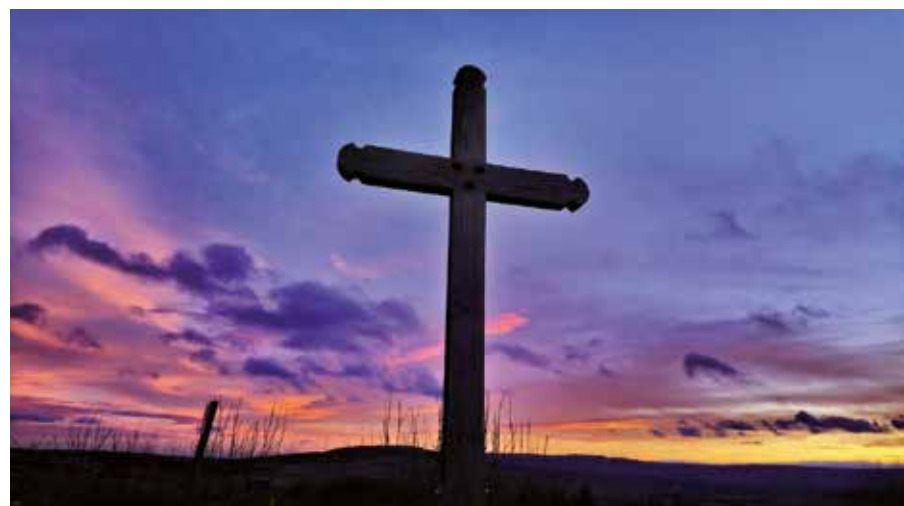
Vířivé kameny

Na libereckou tisícovku Ještěd vede silnice i lanovka. Většina návštěvníků je tak oslněna vyhlídkou z vrcholu nebo geniálním tvarem kultovního ještědského vysílače, že si ani nevšimne bílých kamenných bloků na svazích hory. Vířivé kameny přitom představují významný energetický bod celé liberecké kotliny, jsou prý spojeny i s archandělskou energií. Namísto přeplněné vrcholové plošiny na Ještědu můžete meditovat právě tady. Nebo se odtud vydat na krásnou hřebenovku do Kryštofova údolí, malebné horské obce na Ještědském hřbetu s nádherným dřevěným kostelním areálem. Zpět do Liberce vás odtud může přivést i vlak.

Vířivé kameny

Hradecký kraj
Soutok Zdobnice a Říčky

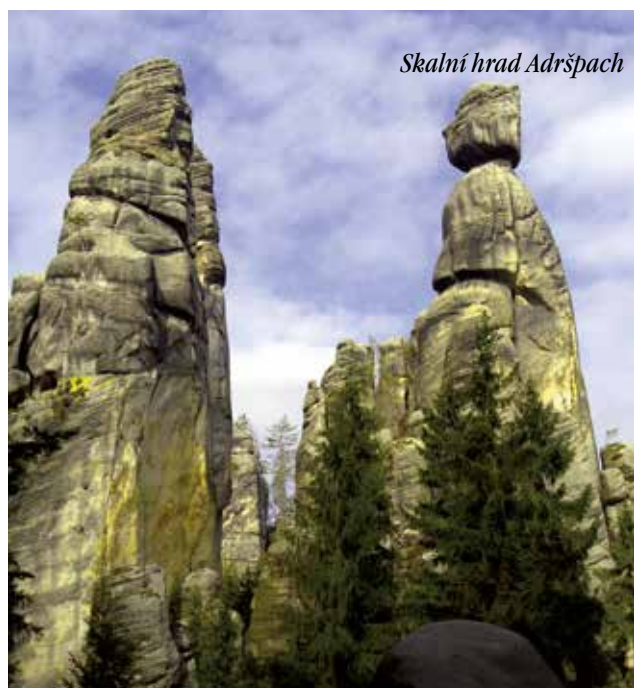
Možná nejkrásnější říční soutok u nás najdete jen kousek na sever od vsi Pěčín v Orlických horách. Dvě stejně velké horské bystřiny, Zdobnice a Říčka, se slévají mezi skalami a přímo lákají ke koupání, skotačení s bystřinami vody a v neposlední řadě i k meditací. Soutok měla zatopit přehrada, v poslední době ale z plánovaného seznamu nádrží našťastí vypadla. Kousek pod soutokem najdete Plachtivou skálu s pozoruhodně silným



vyzařováním. O kilometr níže se rozkládají valy středověkého hrádka Pěnčín, který zatím turisté opomíjejí.

Skalní hrad Adršpach

Zatímco slavné Adršpašské skály zcela zaplňují návštěvníci ze sousedního Polska a o víkendech se tu stojí dlouhé fronty na všechno, jen pouhé dva kilometry vzdálená zřícenina hradu Adršpach zůstává stranou zájmu. Neprávem, jedná se o rozsáhlé královské sídlo, šikovně využívající rozeklané skály s dalekými výhledy. Navíc je hrad volně přístupný bez vstupenek a tlačení. Do vedlejších Adršpašských skal se raději vydejte až večer, po odchodu posledních turistů kolem 18. hodiny. Teprve pak si naplno vychutnáte skalní zákoutí se dvěma vodopády, možná i s energií draků a dalších mýtických bytostí. Slovinský geomant Marko Pogacnik říká, že Adršpašské skály jsou centrem dračí energie celé Evropy.




Pardubický kraj Vraclav

Vesnice hned se třemi kostely, hradištěm a posvátným pramenem? Ano, to je Vraclav, kdysi významné místo na dálkové trase, které o slávu připravilo až založení nedalekého královského města Vysoké Mýto s velkým tržním náměstím.

Do Vraclavi se dnes jezdí hlavně za vydatným pramenem, který vyvěrá přímo pod poutním kostelem sv. Mikuláše. Zdejší lázně už zanikly, harmonizační působení trvá. Jenom si rozmyslete, zda chcete vystoupat na hradiště nad kostelem. Vícekrát se tady bojovalo. To už si raději zajedte na nedaleký Růžový palouček, ohrazený park uprostřed polí, kde se udržela stará odrůda růží, typická pro keltská posvátná místa. Je překvapivé, že květiny tu zůstaly až do dnešních dnů, svědčí to o velkém smyslu předků pro zachování důležitých míst naší krásné krajiny.

*Mgr. Jan Kroča,
průvodce poutníků i turistů,
www.jankroca.cz*



 HVĚZDY ZDRAVÍ,
HVĚZDOPRAVEC RADÍ

Prázdninový horoskop

Jsou před námi dva letní měsíce, prázdniny, a tak je dobré nahlédnout, co nás během nich bude čekat podle hvězdné prognózy naší milé astroložky Ality

ČERVENEC

Červenec začíná poměrně významnou událostí: 2. července Saturn „zacouvá“ zpět do znamení Kozoroha, kde setrvává až do 16. prosince, aby nám pomohl dotáhnout, dořešit a ukončit dlouhodobé, někdy i třicet let se táhnoucí záležitosti, problémy, rozdělané projekty atd. Tato konstelace nám rovněž napomůže vyjasnit si své priority a díky tomu využívat efektivněji svůj potenciál, vymezený čas, zacházet moudře s dary, které nám byly dány. Pro celé lidstvo pak půjde o dobu zkoušek a přijetí zodpovědnosti za svůj další osud. K tomu však může výrazně přispět každý jedinec. Zeptejme se tedy rovnou sami za sebe na to, co je pro nás opravdu podstatné, jaký je vlastně náš cíl, abychom se tímto směrem mohli vydat a nemuseli být přísným Saturnem všemožně usměrňováni. Stav „pevných“ částí těla ovládaných Saturnem, tj. kostí, kůže, zubů, nehtů, vlasů, nám rovněž může napomoci „diagnostikovat“, nakolik žijeme v souladu s vlastními cíli a zájmy, nakolik jdeme svou vlastní cestou.

Mars ve znamení Berana (28. června 2020 – 7. ledna 2021) nám pomůže řádně se nastartovat či restartovat, rozhořet se nadšením a radostí ze života. Jeho výjimečně dlouhý pobyt v místě jeho vlády naznačuje zvláštní důležitost rozhodnosti a odhodlání stát si za tím, co chceme. Přichází doba neúnavného boje a probouzení se ze sna na všech možných úrovních.

Spojení bojovníka Marsu se zraněným léčitелеm Chironem nastává ve dnech kolem 14. července a bude to poměrně citlivé období, přinášející možnost zastavit svůj pracovní či jiný hektický běh a zeptat se, co vlastně chceme opravdu dělat, jak žít a kvůli čemu jsme sem přišli. V tom napomůže třeba meditace na spojení s vnitřním dítětem, které nám na tyto otázky odpoví nejlépe. Ve stavu spojení s životodárným Zdrojem uzdravme své sebe-vědomí, posilme sebe-důvěru a sebe-přijetí, každý sám za sebe a stejně tak i za ostatní lidské bytosti!

Akční Mars v Beranu se v podstatě během celého měsíce bude držet ve volném pozitivním aspektu sextil s neposednou studentkou lásky Venuší v Blížencích, což může řádně osvěžit náš milostný život a podpořit rovněž tvůrčí a umělecké vyjádření našich schopností, darů a talentů.



Směřování do budoucnosti, soustředění se na cestu a správný směr náleží též znamení Raka, kde se Slunce nalézá od 20. června. Pomáhá nám jasně zřít a umět si i představit děje budoucí. Vládkyně Raka Luna aktivizuje oblast třetího oka a pomáhá nám tak intuitivně vycítit a jasně zřít příčiny a vizualizovat zdárné řešení našich aktuálních životních situací. K tomu bude obzvláště blahodárný úplněk 5. července s moudrou Lunou v Kozorohu a poté i novoluní 20. července, kdy se Slunce i Luna ve znamení Raka spojí a my se budeme moci skutečně hluboce uvolnit a ponořit do svého nitra, abychom mohli rozpustit veškerý stres a podobné neblahé pocity ze situací, jež se odehrály během celého uplynulého roku.

Ve středu 22. července vstoupí Slunce do ohnivého a poklidného Lva. Ať už je doba jakkoliv hektická, období Raka a Lva jsou každým rokem určena k odpočinku a čerpání psychické i životní síly na celý následující rok!

Na konci měsíce ve dnech kolem 30. července si budeme moci náležitě užít vodní trigon, tj. harmonické propojení Merkura v Raku s Neptunem v Rybách. Zvidavý Merkur pomůže ve znamení Raka nalézt odpovědi na otázky s pomocí intuice a vhledu, Neptun přidá též boží, andělské vedení, a pokud se tedy dokážeme i uvolnit a spočinout třeba u vody či v ní, můžeme rozpustit mnohé pochyby a nejistoty, jasně zřít kudy dále, kudy vede naše další cesta. Tento aspekt možná přinese informace, které jsme doposud nebyli schopni přijmout, pomůže nám vidět, co bylo před námi dosud skryto...



SRPEN
Hned na začátku měsíce si můžeme užít úplněk s Lunou ve Vodnáři, přesně 3. srpna v 18.00. Období úplňku bude trvat od podvečera 2. srpna do brzkého rána 5. srpna a je ideální pro různé oslavy, spolutvoření, prožitkové semináře a jiné radovánky...

Spojení Venuše se vzestupným uzlem v Blížencích nám ve dnech kolem 5. srpna napomůže myslet láskyplně, osvobodit se od všemožných

přesvědčení, bránících nám otevřít se s důvěrou harmoničtějším vztahům všeho druhu.

Slunce ve Lvu nás již od 22. července zve k aktivnějšímu odpočinku, který by však měl vždy vycházet z našich bytostných potřeb. Učíme se naslouchat svému tělu a věnovat se tomu, co je pro nás skutečně zdravé, co nás energeticky nabíjí – jinými slovy co nás skutečně baví a těší. Zeptat se na to můžeme například ve dnech kolem 17. srpna, kdy se Slunce dostane do konjunkce s Merkurum.

Klíčovými však budou zřejmě mnohočetné napjaté aspekty (kvadratury) Marsu v Beranu s třemi planetami ve znamení Kozoroha, jejichž vliv bude trvat v podstatě celý měsíc! Pod vlivem Marsu se budeme chtít nadšeně a odhodlaně vrhnout do nových projektů, aktivně vyjadřovat své potřeby, názory atd. a zároveň budeme navraceni či přímo strhávání zpět k tomu, co je potřeba dodělat, v horším případě omezení „starými strukturami“ a vyššími autoritami, personifikovanými mocnými hráči Saturnem, Jupiterem a Plutem. Kvadratura mezi Marsem a Jupiterem nastane v úplňkových dnech kolem 4. srpna, mezi Marsem a Plutem 13. srpna a nakonec celý proces završí kvadratura mezi Marsem a Saturnem ve dnech kolem 24. srpna.

Jak zvládnout toto období? Z jedné strany posilujme své sebevědomí a sebedůvěru cestou spojení s vyšším Já nebo s božským Zdrojem a učme se konat v souladu s ním, tedy méně zbrkle a naivně. Ze strany druhé si pak musíme uvědomit, že zásadní změny a posuny je třeba rozložit na delší časové období, projevit tak moudrou trpělivost a respektovat kosmický řád.

Citlivým momentem bude rovněž spojení Marsu s Černou Lunou ve dnech kolem 10. srpna ve 22. stupni znamení Berana. Tato situace se v nejbližším půlroce zopakuje ještě dvakrát a přinese nám příležitost řádně si zpracovat své strachy ze života a obavy o budoucnost, rovněž se budeme moci vrátit do dětství, do věku kolem pěti let, a osvobodit se od neblahých „výchovných“ vlivů či traumatických situací. Budme opatrnější při sportovních a podobných aktivitách, vyvarujme se zbrklosti, nenechme se nikým a ničím vyprovokovat a dobře si procítme, co vlastně chceme dělat, k čemu to vůbec slouží atd.

Ve středu 19. srpna máme novoluní ve Lvu: den hlubokého odpočinku a čerpání energie, prozáření celého těla, posílení hranic a tím též naší celkové imunity. Najděme si čas pro sebe, budme sami se sebou (i sami sebou).

Zemský trigon Merkuru v Panně a Uranu v Býku ve dnech kolem 25. srpna vnese jasnost a pochopení například v oblasti zdraví, pomůže do hloubky pochopit příčiny našich zdravotních či finančních potíží a najít cestu k jejich řešení. Je to skvělý moment k započetí nových zdravějších stravovacích a jiných návyků.

Značné uklidnění a meditativní spočinutí, možnost pustit se a odpuštit, procítit a z duchovní perspektivy uchopit doposud prožitě vztahové i jiné situace může přinést pozitivní vodní trigon mezi Venuší v Raku a Neptunem v Rybách ve dnech kolem 27. srpna. Celkově podpůrné budou též pozitivní aspekty Marsu s linií evoluce, rovněž ve dnech kolem 27. srpna. Může to být příjemné a harmonizující zakončení jinak poměrně náročného měsíce.

Vaše Alita Zaurak



www.alitazaurak.cz

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



Léto plné změn.

Letní měsíce jsou plné dobrodružství, volnosti, radosti a změn. To, co během roku odkládáme na odpoledne a víkendy, se najednou stává naší každodenní součástí. Častěji cestujeme, měníme skupiny, se kterými se stýkáme, zážitek se kupí na zážitek. Do toho se mění nejen prostředí, ale i naše strava. Se změnou režimu se však zvyšuje i riziko vzniku trávicích problémů. Jakým způsobem rizika minimalizovat?

Jak si je užít ve zdraví?

Dovolená je prospěšná, ale...

Vystoupení z denních stereotypů je pro nás i dětský organismus velmi prospěšné, ale v mnohém paradoxně i ohrožující. Vždyť zařít vše podle našich představ, balení, přesun na nové místo a celková organizace dokáže být pořádně stresující. A tento stres se přenáší i na děti. Abychom to my dospělí „zvládli“, potřebujeme mít věci „pod kontrolou“. Klademe na sebe vysoké nároky a vytváříme různé pojistky, jak dovolenou udělat dokonalejší. Výsledkem je, že jsme nervóznější a podrážděnější. Reagujeme i na drobnosti, které bychom jindy nevnímali nebo je přešli jen zvednutým obočím. Děti jsou také ve střehu, neboť se snaží naši náladu správně odhadnout. Toto pnutí střevům a celkově trávení úplně neprospívá. Zkuste si tedy plánování rozvrhnout a nenechávat vše na poslední chvíli.

Změna režimu na mnoha úrovních

Čas prázdnin přináší zejména dětem vytržení z každodenních povinností. Najednou není třeba vstávat do školy, navštěvovat kroužky, stihnout úkoly a učit se na písemky. Zároveň však nastává doba lehkého chaosu. Dvoutměsíční prázdniny u babičky se už tolik nenosí, proto bývá dítě často vysláno na řadu táborů, ať už příměstských nebo zájmových. Každý týden či

dva se tak dítěti režim mění. Tyto skoky mohou být pro dítě stresorem, jež následně způsobí zpomalení činnosti střev, nedostatečné vstřebávání živin z potravy či nechutenství nebo naopak tendenci se přejídat.

Dětská radost

Snad každá maminka zná dětské nadšení. Na jednu stranu je to krásné pozorovat, na druhou stranu se jí ježí chlupy na ruku. S přílivem radosti se totiž dětem trochu vypíná pud sebezáchovy. Snaží se vše stihnout v jeden moment, minutu po příjezdu. Právě v tento okamžik vzniká nejvíce úrazů: odřenin, boulí a nebo i něco vážnějšího. Také nahromaděný stres z předchozích dní se v tuto chvíli častokrát uvolní, což paradoxně může vyvolat střevní potíže nebo i zvýšenou teplotu. Stejně tak i bláznivé lítání, šílení a nadšení. Zkuste tedy děti připravovat na změnu včas.

Páté přes deváté

Ačkoli je lákavé dát si párek v rohlíku u stánku, langoš nebo smažák, uvědomte si, že tato jíd-

la do vašeho jídelníčku zpravidla nezařazujete tak často. Jednorázové zhřešení střevní mikrobiom ještě nějak zvládne, ale dlouhodobý přísun „zvláštních“ potravin organismus oslabuje. To může vést k různým zažívacím obtížím (od nadýmání přes zácpu po nepříjemný průjem). A pozor, nemusí se nutně jednat o jídlo nezdravé. Stačí vyrazit za hranice anebo do jiné části Čech, Moravy či Slezska, kde se na stůl servíruje něco úplně jiného, než na co je naše střevní mikroflóra zvyklá, a tak jednoduše neví, co s tím.

Zvládněte změnu stravy s grácií

Vhodné je tedy dítě (respektive jeho střeva) na změnu stravy připravit. Nápomocná může být i detoxikace střev. Skvělým pomocníkem může být například speciální sirupový komplex **Bambiharmoni 5**, který je vhodný k odvodu metabolitů a dalších toxinů, které do těla přicházejí s potravou nebo vznikají tráve-

Náš tip:

Přírodní přípravky pro děti Bambi. Bambi Estomag pomáhá odstraňovat žaludeční obtíže, nevolnosti, potíže s trávením a bolesti břicha jak na fyzické, tak i psychické rovině. **Bambi Symbiflor** je komplex určený na obnovu střevního mikrobiomu, který je důležitý pro zdravou imunitu.



ním. Součástí tohoto přípravku je také detoxikace vegetativního a periferního nervového systému, který stojí za nevolnostmi, neurčitými bolestmi břicha či zhoršenými motorickými schopnostmi, astmatem i ekzémy.

Čistota půl zdraví, ale kdo by chtěl být zdravý jen napůl?

Dodržování určitého hygienického standardu je samozřejmostí. Příliš čistoty však může být spíš na škodu. A to i v období rozmnožení určitého viru. Správně fungující imunitní systém je základem našeho zdraví. Aby však fungoval optimálně, musíme pro to i my aktivně něco dělat. Je třeba vzít v potaz, že imunitní systém dítěte dozrává až do věku pěti let a svým způsobem se učí stále. Nejedná se tedy o jednorázovou akci, ale postupné budování zdravé obranyschopnosti. Plně postačí základní hygienické návyky, počínaje mytím rukou (po použití WC, po příchodu z venku, po kontaktu s odpadky nebo po mazlení se zvířaty). Úzkostlivá dezinfekce okolního světa dítěte či hysterie, když sáhne na bahno, jsou spíše ohrožující. Trocha té špíny k dětem zkrátka patří, zejména když pracují s hlinou na zahradě,

pohybují se v lese, hrají si s kameny v potoce nebo honí slepice po výběhu.

Slunce s důvěrou i rozumem

Dalším rizikovým faktorem střevních obtíží může být přemíra slunce. Sluneční paprsky jsou pro náš organismus prospěšné, neboť jejich prostřednictvím se v pokožce tvoří tolik

Prázdniny jsou často o tláskání pátého přes deváté. Ne vždy to zažívání dětí zvládne s grácií.

důležitý vitamin D (potřebný pro zdraví našich kostí, svalů, šlach i řadu dalšího). Jenže všeho moc škodí. Zejména dětská pokožka je velmi citlivá. Navíc může snadno dojít k dehydrataci, úžehu či úpalu. S tím se pak pojí nepříjemné průjemy, bolest hlavy, světloplachost a únava. Základem úspěchu je tedy dostatečný pitný režim, pokrývka hlavy a u světlejších dětí také vhodný opalovací krém, ideálně na přírodní bázi, aby nedráždil pokožku.

Studánky i koupaliště

Zdrojem pitné vody jsou také studánky, které jsou v mnoha místech považovány i za „léčivé“. Dokáží poutníka osvěžit. Nicméně je dobré předem zkontrolovat složení vody (i když často bývá tato informace uvedena také přímo u studánky) i stav studánky. Vždy by se mělo pít přímo z pramene, nikoli ze stojaté vody. Velkým tématem jsou také koupaliště nebo

rybníky, kde máme tendenci doplňovat vodu z kohoutků na toaletách (pokud tam jsou přítomny). Takový zdroj však často parametry pitné vody nespĺňuje a je označen jako užitková voda. Řešením v tomto případě může být obstarání speciálního čistícího filtru na vodu, který se jednoduše namontuje na lahev, nebo dostatečné množství balené vody.

Péče začíná u střeva

Stejně jako u dospělého, i dětský organismus ovlivňuje střevní mikrobiom. Správné složení mikroorganismů podporuje činnost imunitního systému, zdravý růst i vývoj. Pokud se do těla dostane něco nepatřičného, je třeba to

Které potraviny patří v létě mezi rizikové?

- 1. Svačina na cesty.** Pozor na to, co dáváte dětem i sobě ke svačině. Ve vysokých letních teplotách se takový rohlík se šunkou už po relativně krátké době stává potenciální rozbouškou zaživacích potíží. Volte vždy takové potraviny, u kterých nehrozí rychlá zkáza a rozmnožení bakterií. Hodí se například knäckebrot, domácí flapjacks nebo tvrdý sýr, ovoce a zelenina, a samozřejmě dostatek vody.
- 2. Vajíčka.** Strašák jménem salmonelóza, jejímž zdrojem často bývají právě vejce, je bohužel řadu let symbolem léta. Protože se bakterie ničí až při 100 °C, je třeba v teplých a horkých dnech upřednostnit spíše vejce natvrdo než na hniličku.
- 3. Majonéza.** Zatímco v zimních měsících je bramborový salát na chlebičku pouze kalorickou zátěží, v létě se v něm mohou ukrývat zaživací potíže. Pozor byste si měli dát i na rychlou bagetu u čerpací stanice. Sice ji odebíráte z lednice, ale nevíte, kde a jakým způsobem byla skladována předtím. Bakterie se množí rychle. Pokud plánujete rodinnou oslavu, zkuste vyměnit majonézu v salátu za bílý jogurt.
- 4. Zmrzlina.** Zmrzlina je sice symbolem léta, ale pokud si ji chceme skutečně užít a ne proklínat, měli bychom si prohlédnout také prostředí, v němž je skladována, a to, jak se s ní zachází. Doporučuje se volit spíše balené nanuky, ale i zde bychom měli zkontrolovat, zda obal není pomačkaný a zmrzlina změkklá nebo naopak pokrytá ledem.
- 5. Maso na grilu.** Velkým tématem letních dní je grilování. Dětem se často připravuje maso drůbeží, které je na tepelnou úpravu skutečně citlivé. Ujistěte se, že je skutečně „well done“. Tipem je maso po grilování zabalit na pár minut do alobalu, kde dojde. Maso také připravujte jinde než například zeleninu, jinak můžete ostatní potraviny nechtěně kontaminovat.



včas dostat zase ven. Odstraňování žaludečních potíží, nevolností, problémů s trávením a bolestmi břicha, a to jak organického, tak i psychosomatického původu, se věnuje **Bambi Estomag**. Ten může přispět i ke zvládnutí stresových situací, například u změny kolektivu. Komplex **Bambi Symbifor** je pak určen pro obnovu střevního mikrobiomu. Je vhodný nejen u akutních, ale i chronických obtíží, přičemž je možné využít jej i u všech alergií, při časté nemocnosti či u záležitosti močových cest.

Markéta Palatin





Popis jednotlivých rezonujících míst a ideální typické obrazy v nich

Čtyři roky praxe s rezonanční diagnostikou Verself mi poskytly dostatečný vhled do vnitřního světa člověka postmoderní doby v konfrontaci s prastarými, několik tisíc let starými naukami světových kultur. Neznalému pozorovateli se může zdát, že vjemy a vizualizace na konkrétních místech těla diagnostikovaného člověka jsou nahodilé či pouze fantazijní. Trpělivá a dlouhodobá práce se stovkami klientů mě však přesvědčila o tom, že jednotlivá místa a vjemy v nich mají své zákonitosti a u typologicky podobných klientů se téměř neliší.

Za dvacet let působení na poli alternativní medicíny (na začátku jsme vycházeli z medicíny klasické) jsem dospěl k názoru, že všechny nemoci jsou způsobeny blokovanou a neprůchozí energií čchi (prány), nebo jejím nedostatkem či přebytkem v určité části těla. Navíc jsem se přesvědčil, že očista a výstavba vibračního a energetického těla je tím nejlepším počinem, který může člověk na tomto světě a v životě, který právě žijeme, uskutečnit. Pokud tedy zbývá ještě dostatek času na jeho proměnu a vyčištění.

Práce s vibračním energetickým tělem může být pro mnohé těžká, a to hned z několika důvodů:

- Vyžaduje alespoň částečně aktivní přístup člověka.
- Předpokládá přijmout jako základ pro pochopení energetického těla jiný systém pojmů a jejich definice, než na jakém je založeno naše západní racionální myšlení a přístupy klasické medicíny a stanovení příčin nemocí.
- Vyžaduje trpělivost klienta a ztotožnění se s cíli, které nemusí vždy korespondovat s obecně uznávanými hodnotami současných škol, zaměřených na sebezdokonalení (viz předchozí kapitola o základních blocích – uzlech).
- Pokroky nelze většinou očekávat hned, ale až po měsících a letech vytrvalé systematické práce.
- Vyžaduje *uzemnění* člověka v tom smyslu, aby stále žil normálním životem s běžnými povinnostmi, radostmi i starostmi, přestože se staré postoje postupně většinou začí-

nají měnit na postoje nové. *Ulitnutí* pouze do duchovního a spirituálního prostoru není podle mého názoru příliš zdravé a takový postoj s sebou přináší celou řadu osobních nebezpečí.

- Vyžaduje odevzdání nepřetržité kontroly a řízení svého vlastního osobního a spirituálního pokroku. U celé řady kroků, dechových technik a jiných fyzických či meditačních cvičení nemusí být hned na počátku jasný záměr. Přesto jejich cvičení přinese po nějakém čase zcela konkrétní, mnohdy velmi překvapivý výsledek.

Rezonující místa a jejich obsahy

Jak jsem již v předchozích kapitolách uvedl, pro označení jednotlivých míst na páteři jsem použil vžitou praxi číslování čakr podle indické tradice. S tím rozdílem, že jsem některé čakry „rozvojl“ na A a B, protože se jedná o dvě fyziologicky odlišná místa na těle s odlišnými vjemy.

Rezonanční bod 1A

Světelná hnědá koule umístěná na pěst dolů pod hrází, vnímaná mezi stehny. *Mužská první čakra*. Správné vjemy symbolicky ztělesňují prvek Země. Vibrace vnímané ze zdroje zvuku mají z tohoto místa sestupovat až dolů do nohou a ještě hlouběji, do Země. Pak je možné říci, že je člověk spojený se Zemí. Typové obrazy – výběr z terapií.

- černé polobotky
- rotující zeměkoule
- slon
- zvířecí varlata

- zorané pole a úrodná hlína
- hrnčířský kruh s hlínou
- tři kořeny
- brontosaurus
- hnědý kokosový ořech

Rezonanční bod 1B

Světelná koule červené barvy napůl zanořená zespodu do oblasti hráze, napůl vyčnívající směrem dolů. *Ženská první čakra*. Zrcadlí se zde *menší prvek Země*. Obrazy jsou zde velmi podobné místu 1A, u čistějšího energetického těla s tendencí stoupání energie směrem vzhůru a se vzrušením vycházejí z oblasti hráze. Typové obrazy – výběr z terapií:

- rotující zeměkoule
- cihla
- rotující kolo
- dva hadi zakousnutí v ocase jeden druhému
- kříž jako podstavec pro vánoční strom
- louka

Rezonanční bod 2

Oranžová světelná koule v podbřišku před křížovou kostí, umístěná na pěst dolů pod pupkem. *Sexuální čakra*. V křížové kosti je uložený reflex orgasmu. Zároveň místo, kde každý člověk vznikl v těle své matky v plodové vodě. Typové obrazy – výběr z terapií:

- moře se sluncem s poletujícími rybami
- zaoceánský parník s vjemem jeho sirény
- delfíni
- malé dítě
- studna
- fontána
- ležatá osmička středem vycházející z tohoto bodu, kroužící okolo trupu kolmo na páteř

Rezonanční bod 3A

Žlutozlatá světelná koule v pupku uvnitř těla před páteří, zhruba v místech, kde máme vni-



mat spodní dantien – těžiště těla, místo vlastního Já – Verself. *Místo ohně*. Typové obrazy – výběr z terapií:

- oheň uzavřený uvnitř – např. v kotli
- slunce
- moře energie chi
- zlatý poklad Inků
- sopka s energií uvnitř
- zlatá růže
- puls v pupku
- obraz zabitého beránka

Rezonanční bod 3B

Žlutozelená plazmatická koule v oblasti solárního plexu uvnitř těla před páteří. Místo nervosvalového ovládnutí pohybů bránice čili *svobodného dechu*. Při vnímání a popi-



Základní a první cesta energie je od Země k Nebi. Na této cestě je úkolem překonat v sobě zmiňované bloky a uzly doslova rozvázat.

su tohoto bodu dochází podle mě k celé řadě chybných interpretací. Někteří autoři 3. čakru umísťují do oblasti pupku, jiní na solární plexus. Rovněž slovo „solární“ evokuje u mnohých lidí element ohně, **na toto místo těla však oheň v žádném případě nepatří**. Anatomické označení solární plexus vzniklo zřejmě podobností zde umístěných vegetativních pletení s paprsky vycházejícího slunce. Slovo solární je tedy ryze anatomického původu. Oheň je pouze jedním z několika základních prvků. Slunce – plazma vzniká až syntézou všech prvků dohromady.

S pletenými solárního plexu je kromě jiného spojena bránice a její nervové řízení. Z tohoto místa se ovlivňuje svoboda dýchání a vůbec schopnost nadechnout se v každé emocionální situaci. S oblastí solárního plexu se tedy pojí spíše symboly směřující k elementu vzduchu. Typové obrazy – výběr z terapií:

- dětský čtyřcípý větrník
- zelenožlutá plazmatická energetická koule
- silné rotující tornádo
- větrná elektrárna
- had, který má snahu fyzicky protáhnout páteř z tohoto bodu směrem nahoru i dolů

Rezonanční bod 4A

Má světle zelenou listovou barvu a je umístěný mezi prsy za prsími kostí před páteří. Označuje se jako *srdeční centrum*, ale vnímání tohoto bodu má daleko více souvislostí než pouze se srdcem. V tomto místě nebo u něho spíše o trochu níže se má propojit muž-

ská (nebeská) a ženská (zemská) energie, a ta je již schopna všechno dobré zrealizovat sama. K této zkušenosti, která se v určitém okamžiku stane fyzicky vnímaným zážitkem, je ovšem potřeba se propracovat léty praxe. Typové obrazy – výběr z terapií:

- mandala jin jang rotující
- potosový zelený list ve tvaru srdce
- zdobený rituální kalich
- královský zámek
- dva koně; jeden černý, druhý bílý s velkou energií
- čtyřlístek
- meč s drahokamy

Rezonanční bod 4B

Tento bod je umístěný pod spojením klíčních kostí s prsími kostí těsně před páteří. Je spojnicí mezi páteří krční a hrudní, bývá *místem projekce mnohých psychosomatických bloků*. Svaly v této oblasti i v oblasti šíje a krku by správně měly zůstat uvolněné. Pevným bodem, na kterém má spočívat tíha horní části těla, je umístěný do tzv. středního dantienu – viz další kapitoly. Tento bod se nachází většinou těsně pod místem 4A. Typové obrazy – výběr z terapií:

- tyrkysový náhrdelník
- pohyb dopředu a dozadu jako strom ve větru
- tělo jakoby se naplňující tyrkysovou barvou
- křídlové doverské útesy
- flexibilní hadice jakoby od vysavače směřující vzhůru

Rezonanční bod 5A

Je azurově modrým bodem umístěným na krku před páteří těsně pod ohryzdem. Nazývá se *krční čakrou*. Krk je energeticky velmi zranitelným místem, zhušťují se zde všechny meridiány směřující seshora dolů či zespoda nahoru do nejužšího prostoru na těle. Krk a potažmo krční páteř je tedy velmi energeticky a psychosomaticky citlivé místo na těle každého člověka. Se stavem krční páteře ovšem souvisí všechny energetické body, které vedou odspoda až nahoru. Typové obrazy – výběr z terapií:

- kužel modré energie vystupující dopředu i dozadu z krku
- modrá plazmatická jemně zahřívající koule
- modrý rotující vír
- pohyb dopředu a dozadu jako strom ve větru silnější než na bodu 4B



Rezonanční bod 5B

Rezonuje ho tmavomodrá barva – světlá koule umístěná v ústech směrem dozadu k hltanu a směrem k hornímu patru. Toto místo je v tradiční čínské medicíně *spojením koncepčního a řídicího meridiánu* a obíhá po přední a zadní straně těla člověka. Je to místo velmi citlivé na rezonance, jemně vibrující. Doporučuje se umístit jazyk za zuby tak, jako bychom chtěli vyslovit hlásku T, ale nevyslovíme ji, jen necháme jazyk na místě jako při vyslovení. Typové obrazy – výběr z terapií:

- pocit božsky sladké chutě v ústech – Amritu, Nektaru
- tmavomodrá jemná plazma
- dechová technika rychlého hlubokého nádechu a pak velmi dlouhého a pomalého výdechu za současného jemného pískání
- kulový blesk

Rezonanční bod 6A

Světle fialová menší kulička v mozku vstupující do hlavy v oblasti mezi očima u kořene nosu. *Centrum názorové stability*. Zde se často ukazují lidem motivy, které by měly být posazeny v těle níže. Dá se říci, že tyto lidé žijí ve své hlavě, místo aby byli v srdci či energeticky správně používali jiné části těla jako jeden nerozlučný celek. Typové obrazy – výběr z terapií:

- Symbol Ádžny – plný fialový kruh a do stran jdoucí dva velké bílé lístky. Barevné provedení tohoto symbolu je ovšem u každého člověka individuální
- hadí hlava vystupující v tomto místě z hlavy
- pevný energetický bod, který člověk umí udržet na jednom místě
- busta Buddha
- třetí oko
- malý zlatý trojúhelník setrvávající na místě

Rezonanční bod 6B

Je umístěný mezi mozkovými hemisférami hluboko v hlavě v ose páteře směrem nahoru. Má tmavěji fialovou barvu. Místo, kde je sensoricky a motoricky kódována oblast hráze, pohlavních orgánů a jemné pohyby na chodidlech. *Místo milostného spojení mužského a ženského principu*. Doslova komnata, do které má vystoupat ženská síla Shakti, aby se spojila s mužskou silou Shivou. Typové obrazy – výběr z terapií:

- perská královna
- začátek trychtýře kalichu květu směřujícího vzhůru
- Shiva a Shakti v milostném objetí sedící na slonovi
- explodující bod uvnitř
- bílá dutá trubka namířená vzhůru
- černá tyč směřující směrem nahoru
- zlatý trychtýř směřující vzhůru

Rezonanční bod 7A

Velká tmavofialová koule na nejvyšším bodě hlavy, půlka je uvnitř hlavy a půlka vystupuje směrem vzhůru. *Koruna člověka* v nejrozličnějších podobách se ukáže člověku po prvním zprůchodnění ústředního páteřního kanálu – šušumny. Typové obrazy – výběr z terapií:

- zlatá koruna vystupující z hlavy
- květ leknínu se stonkem prorostlým celým tělem
- pomalu se zapalující hořák plynového sporáku na hlavě
- fialová koruna (jako britské korunovační klenoty) ozdobená stříbrnými drahokamy
- bílý do nekonečna se otevírající květ lotosu



- zlatý trychtýř vystupující z hlavy a prostupující tělem
- zelená futuristická koruna tvořená energetickými paprsky

Rezonanční bod 7B

Je tvořený levitující bílou koulí mléčně bílého světla, asi 10 cm nad hlavou. Zde se mají z rezonance rozvinout a vyjít ochranné symboly člověka. V nich se zrcadí *přijetí mužské – nebeské síly*. Typové obrazy – výběr z terapií:

- stříbrná sprcha energie obklopující a chránící celé tělo
- anděl – bílá postava s křídly
- bílý jemný průsvitný plášť, do kterého se člověk oblékne
- pták, poletující nad člověkem – jako kolibřík „zaseknutý“ na jednom místě
- výlet do vesmíru s fyzickým vnímáním hvězd a božské hudby
- levitující svítlna zářící na hlavu

Pro účely této kapitoly byly vybrány zejména obrazy čisté, tedy ty, ke kterým se má člověk postupně propracovat. Jak? Systematickou prací s psychosomatickými centry a trpělivým očišťováním po vrstvách nanesených bloků. Ve velké většině případů se ale při terapiích setkáváme s obrazy nečistými, obrazy, které mají zřetelný psychosomatický obsah v podobě blokace. Často jsou rezonance na takových místech nepříjemné, stahující nebo člověku nedovolují dýchat, dokonce se mu může udělat i fyzicky špatně. Cílem Verself terapií je se těmito obrazy „jemně, ale důsledně prokusat“ až k čistým obrazům, které jsou rámcově popsány v předchozím textu. A nakonec nechat rozvíjet celé své tělo a užívat si jemné masáže celého organismu. Právě tyto vibrace jsou vitální oživující silou, která udržuje lidské tělo i lidskou duši ve stavu integrity a jednoty se Zemí i Nebem. 🌿

Ing. Vladimír Jelínek



Do „školy“ výnimočne aj počas prázdnin

Zatiaľ čo sa malí školáci modlili, aby do školy počas prázdnin nemuseli ísť, my sme niekoľko vzdelávacích aktivít do obdobia prázdnin presunuli. Urobili sme tak na základe neštandardnej situácie ktorú nám spôsobila koronavírusová pandémiou. Výnimočne sa nám tak niektoré termíny vzdelávacích seminárov z jarného obdobia presúvajú na leto. Ide o semináre stredného stupňa v Bratislave a semináre vyššieho stupňa, taktiež v Bratislave. „Prázdninové“ semináre sú v Bratislave 24. 7. 2020 S1 - Teória merania na prístroji Salvia, S2 - praktické metanie na prístroji Salvia so sadami a EAM-setom a 25. 7. 2020 S3 - Detoxikačná taktika na prístroji Salvia s EAM-setom, zostavovanie kúr s meraním, príklady detoxikácie pre rôzne problémy. V1 kurz pre pokročilých je 23. 7. 2020 v Bratislave. Ostatné vzdelávacie aktivity potom začínajú štandardne základným stupňom v septembri v Bratislave a v Košiciach. Detailný rozpis vzdelávacích aktivít nájdete na stranách tohto bulletinu, v tradičnej rubrike Kalendárium alebo na www.joalis.sk Vzdelávanie



Symbolikony poradí, na čo je ktorý prípravek určený

Jak jsme již zmiňovali, další novinkou našeho webu, ale i celkové komunikace Joalis, jsou tzv. symbolikony. Tyto malé hravé ikonky zdobí krabičky všech nejužívanějších přípravků se zesíleným obsahem bylinných macerátů a prozrazují, na co je který přípravek určený. Symbolikon je vždy v barvě produktu – podle jeho zařazení (červené dreny, fialové komplexy, zelené toxiny, atd.), graficky tedy obal neruší, ale příjemně



doplňuje. Symbolikony pomohou usnadnit zákazníkům orientaci v našem pestrém portfoliu výrobků. Vždy totiž nějakým způsobem charakterizují, na jaké obtíže je daný přípravek vhodný. Například emoční preparát **Streson** zdobí symbolikon klasického smajlíku (tedy pohody), **UrinoDren** konvička představující fungující urogenitální systém, **Anaerg** s odkvetlou pampeliškou i laikovi bez hlubší znalosti našich přípravků poradí, že s jeho pomocí může vyladit alergie.

Věříme, že symbolikony usnadní komunikaci i orientaci v přípravcích a časem se stanou milou nezbytností a pomocníkem jak pro terapeutu, tak i pro samotné zákazníky.

Borelióza očima Marie Vilánkové a Vladimíra Jelínka – chystá se nový díl Joalis průvodce

Právě nyní vzniká již třetí díl vzdělávací knižnice jménem *Joalis průvodce lidským tělem i duší*, tentokrát na téma borelióza. Od ostatních dílů bude však trochu odlišná. Nejen co do počtu stran (půjde o zatím nejobsáhlejší díl), ale i proto, že se na ní podílejí hned dva autoři – Mgr. Marie Vilánková a Ing. Vladimír Jelínek. Každý se na nepříjemnou chorobu, přenášenou klíšťatou, ale i jiným krevsajícím hmyzem, podíval svou optikou, a vzniká tak komplexní dílo na toto aktuální téma.

„Borelie, bakterie z řádu spirochét, jsou v našich podmínkách častou mikrobiální příčinou různorodých fyzických i psychických obtíží. Tato problematika je zajímavá jak pro odborníky, lékaře, detoxikační poradce, fyzioterapeuty atd., tak pro všechny, kdo se s boreliózou potýkají a rádi by se dozvěděli bližší informace,“ říká o chystaném dílu spoluautorka Mgr. Marie Vilánková a dodává: *„První část, ta moje, bude více odborná. Je rozdělená do celkem 17 kapitol, které je ideální přečíst za sebou, neboť na sebe navazují. Samozřejmě je lze číst i samostatně, podle zájmu, to už nechám na čtenářích. Začínám historií a končím detoxikační strategií pohledem informační medicíny.“*

Ing. Vladimír Jelínek, autor druhé části, která je pojata populární čtivou formou, o chystané knižnici říká: *„Moje část je napsána i pro laiky, tedy tak, aby jí porozuměl opravdu každý, i bez znalosti z medicíny, mikrobiologie či imunologie. Záludnosti borelií jsem popsal velmi zjednodušeně, zaměřuji se zejména na jejich klíčové vlastnosti a vycházím ze své mnohaleté terapeutické praxe. Jsem velmi rád, že za Joalis budeme moci nabídnout takto komplexní materiál a trůfám si tvrdit, že se bude jednat o nejpodrobnější publikaci na téma lymeské boreliózy u nás.“*

O termínu vydání připravovaného třetího dílu vás budeme informovat pomocí newsletteru, ale i v dalším čísle bulletinu.



Sledujte aktuality na našom 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.

KURZY V1 PRE TERAPEUTOV – POKROČILÍ

BB	22. 7. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Kapitulská 17
	(13.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	23. 7. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čečinová 3
	(9.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	30. 7. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	24. 9. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čečinová 3
	(9.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	30. 9. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	22. 10. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čečinová 3
	(9.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	28. 10. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	19. 11. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Čečinová 3
	(9.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	20. a 21. 11.	Seminárne dni Joalis s Mgr. Vilánkovou a Ing. Jelínkom, Čečinová 3, BA
	(10.00 – 16.00)	poplatok 50 EUR za 2 dni, novinky v detoxikácii Joalis, kurz V2
KE	9. 12. 2020	Praktiká so Salviou a EAM- kurz V1, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13.00 – 16.00)	poplatok 25 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť

Vyššia úroveň: V1-CPK Praktiká 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!!!

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

Dňa 20. a 21. 11. 2020,
urobte si čas a zbierajte kredity na certifikát.

Poplatok 50 EUR za 2 dni, v cene občerstvenie.

Prihlášky a informácie: jandova@man-sr.sk, tel. 0904 734 418
Bližšie informácie hore harmonogram a druhá strana tohto bulletinu!

PLÁNOVANÉ PREDNÁŠKY LETNÉ KURZY PRE ZAČIATOČNÍKOV

BA+KE+BB	8. 7.	Skúška č. 1 Hlavné centrá, Čečínová 3 a Vodárenská 23
	(10.00, 18.00)	on-line, poplatok 10 EUR, po absolvovaní kurzu Z1-Z4
BA	24. 7. 2020	Seminár S1+S2 osobne, Hlavné centrum, Čečínová 3
	(12.00 – 18.00)	poplatok 25+25 EUR,
BA	25. 7. 2020	Seminár S3 osobne, Hlavné centrum, Čečínová 3
	(09.00 – 15.00)	poplatok 40 EUR, pokračovanie S1+S2
BA+KE+BB	5. 8.	Skúška č. 2 Hlavné centrá, Čečínová, Vodárenská a Kapitulská
	(10.00, 18.00)	on-line poplatok 10 EUR, po absolvovaní skúšky č. 1 a S1-S3 seminárov

PLÁNOVANÉ PREDNÁŠKY NA 2. POLROK 2020 PRE ZAČIATOČNÍKOV

BA	25. 9. 2020	Seminár Z1+Z2 osobne, Hlavné centrum, Čečínová 3
	(12.00 – 18.00)	poplatok 25+25 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
BA	26. 9. 2020	Seminár Z3+Z4 osobne, Hlavné centrum, Čečínová 3
	(9.00 – 15.00)	poplatok 25+25 EUR, pokračovanie Z1+Z2
KE	9. 10. 2020	Seminár Z1+Z2 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(12.00 – 18.00)	poplatok 25+25 EUR, v tom registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
KE	10. 10. 2020	Seminár Z3+Z4 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(9.00 – 15.00)	poplatok 25+25 EUR, pokračovanie Z1+Z2
BA+KE	15. 10.	Skúška č. 1 Hlavné centrá, Čečínová 3 a Vodárenská 23
	(10.00, 18.00)	on-line, poplatok 10 EUR, po absolvovaní kurzu Z1-Z4
BA	23. 10. 2020	Seminár S1+S2 osobne, Hlavné centrum, Čečínová 3
	(12.00 – 18.00)	poplatok 25+25 EUR,
BA	24. 10. 2020	Seminár S3 osobne, Hlavné centrum, Čečínová 3
	(9.00 – 15.00)	poplatok 40 EUR, pokračovanie S1+S2
KE	13. 11. 2020	Seminár S1+S2 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(12.00 – 18.00)	poplatok 25+25 EUR,
KE	14. 11. 2020	Seminár S3 osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(9.00 – 15.00)	poplatok 40 EUR, pokračovanie S1+S2
BA+KE	25. 11.	Skúška č. 2 Hlavné centrá, Čečínová 3 a Vodárenská 23
	(10.00, 18.00)	on-line poplatok 10 EUR, po absolvovaní skúšky č. 1 a S1-S3 seminárov

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

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

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

Vyššia úroveň: V1-Celororočný kurz Praktiká so Salviou a EAM setom, 1x 5 kreditov V2 a V3 praktické a teoretické semináre, 1x 10 kreditov. Na predĺženie certifikátov zbierajte kredity.

Zmena plánovaných termínov seminárov je vyhradená!!!!

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: Čečínová 3, tel./fax: 02 / 4342 5939, 0903 311 063

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

Zase tie kliešte...

Nebývalé teplé zimy týmto malým roztočom svedčia. Opäť riadia v plnej sile a obťažujú ako nás, tak aj našich štvornohých kamarátov. Dospelé kliešte sa najčastejšie vyskytujú vo vysokej tráve, keroch, kde uchytené za zadné nohy číhajú na prechádzajúceho človeka či zviera. Zaujímavosťou je, že kliešť dokáže hladovať aj dlhšie ako jeden rok.

Prenášané choroby

Medzi najčastejšie prenášané choroby patrí vírusové ochorenie kliešťová encefalitída a borelióza, ktorá je bakteriálneho pôvodu. Zatiaľ čo s prvou chorobou si imunita zdravého človeka poradí väčšinou pomerne ľahko a prekonaním vzniká doživotná imunita, s boreliózou je to trochu komplikovanejšie. Aj po prekonaní boreliózy nevzniká doživotná imunita a tak nás môže potrápiť aj opakovane.

Príznaky boreliózy

- zápal (škvrna rôzneho zafarbenia) na koži a rôzne ďalšie kožné zmeny (výstupky)
- zväčšenie lymfatických uzlín
- olupujúce sa bruška prstov
- bolesť pohybového aparátu, vysilenosť
- bolesť hlavy, stuhnutý krk
- zhoršená jemná motorika a citlivosť
- únava a pocit vyčerpania, nechúť až depresia

Pri akútnej fáze je vhodné podstúpiť liečbu antibiotikami. Borelióza sa v tele bohužiaľ často ukrýva a zapuzdruje. Na rôzne chronické formy aj na obe choroby však platí predovšetkým zdravá imunita. A tu je možné podporiť aj prírodnou cestou.

Napríklad výživovými doplnkami Joalis, v ktorých sa spája sila informácie s účinkami bylín.



Náš tip:

Na ochranu pred infekciami, ktoré kliešte prenášajú, odporúčame túto kúru Joalis:

Imun + Spirobor®

- **Joalis Spirobor®** obsahuje skorocel kopijovitý, ktorý podporuje správnu funkciu imunitného systému a prispieva k normálnemu stavu kĺbov. Zároveň pôsobí ako antioxidant. Obsiahnutý vitamín B1 prispieva k normálnej činnosti nervovej sústavy.
- **Joalis Imun** s vitamínmi B6 a B12 prispieva k normálnej funkcii imunitného systému.