



Nanobakterie: konec jedné domněnky?



Cena 27 Kč, 1,33 €/předplatné 24 Kč, 1,18 €/ročník 7



JAKÁ JE PRAVDA O BISFENOLU A?

*Může uvolňovaný
bisfenol A z kojeneckých
lahví být nebezpečný?*

NEBOJTE SE RAKOVINY!

*Rakovina a její souvislost
s psychikou. Nové naděje
ukryté v rostlinách*





Galerie Cesty ke světlu

Interiér s obrazy a světelnými objekty z krystalů Zdeňka Hajného vlivem světla vytváří unikátní, stále se proměňující Křišťálový vesmír, kde hudba, voda a vůně navozují nejen pocit dalšího prostoru, dimenze, ale i celkovou atmosféru duševní pohody, a nabízí tak prostředí zcela ojedinělé.



V ČERVENCI A SRPNU vás srdečně zveme

do Galerie Zdeňka Hajného, která od svého otevření Robertem Fulghumem v r. 1994 slouží také jako relaxační a terapeutický prostor.

Interaktivní kompozice „Labyrint světa a ráj srdce“ k počtě odkazu J. A. Komenského se proměňuje přímým emočním vstupem diváka a účinkem vycházejícím z principu biofeedbacku. Při napojení na snímače integrované v uměleckém díle se návštěvník může v přímé interakci s dílem učit naladovat na psychické stavy zklidnění a celkové harmonizace. Může zde být nejen divákem, ale i spoluvůrcem obrazu.

Možnost zhlédnutí obrazů pomocí brýlí ve 3D ještě umocňuje jejich vnímání.

V Galerii můžete zhlédnout díla dalších českých výtvarníků. Pro děti je připravena stálá expozice „Krték dětem“ malíře Zdeňka Milera a malebné obrazy Emilie a Kateřiny Milerových, které jsou oblíbené u malých, ale i dospělých návštěvníků. Novinkou je skutečnost, že Křišťálová čajovna v 2. patře galerie otevřela svůj výstavní prostor i dalším výtvarníkům.

Do 15. července můžete zhlédnout výstavu „Pět pokladů“ úspěšné zakladatelky pražského Tao centra, Tatiány Filippové.

14. 7. čtvrtek 19 h Pět elementů jako základní pilíře taoismu.
Setkání s autorkou knihy „Pět pokladů“ Tatianou Filippovou.

Úterý až neděle v 15 h VESMÍRNÁ PÍSEŇ – hudebně obrazová fantazie – část II., tvořená v každém programu novým spojením obrazů Z. Hajného se snímky z Hubbleova teleskopu. Ze záznamu doprovází T. Fischerová a M. Moravec, hudba a zpěv Yoshié Ichige.
Sobota a neděle v 17 h PUTOVÁNÍ VESMÍREM – hudebně poetická kompozice – část III.
Vesmírná relaxace s hudbou i slovem v produkci australského studia KOVA.

OTEVŘENO:

Galerie Cesty ke světlu-Křišťálová čajovna: út-ne, 14–19 h. Křišťálová čajovna: vstup zdarma.

Vstupné do galerie 80 Kč, děti a senioři 45 Kč, ZP, ZTP, ZTP-P zdarma.

Informace: <http://www.cestykesvetlu.cz>, e-mail: galerie@cestykesvetlu.cz

Praha 4, Zakouřilova 955/9, 300 m od metra C – Chodov, první výstup vlevo. Pokladna tel.: 272 950 557



OZNÁMENÍ O VEŘEJNÉ SBÍRCE NADACE DIVOKÉ HUSY

Divoké husy létají z místa na místo. Kdyby zůstaly na jednom místě, zpodobnily by a časem by již nebyly schopny uzlétnout.
Søren Kierkegaard

Na začátku července poletíme s Divokými husami do Prahy podpořit Nemocnici Milosrdných sester sv. Karla Boro-mejského.

Jde o církevní nemocnici „rodinného typu“, která poskytuje kvalitní zdravotní péči nejčastěji obyvatelům z Prahy, v případě specializované péče i z celé České republiky. Nemocnice mimo jiné jako jediná instituce poskytuje ambulantní a lůžkovou péči dětem a mladistvým závislým na psychotropních látkách. Jejím specifi-kem je velký rozsah duchovní péče pro pacienty.

Prostřednictvím Nadace Divoké husy můžete přispět do veřejné sbírky, která probíhá od 26. 6. do 9. 7. 2010 a jejíž výtěžek bude použit na zakoupení infuzních volumetrických pump, které umožňují přesně řízené dávkování infuzí do žíly.

V polovině července potom Divoké Husy zamíří do Vlčkovic.

V krásném prostředí České Sibiře tu stojí statek, který slouží mladým lidem s mentálním postižením jako chrá-něné bydlení. Kromě vytvoření harmonického prostředí pro lidi se znevýhodněním si nově vzniklá obecně prospěšná společnost „Statek Vlčkovice“ klade za cíl vybudovat z obce zajímavou destinaci s obnoveným kulturním dědictvím.

Prostřednictvím Nadace Divoké husy můžete přispět do veřejné sbírky, která probíhá od 10. do 23. 7. 2010 a jejíž výtě-žek bude použit na dokončení centrálního vytápění čtyř bytových jednotek pro chráněné bydlení.



Příspěvky můžete posílat na **číslo účtu 27000000/2700**, variabilní symbol 318 pro nemocnici a 319 pro Statek Vlčkovice nebo odeslat SMS ve tvaru **DMS HUSY na číslo 87777**. Cena jedné DMS je 30 Kč. Divoké husy obdrží 27 Kč.

Můžete přispívat i pravidelně každý měsíc po dobu jednoho roku. Stačí odeslat SMS ve tvaru **DMS ROK HUSY na číslo 87777** a každý měsíc vám bude automaticky odečtena částka 30 Kč.

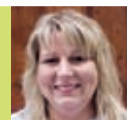
Více informací najdete na www.darcovskasms.cz.

Do sbírky pro Domov pokojného stáří v Hroznětíně jste přispěli částkou 14.528 Kč, za kterou vám, čtenářům časopisu Sféra, upřímně děkujeme.





PŘEDNÁŠKY A PORADNY REGENERACE VE SFÉŘE



Hana Grasslová



Leoš Poskočil



Vladimír Ďurina

ČERVENEC

- 8. 7. Písek, Sféra klub Diochi, poradna s oberonem a přístrojem Biorezonance 3000, Hana Grasslová
- 12. 7. Hradec Králové, Sféra klub Diochi, poradna s oberonem, Leoš Poskočil
- 13. 7. Český Těšín, hotel Piast, od 16 h přednáška a diagnostiky Vladimíra Ďuriny
- 14. 7. Brno, Sféra klub Diochi, poradna s oberonem, Leoš Poskočil
- 16. 7. Olomouc, Sféra klub Diochi, poradna s oberonem, Leoš Poskočil (info paní Slaměnová – 731 109 372)

- 20. 7. Písek, U Vodnářů, poradna s oberonem a přístrojem Biorezonance 3000, Hana Grasslová

SRPEN

- 11. 8. Písek, Sféra klub Diochi, poradna s oberonem a přístrojem Biorezonance 3000, Hana Grasslová
- 22. 8. Brno, celodenní seminář S Hanou Grasslovou (info tel. 737 484 081)

Diochi boduje



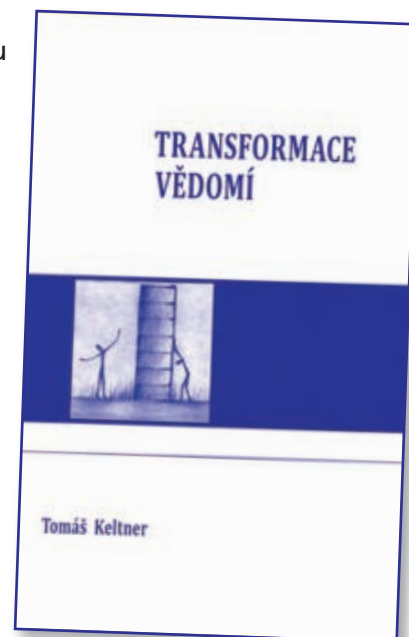
Na výstavě v polské Toruni se nám tradičně daří. I letos jsme z Veletrhu přírodní medicíny ECOMED 2010 neodcházeli bez ocenění. Třetí místo v kategorii doplňků stravy pro rok 2010 získal přípravek DEVIRAL.

Recenze

ZMĚNA K LEPŠÍMU

Pokud vás zajímá ezoterika, s pojmem transformace se nesetkávejte poprvé. Koneckonců naši čtenáři mohou pravidelně číst články z rubriky Transformace a rok 2012, které v našem časopise věnujeme prostor. Chcete-li se věnovat sami sobě, svému duchovnímu růstu, nebo vás daná tematika prostě jen zajímá, můžeme vám doporučit knihu **Tomáše Keltnera Transformace vědomí**.

Poměrně čtivou a ne zbytečně komplikovanou formou předkládá čtenářům jednotlivé informace, navíc demonstrováné na mnoha příkladech a podpořené zajímavými citacemi mj. z Bible i „zakázaných“ evangelií. Kniha vás provede cestou ke svobodě, ke spolupráci duše a rozumu, ukáže vám, jak být sami sebou. Jak píše sám autor: „Otevřete oči a dovolte vpustit světlo pravdy do svého života. Světlo je a tma mizí bez boje...“



www.transformace-vedomi.cz

ŘÁDKOVÁ INZERCE

Kurzy Reiki, KarunaKi, filipínské léčení každý měsíc s Velmistrem Dr. L. Hodkem v hotelu Globus, Praha 4. Eva Moravcová – tel. 721 282 062, 602 957 420, <http://www.reikisk.cz>

Dědku kořenářů B. Novému bude poctou vaše návštěva na www.dedekorenar.cz.

Srdečně zvú na Pastelové večery (doteky automatické kresby) U Džoudyho v Praze – začínáme 16. 9. (rezervace vstupenek na tel. 224 241 537). Nenechte si ujít prožitkový miniseminář „Pastelová sobota“ v Českých Budějovicích 2. 10. (přihlášky již nyní na

tel. 777 753 891). Objednávky osvědčených knih a CD Jarmily Beranové s tematikou automatické kresby pro děti a dospělé na tel. 606 118 857, 261 226 474, jarmilaberanova@upcmil.cz, <http://proe.cz/beranova>.

Kurzy alternativní medicíny. EFT – velmi účinná terapie. Reiki – výuka všech stupňů. Skripta, certifikát. Naučíte se pomáhat sobě i blízkým. Mgr. Kadlec, terapie-efit@email.cz, www.terapie-efit.cz, 604 711 149.

Navštivte naše stránky a e-shop: www.byliny-caje.cz

Poradna a prodej výrobků Diochi na základě astrotypu. NOVÁ ASTROPORADNA V PRAZE – konzultace, ASTROTYP – osobní, partnerský, profesní, zdraví, cesta života. FENG SHUI – rozbor prostoru a jeho harmonizace. www.byu.cz, dasa@byu.cz, 602 58 44 78.

Zápis zahájen pro rok 2010/2011. BÝŮ FENG SHUI – škola středu, „Feng Shui – Život v hojnosti podle 5 elementů“. Národní 25, Palác Metro Praha 1. Více informací na www.byu.cz. Přihlášky na www.byu.cz, dasa@byu.cz, 602 58 44 78.

OBSAH

- 6

PRAKTICKÉ ZKUŠENOSTI Z ORDINACE
Devíral
- 8

SVĚT ALCHEMIE A MEDICÍNY
Mimozemšťané pohledem minulosti
- 12

PORADNA VJAČESLAVA KIRJUCHINA
Proč někteří lidé nemohou zhubnout
- 14

SLABIKÁŘ TRADIČNÍ ČÍNSKÉ MEDICÍNY
Pět prvků a pět emocí
- 16

TÉMA
Nanobakterie: konec jedné domněnky?
- 20

HERBÁŘ
Štědřenec odvislý, náš nejjedovatější keř
- 22

REGENERACE VE SFÉŘE
Nebojte se rakoviny!
- 24

FENG SHUI
Širší souvislosti
Stavební dispozice příbytku
- 26

AKTUÁLNĚ
Jaká je pravda o bisfenolu A?
- 27

VĚDA A MEDICÍNA
Živý svět ve vývoji.
A s ním také ten náš
- 30

MALÁ ŠKOLA ASTROLOGIE
Planety – symboly našich vlastností
- 32

PSYCHOLOGIE
Rodiče, na slovíčko!
- 34

ROZHOVOR
O ekologii, biozemědělství a energetice
(Prof. Dr. Bernd Lötsch)
- 36

MEDICÍNA DÁVNÝCH CIVILIZACÍ
Pyramidy – svěbytný záznam egyptských představ
o energetickém systému
- 38

NAŠE ZDRAVÍ
Zeleninové a ovocné šťávy
Meruňky jsou lékem na vrásky, hrášek ozdravuje
střeva
- 39

UZDRAVTE SE SAMI
Karty zdraví
- 40

HOROSKOP
Co vás čeká v červenci
- 41

SOUTĚŽ O HODNOTNÉ CENY
Křížovka, sudoku
- 42

V PŘÍŠTÍM ČÍSLE SFÉRY, TIRÁŽ



Vesmír k nám
zatím nepromlouvá

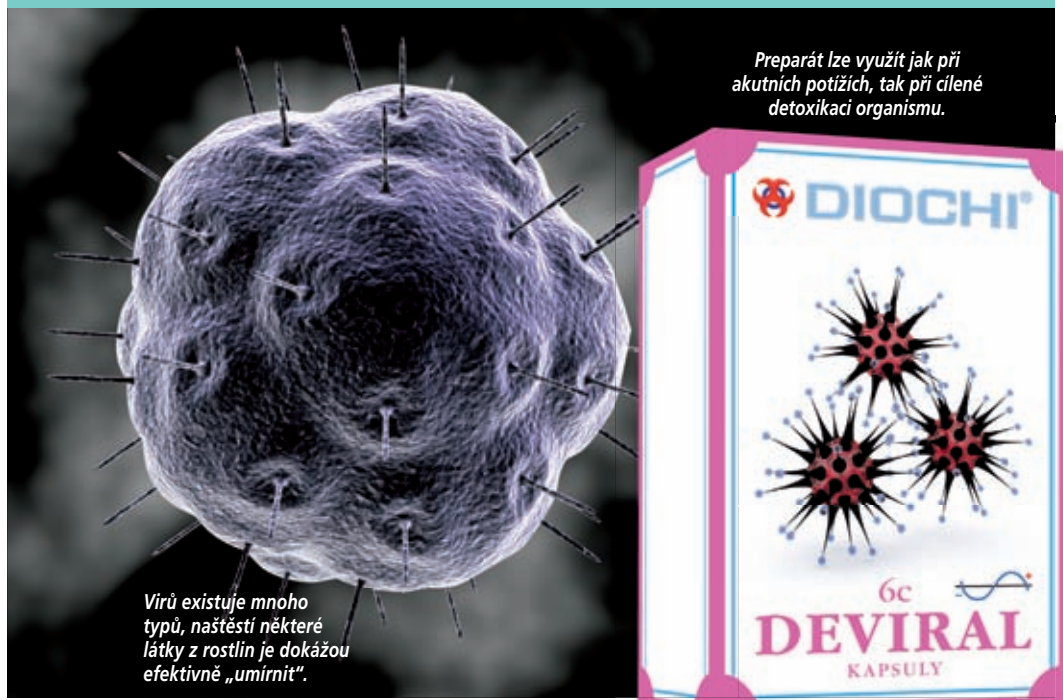
Již je to nějaký čas, co vyšla kniha světoznámého spisovatele thrillerových příběhů Dana Browna Ztracený symbol. Brownův styl psaní (odhlédneme od obsahu) je skutečně natolik strhující, že vás vtáhne do děje hned na prvních stranách a nepustí skoro ani na toaletu, jak se vám nechce od řádek odtrhnout. Po přečtení knihy jsem si řekl, že si dopřeji ještě trochu Brownovy oddechové, nicméně extrémně čtivé literatury.

Začetl jsem se do románu Pavučina lží. Jeho motto vycházelo z jednoho vědeckého objevu NASA, meteoritu označovaného ALH84001. Mimo jiné na základě projevu tehdejšího prezidenta USA Billa Clintona byla objevu věnována mimořádná pozornost. Nakonec se ukázalo, že šlo o velký vědecký omyl. Nicméně, proč to vyprávím. Nedlouho po dočtení oné knihy mi profesor Karpenko poslal svůj článek o nanobakteriích, který začínal týměž Clintonovým výrokem jako zmíněná Pavučina lží. Do článku jsem se začel se stejným nadšením jako do Brownova románu, a stejně jsem hltal jednotlivé řádky kratšího, seriózního textu. V něm se mj. dozvíte pravdu o jednom „kameni“ z vesmíru, který se stal slavným, a přesto nakonec upadl do zapomnění. I když ne tak docela. Jeho odkaz žije dál a vědeckou obec inspiroval k dalším výzkumům. A nás poučil též. Víme, že bakterie z vesmíru k nám zatím nedolétly nebo o tom alespoň nemáme žádné relevantní důkazy. Také víme, že nejrůznější konspirační teorie jsou často založeny na prostém selhání či omylu. A slepých uliček v historii vědy by se našlo nepočítaně. Nedá mi to nevzpomenout na nedávno zesnulého Ladislava Smoljaka a necitovat slavnou větu: „Pravým průkopníkem slepých uliček byl právě náš Jára Cimrman.“

Ale zpět – co nás naučil onen slavný fragment horniny? Že hranice živých organismů mohou ležet i za hranicemi naší představivosti, že se nesmíme držet zakořeněných představ, které jsme si sami vytvořili, a že musíme být otevření a vždy připraveni na to, že fakta, jež máme za daná, ani ve vědeckém světě nemusí být neprolomitelná. A naopak – k jejich zboření si musíme být sakra jisti, že se nemýlíme.

Mgr. Viktor Černoch
šéfredaktor

DEVIRAL



Virů existuje mnoho typů, naštěstí některé látky z rostlin je dokážou efektivně „umírnit“.

Preparát lze využít jak při akutních potížích, tak při cílené detoxikaci organismu.

Přípravek, který harmonizuje dráhu plic, jater, žlučníku, tenkého a tlustého střeva, srdce, žaludku, ledvin a močového měchýře. Obsahuje třísloviny, alkaloidy, terpeny, flavonoidy, steroly, silice, organické kyseliny, vitaminy (B, C, A) a jiné látky, které působí především antibakteriálně (*Helicobacter*, *Campylobacter*, *Staphylococcus aureus*, *Staphylococcus epidermidis*, *Listeria*), antivirově (HIV, viry hepatitid, chřipkové viry, RS viry a jiné) i protiplísňově (kandidy). Mají účinky zejména protizánětlivé, antioxidační, antimikrobiální, antibiotické, protialergické, adstringentní, diuretické a jiné.

VÝBĚR PREPARÁTU

- **Testováním** – testování je nejobjektivnější způsob určení preparátu pro daného pacienta. Testovat lze kineziologicky, biotronic-ky, metodou EAV, oberonem, biotesterem a podobně.
- **Podle cílových orgánů** – Deviral ovlivňuje výše uvedené dráhy a k nim patřící orgány, jako jsou oči, trávicí soustava, krev, klouby, srdce, cévy, mozek.
- **Podle příznaků** – Deviral působí na viry i bakterie, ovlivníme jím průběh onemocnění způsobený těmito mikroorganismy, například chřipky, virózy, rýmy, kašle, dále na potíže, jako jsou průjemy, zácpy, nadýmání, zvýšená peristaltika a jiné.
- **Intuitivním výběrem** – bude-li člověk trpět potížemi, pro které je Deviral určen, a dá-li na svoji přirozenou intuici, pak, aniž by znal

složení preparátu a jeho účinky, sáhne po Deviralu, jelikož ho tento preparát ze všech nabízených nejvíce osloví.

- **Podle barvy** – u Deviralu, na rozdíl od jiných preparátů, nelze podle barvy spolehlivě určit podle čínské medicíny, ke kterému orgánu přísluší.

INDIKACE

- Virová a bakteriální onemocnění dýchacích cest (více virová)
- Opary, afty
- Oslabení imunity
- Zlepšení odkašlávání
- Virové hepatitidy
- Detoxikace jater (zejména po virových onemocněních)
- Průjemy, virová a bakteriální onemocnění trávicího traktu
- Infekty kůže a sliznic, nehojící se vředy
- Melancholické nálady, deprese (podpůrný prostředek) – do koupelí
- Žilní potíže
- Opakované močové infekty
- Stavění lokálních krvácení, zmenšuje menstruační krvácení
- Antihistaminový účinek (snížení intenzity alergických reakcí)

DÁVKOVÁNÍ

Obvyklé dávkování je 3x 2 kapsle, děti od 6 let 2x 1 kapsle. K detoxikaci či harmonizaci organismu většinou nestačí jedno balení, naopak pro zvládnutí akutních potíží jedno balení většinou postačuje (průjemy, záněty močových cest).

Při užívání pro alergii je nutné přípravek užívat dlouhodobě, ve vysokých dávkách. Lze ho kombinovat i s Vista Clearem. Aby snížil intenzitu probíhajících alergických reakcí v sezoně, doporučuji s Deviralem začít detoxikaci již v zimních měsících (v menší dávce, tj. 2–3x 1 kapsli denně), navíc ideálně v kombinaci s Vista Clearem. Při začátku akutních potíží zvýšíme dávkování na 3x 2 kapsle.

Nezapomeňme, že alergie u člověka vzniká v důsledku zanesení organismu toxickými látkami, a tím narušením reaktivity imunitního systému. Pokud se nám preventivně podaří detoxikovat organismus, pak si můžeme být jisti, že alergické reakce budou menší a menší, a to rok od roku. Nebuďte proto zklamaní, když po využívání prvního balení Deviralu neucítíte kýžený popisovaný efekt. Vždyť náš organismus zanášíme prakticky denně různými toxiny, ať již ze vzduchu (toxické kovy – v současné době rozptýlené do ovzduší aktivní činností islandské sopky, dále zplodiny automobilového průmyslu a průmyslu jako takového), z potravy (stabilizátory, barviva, dochucovadla, plnidla, konzervační látky a jiné), navíc potrava se pro mnohé z nás stává alergenem číslo jedna, o kterém ale 90 % populace, jež na ni trpí, neví, protože pravidelné setkávání s alergenem vede k oslabení alergických reakcí navenek. Uvnitř organismu má ale svoje projevy (například tvorbu zánětů ve střevě, narušení mikrobiální flóry). Další toxické látky nás obklopují v bytovém prostředí (umělé hmoty, formaldehyd z nábytku, WC spreje, dezinfekční látky), zanášíme se rovněž při zdravotních potížích (antibiotika, chemoterapeutika, hormonální léky a jiné).

Deviral můžeme použít i pro přípravu lázně – použijeme obsah 2–3 kapslí Deviralu podle množství vody. Obsah kapsle také můžeme přelít horkou vodou a po vychladnutí přikládat jako obklad na rány včetně běrcových vředů.

Deviral výborně zabírá v dávce například 3x 3 kapsle v počátečních stadiích nachlazení, virózy a chřipkových stavů. U zdravých jedinců je dalším harmonizačním preparátem ve Sféře. Deviral snižuje intenzitu alergické reakce, díky fytolátkám připravuje v organismu nepříznivé prostředí pro množení virů.

KOMBINACE S OSTATNÍMI PREPARÁTY A NEŽÁDOUCÍ ÚČINKY

Deviral můžeme kombinovat se všemi preparáty.

- Na močové potíže s Diocalem, Smilaxem
- Na průjemy a zažívací potíže se Sagradinem, Intocalem, Astominem
- Na alergické projevy s Vista Clearem
- Na virová onemocnění s Astofreshem, Baktevirem

Podobně může existovat řada kombinací (podle vhodnosti nebo podle vytestování). Deviral je preparát, který je poměrně dobře snášen. Za celou dobu užívání pacienty jsem zatím nezaznamenala alergickou reakci ani reakci reverzní.

**ZKUŠENOSTI Z PRAXE
Z ORDINACE**

- chřipky, virózy
- zažívací potíže (křečovitě bolesti břicha, průjmy, zácpy)
- jakékoli akutní infekční onemocnění (angíny, záněty průdušek, středouší...)
- posílení imunity (častá virová onemocnění, opakované infekty...)
- alergie (prevence, počáteční projevy)
- nehojící se vředy (zejména bérkové)
- nadměrné menstruační krvácení u dívek
- stavy po hepatitidách (zátěže jater viry)
- průjemová onemocnění
- křeče v zažívacím traktu
- relaxační účinky

KAZUISTIKY

- Deviral opakovaně v ordinaci nasazují na oslabenou **imunitu**. Pacienti přicházejí s tím, že mají opakované infekce horních dýchacích cest, že jsou unavení, mají opakované opary, opakované záněty očí, močových cest. Více vychází při virových onemocněních, ale stejně tak funguje i na oslabenou imunitu kvůli opakovaným bakteriálním infekcím, které byly opakovaně přelčovány antibiotiky. Po nasazení Deviralu přibližně do 2–3 měsíců dochází ke zlepšení imunity. Po dobu užívání Deviralu dojde ke zvýšení imunity na takovou úroveň, že pacient, pokud onemocní, začne své infekty zvládat pomocí homeopatických léků. Nikdy nedosáhnou takové síly, aby člověk podlehl a musel být opět přelčen antibiotiky. Po 4–5 měsících pak začínám testovat viditelný ústup a vyčištění organismu od virové zátěže. Neopakuji se opary, mizí afty, zlepšuje se stav střeva a celkově sliznic. Zmírňují se i alergické reakce na potraviny.
- **Žena, 40 let**, přichází pro opakované genitální opary. Vytestována oslabená imunita a na ni Deviral, který jsme nasadili v dávce 3x 2 kapsle. Využívala celkem šest balení Devira-

lu. V průběhu užívání se výskyt oparů začal redukovat, po užití sedmého balení se opary neobjevují, Deviral užívá stále, již v dávce 3x 1 kapsle. Zlepšila se i její nálada a postupně odezněla únava.

- **Muž, 26 let**, přichází s tím, že prodělal průjemové onemocnění a stále se necítí dobře. Stolicí má stále řídkou a trpí křečemi břicha. Lékař mu doporučil laktobacily a čaj na zlepšení zažívání. Kultivace je již negativní, předtím měl *Campylobacter*. Po vytestování je zřejmé, že pacient stále trpí *kampylobakterovou* infekcí. Jako nejvhodnější preparát vycházel Deviral. Nasadili jsme Deviral v dávce 3x 2 kapsle, navíc začal pít Burrito. Po týdnu byl pozván na kontrolní měření. Udával zlepšení, pominuly křeče, postupně se vrátila chuť k jídlu, ačkoli byl upozorněn na to, že zatížená střeva by měl ještě nějakou dobu šetřit dietou. Protože *Campylobacter* byl stále pozitivní, ordinovala jsem Deviral ještě dál, již v dávce 3x 1 kapsle. Po 14 dnech byl *Campylobacter* negativní a pacient plně při síle a bez potíží.
- Užívání **při virózách** – doporučuji všem pacientům dávkovat Deviral 3x 2 až 3x 3 kapsle. U mnoha viróz dojde k zastavení potíží velmi brzy. Tuto léčbu můžeme doplnit Astofreshem či Baktevirem.
- **Dívka, 17 let**, 2 roky má menstruaci, v posledních třech měsících dost krvácí. Po třech baleních Deviralu užívaného v dávce 3x 2 kapsle se krvácení upravilo.
- **Žena, 62 let**, se špatně se hojícím vředem na přední straně holeně právě dolní končetiny. Doporučila jsem zkusmo Deviral 3x 2 kapsle a lokálně mul smočený v nálevu připraveném z 1 kapsle Deviralu. Obklady měnila 4x denně. Po třetím dnu se rána začala zatahovat a přestala hnisat. Po týdnu již byla poloviční velikosti. K celkovému zhojení došlo po 6 týdnech.
- Některé pacientky vyzkoušely po náročných dnech **koupel** v Deviralu. Udávaly, že po kou-

peli velmi dobře spaly a cítily se uvolněné a klidné.

- Deviral jsem začala ordinovat u alergiků, kteří chtěli mít ve své **alergické letní sezoně** klid bez projevů rýmy nebo alergických zánětů očí. Deviral jsme nasadili v dávce 3x 2 kapsle. Pacienti užívali Deviral průběžně, při prvních projevech v dubnu udávali mírnější alergické reakce. Protože však soubor alergiků mám zatím malý (zejména těch, kteří se rozhodli pro alergii udělat něco preventivně), nemohu zodpovědně říci, zda jsou opravdu jejich projevy mírnější, nebo ne, navíc pro dlouhou chladnou zimu se pyly začaly vyskytovat relativně později. Myslím, že zodpovědněji budeme moci věc posoudit až příští rok.
- **Pacientka, 56 let**, přichází s opakovanými záněty žil – povrchními. Pomocí EAV metody jsem vytestovala Deviral pro jeho obsah flavonoidů, které mají vztah k cévnímu systému. Zlepšují periferní prokrvení a zároveň působí stahujícím účinkem na cévy. Varixy, které pacientka má, se postupně začaly stahovat. Rozhodla se Deviral užívat dál, v dávce 2x 2 kapsle. Záněty se již druhý měsíc neopakují, noha je lépe prokrvená a neotéká.
- Pacient s prodělanou **hepatitidou B** přichází pro stále vysoké jaterní testy. Chtěl by doporučit nějaký preparát na regeneraci jater. Po vytestování jsme zvolili Deviral, dávkování 3x 2 kapsle. Po tříměsíčním užívání je vidět pozvolné snížení jaterních testů v laboratorních odběrech. Navíc se cítí méně unavený.
- Deviral je preparát, který má úžasné účinky. Doporučuji ho všem pacientům, kteří trpí na **chronické infekce**, na sníženou imunitu. Dále ho doporučuji v kombinaci s Vista Clearem všem alergikům již před sezonou. Při každém nachlazení a včasném nasazení Deviralu ve vysoké dávce (minimálně 3x 3 kapsle) dochází velmi brzy k úlevě, mnohdy i k zastavení nemoci.

MUDr. Lenka Hodková

INZERCE

Dovolenou si zasloužíte!

s garancí
od
**STUDENT
AGENCY**

Týden u moře

4* hotel, all inclusive, letecky

již za **6 000 Kč**
včetně všech poplatků

dovolena.cz
| STUDENT | AGENCY |

www.dovolena.cz
infolinka 800 100 300



Ve svém díle *De Revolutionibus Orbium Coelestium* představil Mikuláš Koperník svoji teorii o uspořádání sluneční soustavy.

„Připadá to nesmyslné, že by na velkém poli rostlo jen jedno stéblo a v nekonečném prostoru existoval jen jeden svět.“

Metrodoros z Chiosu

Mimozemšťané po

Řecký filozof ze 4. stol. př. n. l. navazoval na své předchůdce, z jejichž výroků jako by se zdálo, že soudí na možnost existence dalších světů, tedy planet podobných Zemi, odkud by byl už jen krůček k úvahám o životě na nich. Ovšem vesmír těchto dávných myslitelů měl za střed Zemi, kolem níž se měly pohybovat Slunce, Měsíc a planety, vše obklopeno sférickou hvězdnou klenbou. Tedy něco, co ve skutečnosti neexistuje. Nicméně sama myšlenka, zda jsou ve vesmíru tělesa podobná naší planetě, byla dávného data a postupně se opravdu doplňovala otázkou ještě zásad-

nější a v této souvislosti očekávanou – může být na těchto tělesech také život? Naznačili jsme počátky, z nichž se takové úvahy rodily, a dnes známe dosavadní konce – vědecké pokusy směřující k odhalení případných mimozemských civilizací, pokusy trvající již desetiletí, zatím bez přesvědčivého jednoznačného výsledku. Provázejí je diskuse, jež lze velmi zjednodušeně charakterizovat dvěma otázkami. První z nich je klíčová: Může někde ve vesmíru vůbec být život? Odpověď je ano, nebo ne; první z nich převažuje. Při záporné odpovědi samozřejmě diskuse končí. Jinak následuje otázka, zda je tento život podobný pozemskému. Tedy přinejmen-

ším, zda je na bázi uhlíku, vodíku a kyslíku, nebo má jiný chemický základ. Nebudeme rozebírat tyto debaty a podíváme se jinam – co bylo mezi oběma historickými extrémy, starověkem a dnešní dobou? K tomu se zaměříme jen na krátký úsek mezi 16. a 18. stoletím, který začíná roku 1543. Tehdy vyšel zásadní spis Mikuláše Koperníka *De Revolutionibus Orbium Coelestium*, jenž začal otrásat vědeckým světem, protože zde byl shromážděn solidní materiál ve prospěch heliocentrického systému, podle něhož planety obíhají kolem Slunce. Země přestala být středem vesmíru. A to v době, která byla silně nábožensky založená, což někdy zapomínáme.



Philipp Melancthon (1497–1560), humanistický učenec, po smrti Martina Luthera vůdčí osobnost německých protestantů.

hledem minulosti

Proto se na výše naznačené problémy podívejme právě očima křesťanské věrouky.

Pokud mělo být Slunce středem vesmíru, nabízel se myšlenka, že v tak obrovském prostoru může být nespočet těles typu naší Země. A to byl doslova kámen úrazu, o čemž svědčí výrok luteránského reformátora Philippa Melancthona z roku 1550: „*Syn Boží je Jeden, náš pán Ježíš Kristus se narodil, zemřel a vstal z mrtvých v tomto světě. Ani se nezjevil jinde, ani jinde nezemřel a nevstal z mrtvých. Tudíž si nesmíme představovat, že Kristus zemřel a vstal z mrtvých vícekrát, ani se nesmí pomýšlet na to, že by v jiném světě byli lidé vzkříšeni k věčnému životu bez vědomí Syna Božího.*“

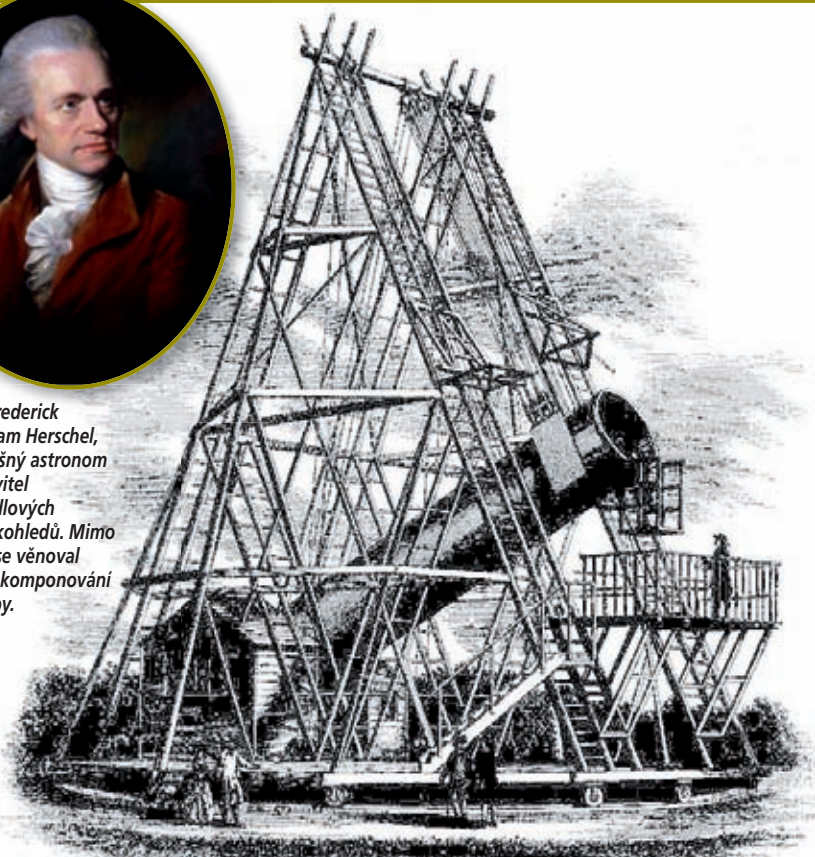
To byla závažná výhrada vycházející ze základního křesťanského dogmatu o Ježíši Kristu. Jestliže byl Kristus jen jeden a nikde se nepravilo nic jiného, pak nemůže být jinde ve vesmíru život. Tehdy míněno samozřejmě lidského typu. Giordano Bruno, jeden z raných zastánců Koperníkových myšlenek, přímo spojil heliocentrický systém s ideou existence mimozemského života. Osud učenice vypovídá o tom, jak nebezpečná byla taková myšlenka; on se ovšem vyslovoval i k dalším problémům, které mu všechny dohromady vynesly roku 1600 inkviziční hranici. Představa mimozemského života jako by zásadně kolidovala s Koperníkovým heliocent-

rickým systémem, tedy z hlediska náboženského, což vedlo řadu vzdělanců k odmítání takového systému.

Následovala doslova erupce pozoruhodných vědeckých výkonů, k níž došlo v průběhu 16. a 17. století. Připomeňme pár jmen těch, kdo rozhodnou měrou přispěli k přijetí Koperníkovy teorie: Johannes Kepler, Galileo Galilei nebo Isaac Newton. Tuto teorii přijala v posledku přinejmenším většina vědců. Současně, rovněž postupně, získávala příznivce myšlenka „plurality světů“, tedy úvaha, že je mnoho vesmírných světů podobných našemu, což opět souviselo s představou mimozemského života. Byla tím pravděpodobnější, ►



Sir Frederick William Herschel, úspěšný astronom i stavitel zrcadlových dalekohledů. Mimo jiné se věnoval také komponování hudby.



čím víc se přijímal fakt, že hvězdy jsou vlastně jednotlivá slunce, a tedy že je patrně obklopují planety, stejně jako je to v naší sluneční soustavě.

V polovině 18. století se už široce přijímala představa planet kdesi ve vesmíru, na nichž žijí bytosti více či méně podobné lidským. Tyto úvahy se ale stále zásadně střetávaly s náboženským hlediskem. Někteří přívrženci mimozemského života však přece jen uznávali, že je možný život i na jiných nebeských tělesech, ovšem v takovém případě by Bůh musel umístit živé bytosti všude tam, kde to jen bylo možné. Takže proč jsou planety, na nichž život není? A takové patrně existují.

Roku 1757 se postavil na stranu těch, kdo věřili v obydlené planety obíhající kolem hvězd, Angličan James Ferguson: „V žádném případě není pravděpodobné, že Všemocný, jenž vždy jedná s nekonečnou moudrostí a nečiní nic zbytečného, by stvořil tolik nádherných Sluncí vhodných pro tolik významných účelů a umístil je v takových vzdálenostech od sebe, bez vhodného objektu dostatečně blízko, jenž by měl užitek z jejich působení. Kdokoli si představuje, že byla vytvořena jen proto, aby [tyto hvězdy] vydávaly slabé mihotavé světlo obyvatelům tohoto Globu [naší Země], ten musí mít jen povrchní znalost astronomie a špatné mínění o Boží Moudrosti.“ Potud argument, že lidé by měli být na každém nebeském tělese, aby tamní slunce nezářilo zbůhdarma na mrtvou planetu.

Přes tyto výhrady už samo připuštění toho, že je více obydlených světů, jako by postupně přece jen smířovalo svět náboženství a vědy. Roku 1794 se však ozval Thomas Paine, an-

glický spisovatel pestřejší minulosti: v letech 1774–1790 působil na americkém kontinentě v boji za nezávislost tehdejších anglických kolonií, v letech 1792–1795 byl členem francouzského Konventu. Tento muž se opět opíral o ústřední křesťanské dogma – Bůh se zjevil na naší planetě a zemřel, aby zachránil její hříšné obyvatele. To je podle něj v rozporu s pluralitou světů, kterou tak uznává astronomie. Jak Paine ujišťoval, třebaže existence inteligentních forem života na Zemi není specificky křesťanská doktrína, je to nicméně podrobně vypracováno od proslulé biblické příhody s Evou a jablkem až po protipól, jímž je smrt Syna Božího, která má sejmout z lidí hřích, takže věřit jinak by podle něj činilo celý systém křesťanské víry směšným.

Napsal: „Otud... může vzniknout... podivný nápad, že Všemocný... by snad měl přijít do našeho světa zemřít, jak říkají, protože nějaký muž a nějaká žena snědli jablko! A na druhou stranu, máme se snad domnívat, že každý svět v nekonečném [vesmírném] stvoření měl Evu, jablko, hada a spasitele? V takovém případě osoba, jež je uctívě zvána Syn Boží a někdy samotný Bůh, by neměla nic jiného na práci než putovat od světa ke světu v nekonečné řadě smrtí, jen s velmi krátkými momenty života.“

Takže podle Painea je možné buď odmítnout víru v existenci mimozemského života, nebo zavrhnout křesťanství. Jeho kniha *Age of Reason* (Věk rozumu), z níž je náš citát, se dočkala v Anglii šedesáti tisíc výtisků. Bylo to jedno z posledních vyvrcholení polemiky o možnosti mimozemského života v konfrontaci s křesťanským dogmatem. Ovšem názor na mimo-

zemské civilizace někdy vedl do slepé uličky, což doložíme dalším příběhem.

OMYL KRÁLOVSKÉHO ASTRONOMA

V rodině pana Herschela, hoboisty hannoverského gardového pluku, zavládla 15. listopadu 1738 radost, když přišel na svět syn Friedrich Wilhelm. Ve čtrnácti letech hrál v tomtéž pluku jako otec, ale opustil ho v devatenácti. Naštěstí nesložil vojenskou přísahu, takže nebyl zběhem. Vydal se do Anglie jako hudebník, i tam zprvu ve vojenské kapele. Později začal komponovat, naučil se italsky, zřejmě v souvislosti s hudbou, ale také řecky. Navíc se živě zajímal o matematiku a optiku a studoval díla o astronomii.

Nad nimi se vracel k otázce, kterou už dříve vyřkli mnozí – pokud by byly všechny hvězdy stejně velké, nedalo by se z intenzity jejich světla, psalo se spíš o záři, stanovit, jak daleko jsou od Země? K tomu potřeboval dalekohled, a tehdy již poangličtělý William byl muž činu. Koupil si zprvu malý, s nímž však učinil stejné objevy jako již mnozí před ním. Potřeboval tedy něco dokonalejšího a rozhodl se pro zrcadlový teleskop. Navíc dospěl k závěru, že jeho nejdražší část, zrcadlo, si vyrobí sám. Zprvu se to příliš nevedlo, posléze však měl zrcadlo o průměru asi 16 cm, s ohniskem přes dva metry.

Pozorování hvězdné oblohy s cílem zjistit vzdálenost hvězd sice nevedlo k očekávaným výsledkům, ale 13. března 1781 zpozoroval Herschel v souhvězdí Býka něco, co nevypadalo jako hvězda. Vůči ostatním se toto nebeské těleso pohybovalo. Že by snad kometa? Nikoli; po tisíciletích to byl objev dosud neznámé planety, jíž se dostalo jména Uran, Williamu Herschelovi pak postavení anglického královského astronoma s ročním platem 200 liber. Sir William i nadále provozoval hudbu, ale už jen pro potěchu. Nadále též vyráběl zrcadla pro dalekohledy a věnoval se astronomii. Ne vždy ale bylo jeho počínání v této vědě tak slavné. Omyl proslulého astronoma odhalují historikové v jeho zápiscích, které ležely v archívech. Než v nich zalistujeme, doplníme, že sir William zemřel roku 1822.

Zápisky teprve nedávno podrobně studované začínají v sedmdesátých letech 18. století, tedy v době před objevem Uranu. Je na omluvu později slavného astronoma, že zachycují jeho začátky v oboru. Jeho inspirace vycházela z díla Jamese Fergusona, které jsme už představili. Teď doplníme, že tento muž prý dalekohledem odhalil na Měsíci hory, údolí a dutiny podobné stejným strukturám na Zemi, takže uzavřel, že „*tyto podobnosti nezanachávají prostor pochybnostem, ale že všechny Planety a Měsíce v [tomto] systému jsou navrženy jako pohodlná obydlí pro tvory vybavené schopností znát svého dobrotivého Tvůrce a uctívat ho*“.

Fergusonova jistota přivedla Herschela k pozorování Měsíce, kde, jak napsal ve svém de-

níku v roce 1776, pozoroval něco, co vypadalo jako les. Dne 28. května toho roku si zapsal: „*Moje pozornost byla především soustředěna na Mare humorum a nyní věřím, že je to les; toto slovo budiž přijímáno ve svém náležitém rozšířeném významu jako cosi tvořené takovými velkými rostoucími látkami.*“ Přízně jsme, že to není zrovna jasná a přesvědčivá charakterizace lesa. Herschel byl skutečně na vážkách a s cílem zkvalitnit svoje pozorování stávil stále dokonalejší dalekohledy, až v posledku postavil nejsilnější, jaký byl do té doby zhotoven.

Pomocí těchto dalekohledů pokračoval ve zkoumání Měsíce, což vyvrcholilo roku 1778 konstatováním, že jsou na tomto nebeském tělese města. Krátce poté, roku 1781, objevil planetu Uran a stal se v astronomii pojmem, což mu zároveň výrazně zlepšilo přístup do komunity těchto učenců. Od nich se dozvěděl, že pokládají tvrzení o životě na Měsíci, a to nejen jeho – nebyl sám v tomto ohledu, za více než problematická. Herschel se potom pustil do zkoumání mlhovin, které pokládal za analoga naší Mléčné dráhy a o nichž soudil, že oplývají inteligentními bytostmi. Ve prospěch tohoto badatele připomeňme, že zatímco roku 1780 bylo známo jen asi sto mlhovin, díky jeho úsilí vzrostl tento počet patnáctkrát. Pro onu religiózní dobu je příznačné, že, jak dnes odborníci soudí, Herschel postavil nejlepší dalekohle-

dy 18. století v naději, že jejich pomocí zachytí důkaz boží činnosti na našich nejbližších nebeských sousedech.

Tento závěr se mimo jiné opírá o Herschelovy představy, podle nichž, pokud by byly velké prostory vesmíru zbaveny jakéhokoli inteligentního života, představovalo by to mrhání božským úsilím. Výsledkem takových úvah bylo, že tento učenec doslova proměnil také Slunce a hvězdy v tělesa planetárního typu, jak o tom napsal roku 1795 ve vědecké práci týkající se povahy a stavby Slunce a fixních hvězd. Zjednodušeně řečeno, představoval si Slunce jako chladné těleso podobné Zemi, nad nímž se vznáší zářící vrstva, která dává této hvězdě vzhled, jaký známe. Skvrny na Slunci nejsou pak podle něj nic jiného než otvory v této vrstvě, jimiž prosvítá chladný povrch: „*Slunce... zdá se, není ničím jiným než velmi významnou, velkou a zářící planetou, evidentně první, nebo přesněji řečeno jedinou primární v naší soustavě... Její podobnost s jinými koulemi sluneční soustavy... nás vede k předpokladu, že je nanejvýš pravděpodobně obydlené, podobně jako zbytek planet, bytostmi, jejichž tělesné orgány jsou přizpůsobeny podivným podmínkám na této velké kouli.*“

Dnes se lze jen dohadovat, co mohlo vést Herschela k takovému závěru. Zdá se, že jednak pevně přesvědčení o tom, že vesmír oplývá tělesy, kde jsou inteligentní bytosti, jednak vlastní astronomická pozorování, z nichž

mnohá byla velmi kvalitní. Například sledování dvojhvězd. Ovšem zase – usoudil, že tyto objekty jsou příliš blízko u sebe, takže u nich nemohou být obyvatelné planety. Naznačují to i jeho další úvahy: „*Myšlenka, že by Slunce nebo hvězdy byly spíš jen podporovateli systémů planet, se absolutně nedá přijmout... Na druhé straně tu však byly dvojhvězdy, které jako by podle něj žily na případných planetách neprávě.*“ „*Zdá se, že je tudíž velmi pravděpodobné, že existují samy pro sebe: ve skutečnosti jsou jen velmi mocně zářícími primárními planetami spojenými v jeden velký systém vzájemného podporování.*“

Netřeba komentovat – slavný astronom se pokoušel vysvětlit mylné za každou cenu, takže ještě roku 1814 psal o hvězdách jako o „*mnoha temných, obyvatelných planetárních koulích*“. Přitom roku 1807 napsal významný učenec Thomas Young (1773–1829), že obrovská hmota Slunce by vyžadovala, aby „*slunečníci*“, tedy jeho obyvatelé, velcí jako člověk, vážili přes dvě tuny, a navíc aby je sluneční oblaka dokázala ochránit před velkým teplem tohoto tělesa.

Herschelovy úvahy jsou dokladem toho, jak se i velcí vědci někdy vydávají do problematických slepých uliček bádání. Přesto objev Uranu učinil tohoto badatele nesmrtelným. Otázka života jinde v kosmu je však stále otevřená.

Prof. RNDr. Vladimír Karpenko, CSc.

INZERCE

Elektronické cigarety s vysokou kvalitou a nadstandardním servisem!

Elektronické cigarety jsou to pravé, co hledáte. Žádný jiný výrobek tyto možnosti nenabízí, proto si Vaši pozornost jistě zaslouží

Postupným přechodem na nižší obsah nikotinu umožní kuřákovi snižovat závislost.

Proto také doporučujeme e-cigarety jako pomůcku k odnaučení kouření.

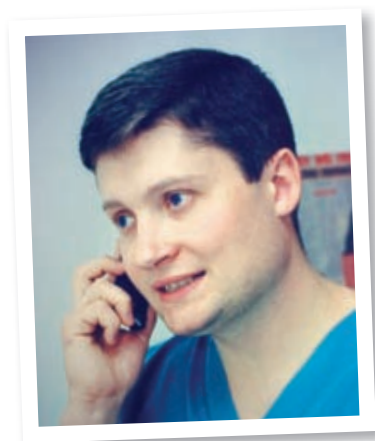
Internetový obchod ecigaretta.eu
www.ecigaretta.eu | shop@ecigaretta.eu
 T: +420 222 519 198 | M: +420 775 209 203

**Skvělá pomůcka k odvykání kouření.
 Elektronická cigareta od nás, je tu pro Vás.**

Nikotinový inhalátor včetně nikotinových náplní musí být z dosahu dětí a mladistvých, určeno pouze pro dospělé nad 18 let.

Proč někteří lidé nemohou zhubnout

*Je to pár měsíců, co sezonně ve společenských časopisech proběhly všechny možné tipy, jak zaručeně zhubnout do letního oblečení. Přes Vánoce je naopak povoleno přibrat, a tak to jde rok za rokem stále dokola. Výsledkem bývá většinou pozvolný příbytek na váze. Může brát proto takové rady někdo ještě vážně? „Nedůležité“ hubnutí totiž neexistuje. Zahrávat si s vlastním tělem je nesmysl. Vůbec nejde o to, půl roku shazovat kilogramy a pak se vrátit ke starým návykům. To buďte raději tlustí! **Proces hubnutí je život sám. Když se k tomuto kroku rozhodnete, musíte nenávratně změnit životní styl a ten pak již neustále dodržovat.***



Vjačeslav Kirjuchin – osteopat a manuální terapeut

Hubnutí vyžaduje disciplínu, vytrvalost, nekompromisní zvládnutí chuti na oblíbené pochoutky, a hlavně se při tom všem moc nelitovat. Musíte mít chuť na opravdovou změnu. Věta: „Chci zhubnout!“ by neměla být pouze fráze, kterou vypustíte z úst, když si v obchodě s oblečením zkoušíte v kabince o pár čísel menší kalhoty. Hubnutí zkrátka musíte myslet stoprocentně vážně.

JAKOU MÁTE MOTIVACI?

Když se tedy se vši vážností rozhodnete k tomuto kroku, nejprve se na sebe podívejte milujícím očima, které vás nebudou kritizovat, ale naopak vám budou chtít pomoci. Dobrou prvotní motivací pro hubnutí je stanovení si cíle. Mladé dívky si například mohou přát postavu jako modelky. Lidé ve středním věku si třeba přejí vypadat dobře v plavkách na pláži, být přitažliví a mít možnost si koupit oblečení, které se jim líbí, a ne jen to, do kterého se nasoukají. Senioři často hubnou ze zdravotních důvodů. Vnitřní orgány obalené tukem nefungují optimálně. Při nadváze bývají voda a odpadní látky uloženy v tuku. Tkáň bývá křehká a náchylná k modřinám a úrazům, které se pak mnohem hůře hojí. Nadváha je zátěží také pro práci srdce. Při spaní se spotřebuje větší množství kyslíku. Více je namáhán hrudník. Zkrátka, nadměrná

a svým způsobem zbytečná práce organismu je daní za to, že člověk miluje jídlo a v hojném množství si jej dopřává.

O kráse se v tomto článku zmiňovat nebudeme. Každý má svůj osobní názor na to, co znamená krása. Někdy je silná žena pěkná a přitažlivá, stejně tak muž. Hrají zde tedy roli i jiné faktory než jen perfektní postava. Zaměříme se pouze na oblast zdraví, protože tloušťka a zdraví nejsou vůbec kamarádi.

Dále uvedené informace si nekladou za cíl někoho se dotknout, nýbrž jen informovat a ukázat některé důvody, jež u mnoha lidí k tloušťce vedou.

Dělal jsem průzkum mezi svými pacienty s nadváhou, abych zjistil, které faktory u nich nadváhu způsobují. Tito lidé ke mně chodili na korekci páteře, kloubů apod. Kromě problémů s pohybovým aparátem měli nějaký ten kilogram navíc. Ve chvíli, kdy se jejich zdravotní stav díky terapiím zlepšoval, začala se jim také formovat postava a hubli. Toto byl však vedlejší účinek léčby, nikoliv cíl.

NÁSTRAHY TĚHOTENSTVÍ A KOJENÍ

Zjistil jsem, že ve většině případů mají tlustí lidé partnera či partnerku. Než se s ním/ni seznámili, vypadali zpravidla jinak. Poté, co se vdaly a oženili, dost časem přibrali na váze.

Mezi hlavní faktory ztloustnutí patřilo u žen období těhotenství. V některých případech zapnul genetickou náhynost k tloušťce (to znamená, že vždy někdo z rodiny až do třetího pokolení zpět byl tlustý).

Většina žen dlouho kojí, protože si přečetly, že kojit co nejdéle je správné. Jestliže se jim však netvoří dostatek mléka, jedí ve velkém množství kalorická jídla. Cenou za více mléka pro miminko bývá ale většinou tloušťka maminky.

Pacienti – manželé těchto obézních žen říkají, že přestávají vidět svou ženu jako sexuální partnerku. Takovou holku si přece nebrali! Jsou zklamaní, protože si vybrali štíhlou dívku v minisukni, a teď mají doma zápasnici sumó. Zachránit vztah pak dokáže pouze „sebeobět“. Muži mají své „náhle“ ztloustlé ženy rádi, ale vidí je již jinak – jako „mamču“. Je třeba zdůraznit, že tito muži vypadají většinou velmi dobře.

TRÁVICÍ SEXUÁLNÍ VZTAH

Náš mozek je zkonstruován tak, že když mu něco chybí, dokáže si vytvořit vhodnou náhražku. V našem případě u tlusté ženy bývá jídlo náhražkou za sexuální vztah. Proces jedení a polykání je prožíván jako sex – „trávicí sex“ – sex s trávicími orgány. Místo pohlavních orgánů se spouští trávicí orgány. Když se tento mechanismus u žen spustí, je těžké jej ovládnout. Dosáhnout sexuálního uspokojení je dřina, ale dostat kus housky se šunkou do úst není vůbec problém.

Aby žena zvládla svůj přejídací návyk, musí mít dobrého partnera, který ji pochopí a bude se jí snažit pomoci. Je nutné, aby byl, nezávisle na fyzickém vzhledu, mezi partnery obnoven či vytvořen blízký kontakt, kvalitní sexuální vztah, kterému by žena dala přednost před houskou se šunkou či čokoládovou tyčinkou. A takový vztah musí být dlouhodobý. Nejde o to, že se muž na chvíli „přemůže“ a za měsíc se vše vrátí do starých kolejí.

HORMONY

Další skupinou jsou ženy a muži, kteří říkají, že sexuální vztah s partnerem je v pořádku, ale přesto jsou tlustí. Tito lidé bývají nemocní hormonálně. Zhubnout lze pouze vítězstvím nad sebou. Takovou disciplínu snad ani není možné vydržet, proto se v mnoha případech zase vrací k jídlu.

JÍDLO LÉKEM PROTI STRACHU

Jsou tací, kteří když nejedí, tak se bojí. Vědí, že zahánět strach jídlem je nesmysl, ale nedokážou s tím nic udělat. Stále musí něco žvýkat. Jídlo je pro ně reálná záležitost a drží je v přítomnosti. Když nejedí, jsou mimo realitu. Jedná se v podstatě o maniodepresi (tj. závažný psychický stav, kdy dochází ke střídavým změnám nálad od vitality k apatii až hlubokým depresivním stavům). Když tito lidé jedí, je pro ně život krásný a bezproblémový.

Stejně tak se dá jídlem dobře zahnat smutek, stres, nervozita či jiné negativní stavy. Naopak při pocitech štěstí a radosti jídla tolik nepotřebujeme.

VE ZDRAVÉM TĚLE ZDRAVÝ DUCH

Jak naznačuje latinské přísloví: „Mens sana in corpore sano“ – „**Ve zdravém těle zdravý duch**“ – existuje vliv ducha na tělo a opačně. Je-li tělo nemocné, trápí se zároveň duch, a je-li nemocný duch, trpí tělo. V našem případě chce duch jíst a tělo trpí následky přejídání. Takové tělo dřív nebo později onemocní a trápí se, stejně tak trpí i duch. Člověk je v nepohodě a tento stav potřebuje určitým způsobem ventilovat. Záleží hodně na vyspělosti ducha, jak se v takovém případě projeví. Mnozí lidé jsou proto v dnešní době agre-

sivní. Oni vědí, že jsou agresivní, ale neumí si pomoci. Stav, kdy jejich tělo trápí ducha (či obráceně) nedokážou řešit lépe než tím, že jsou agresivní vůči druhým.

HUBNOUČÍ TERAPIE

Jak již bylo mnohokrát řečeno, zaměřuji se na korekci a léčbu pohybového aparátu. Obezita tento proces velmi ztěžuje a prodlužuje dobu léčby. Proto pacientům vysvětluji, že je dobré zhubnout. Bývá nutné, aby upravili jídelníček a pravidelně jedli jen to, co jim doporučím. Ještě před první návštěvou přestaňte s konzumací všech mléčných výrobků. (Toto doporučení dávám všem svým pacientům.) Kromě úpravy jídelníčku a pomoci při nalezení psychické příčiny tloušťky podporuji proces hubnutí speciální terapií. Využívám k tomu patentovaný přístroj na neinvazivní (tj. bez injekcí, řezů a jiných chirurgických zákroků) hemodialýzu. Hemodialýza je – krátce řečeno podle klasické medicíny – procedura, která umožňuje čistit a filtrovat krev. Organismus se tak zbaví močoviny, toxických látek, nadbytečné soli a vody. Tento zákrok potřebují lidé, jimž selhaly ledviny.

A dále provádím celkovou lymfodrenáž. Tímto způsobem se dobře uvolní lymfa, aktivuje se funkce ledvin a střev. Laicky řečeno se toto uvolnění projeví například očištěným průjmem či častým chozením na malou stranu. Dotyč-

ný se tak krásně očistí od toxinů a začne hubnout v oblasti boků, zadku, břicha, stehen, lýtek, bočních stran těla, na rukou a v obličeji. Terapie nemá žádný vliv na zmenšení prsou (ta zůstanou stále stejně velká).

Protože je člověk odvodňovaný, má často žízeň. Někomu, kdo dříve málo pil, připadá takový stav nezvyklý a může si myslet, že se jedná o příznak cukrovky, ale není to tak. Tělo potřebuje propláchnout. Pak teprve začínají správně fungovat trávicí orgány, přestávají být potíže se střevy, ledvinami, močovým měchýřem, u žen s vnitřními pohlavními orgány. Mírní se onemocnění jater, slinivky a dalších vnitřních orgánů. Příjemným vedlejším účinkem přístrojové lymfodrenáže a hemodialýzy je rovnání nohou. Máte-li nohy do písmene O nebo X a zároveň splňujete určité podmínky, o kterých se více dozvíte v příštím čísle, je možné mít v jakémkoli věku krásné rovné nohy bez řezů a bolesti.

Terapie má též pozitivní vliv při skolióze, hrudní kyfóze (tzn. záda jsou kulatější, než je běžné) a bolestech zad. Prospívá lidem s artrózou páteře, kyčelních kloubů, kolen a kotníků. Pomáhá též při chronické blokaci žeber. Navíc si organismus při terapii vytváří více endorfinů neboli hormonů štěstí a dobré nálady. Pacient se tak stává novým člověkem.

Připravila Ing. Petra Forejtová



CERVENEC 13

Tato myšlenka není nikterak kontroverzní. Naše současná západní medicína přece rovněž poukazuje na souvislost mezi psychickým a fyzickým zdravím a označuje takové poruchy jako nemoci *psychosomatické*.

HNĚV

patří k prvku dřevo, souvisí s játry a s energií vítr.

Způsobuje stoupání čchi a krve směrem vzhůru. Projevem jsou závratě, bolesti hlavy, zarudnutí obličeje a očí, hučení v uších, zvracení, ztráta vědomí.

■ Jin hněv trvá dlouho, ale není příliš silný, člověk se nemůže zbavit myšlenek na události, které mu v minulosti uškodily, a neustále se k nim vrací, bývá často podrážděný, nesnášenlivý.

■ Jang hněv je silný, impulzivní, působí krátkodobě, dodává velkou sílu. Člověk se přestává ovládat a v rozrušení může udeřit nebo i zabít. Ve sportu takový hněv napomáhá k dosažení velkých výkonů.

RADOST

patří k prvku oheň, souvisí se srdcem a s energií teplo.

Radost způsobuje, že je čchi vyrovnaná, vrcholí ve spokojenost a štěstí. Když je ale

přehnaná, duch se rozptyluje, nemůže se schovat, a to vede ke stavům vyčerpání, neschopnosti se soustředit, bezuzdné radosti až k psychickým poruchám.

■ Jang radost je silná, krátkodobá, projevuje se hlasitým nakažlivým smíchem. Přílišný nával radosti – když například člověk vyhraje vysokou částku peněz – může vést až k infarktu.

■ Jin radost je tichá, dlouhodobá, projevuje se jen tichým úsměvem. Člověk se neustále vrací k důvodu své radosti, která vychází zevnitř.

NEKLID, OBAVY, STAROSTI

patří k prvku země, souvisí se slezinou a s energií vlhko.

Pokud jsou tyto emoce přepjaté a neustálé, vyvolávají pocit plnosti u srdce, srdeční arytmie, poruchy spánku, zapomnětlivost.

■ Jin neklid vede k tomu, že jedinec dlouho přemýšlí, nemůže se rozhodnout pro ani proti, vše bere velmi seriózně, z nepatrného důvodu upadá v zámčivost. O problému stále přemýšlí a špatně spí, jeho přemýšlivost a sklon k filozofování ho však neuspokojují a nepřináší mu radost ani potěšení.

■ Jang neklid je silný a nepředvídatelný, netrvá však dlouho, člověk intenzivně přemýš-

lí, třeba až několik dní nejí, ale nakonec se rychle vrací k normálu.

SMUTEK

patří k prvku kov, souvisí s plícemi a s energií sucho.

Smutek a žal způsobují vyčerpání, ubývání čchi i v ostatních orgánech. Projevem je zkrácený dech, celková slabost, úbytek psychických sil, časté vzdychání, nechutenství, poruchy močení a stolice.

■ Jang smutek je reakcí na velké hoře, které způsobuje například úmrtí nebo ztráta blízké osoby. Silný smutek může podle cyklu rození přejít rychle do jang strachu, vyvolat těžké onemocnění, někdy končící i smrtelně.

■ Jin smutek se projevuje častým pláčem bez zřejmé příčiny nebo při dojemném filmovém či divadelním představení. Může také skrývat nespokojenost člověka z toho, že mu nikdo nevěnuje pozornost.

STRACH

patří k prvku voda, souvisí s ledvinami a s energií chlad.

Když strach a úzkost působí dlouhodobě, dochází k poruchám ledvin, oslabování kostí, ochabování dolních končetin, poruchám spánku, menstruačním potížím. Postiženy

Pět prvků a pět emocí

Starověké čínské učení o pěti prvcích přiřazuje ke každému z nich jeden orgán lidského těla a také konkrétní psychické projevy. Hovoří o vzájemných vztazích, kdy narušení funkce některého orgánu vyvolává emoce pro něj charakteristické, a naopak dlouhotrvající silné duševní hnutí může poškodit „svůj“ orgán a způsobit takzvané onemocnění „z vnitřní příčiny“.

jsou i plíce, dostaví se prudké bušení srdce, dočasná ztráta řeči nebo bezvědomí. Strach je charakteristický pro starší lidi, kteří se často setkávají se smrtí svých vrstevníků, trpí fyzickou slabostí a jsou často nemocní. Strach vyvolává chronická onemocnění a zhoršuje zpětně jejich průběh. Léčba na tělesné úrovni bývá proto často neúčinná.

Emoce strachu může vést k onemocnění spojenému s nadbytkem jang chladu. Projevem je silná bolest, slabost, prochládání, obrny, mrtvice.

■ Jin strach se může projevit jako strach z výšek, tmy, smrti a podobně.

■ Jang strach je náhlý, těžko vysvětlitelný, například strach z pádu. Je nezvladatelný až panický, člověk hnaný jangovým strachem pobíhá jako choromyslný z místa na místo. Mnohdy je naopak člověk strachem až strnulý. Jeho zrak je zafixován do jednoho bodu, objevuje se třes rukou, neschopnost cokoli dělat.

JAK ZVLÁDNOUT EMOCE

Vztahy mezi emocemi se řídí – jak jinak – stejnými pravidly, jako vztahy mezi jejich „mateřskými“ prvky. Pokud jde o léčení, nebude nás nyní příliš zajímat cyklus rození, podle kterého se nemoc spíše rozvíjí

a postupuje, ale cyklus vzájemného ovládní. Úryvek z Vnitřního kánonu, starověké čínské medicínské klasiky, to přibližuje takto:

„Hněv poškozuje játra, ale smutek přemáhá hněv; radost poškozuje srdce, ale obavy překonávají radost; starosti poškozuji slezinu, ale hněv překonává starosti; smutek poškozuje plíce, ale radost překonává smutek; obavy poškozuji močový systém, ale starost překonává obavy.“

Je to praktický návod, jak škodlivou emoci ovládat čili jakou emoci je třeba v pacientovi vzbudit, aby byl vyléčen. Nebude na závalu věci, připojíme-li na závěr také jednu „kazuistiku“, jak je vyličená v díle *I fang kchao* (Výzkumy o lékařských postupech), které sepsal Wu Kchun koncem 16. století.

„Wen Č' byl muž [pocházející] z Čchi. Král Wej z Čchi byl chorý a vyslal posla, aby přivedl Wen Č'a. Když Wen Č' dorazil, pravil k následníkovi trůnu: „Král se uzdraví, jestliže se rozhnevá. Ale pokud se pokusí zabít mne na místě, co mám dělat?“ Následník trůnu odpověděl: „Neměj obavy. Zachráním tě.“ Wen Č' nebyl do-

chvilný, když navštívil krále. Jakmile vstoupil, postavil se na matraci [na níž seděl král], aniž by sňal obuv. Král, rozrušený, přikázal sloužícím, aby Wen Č'a odveklí, a byl hotov nechat ho uvařit k smrti. Následník trůnu v tom okamžiku zasáhl a požádal krále, aby muže ušetřil. Králův hněv pomínil a panovník odpustil Wen Č'ovi. Protože se tím [touto procedurou] uzdravil.“

Jak Wu Kchun dodává, příčinou královy choroby byla starost, a Wen Č' tedy záměrně svým nevhodným chováním vyvolal v králi hněv, emoci, která starost ovládá. Podle pozdější verze se události seběhly stejně až do okamžiku, kdy král přikázal nechat Wen Č'a usmrtit. Dále historka pokračuje tak, že „následník trůnu a královna se ho marně zastávali, neuspěli. Přes všechnu jejich snahu byl Wen Č' vařen zaživa ve velké nádobě. Když byl vařen tři dny a tři noci, jeho výraz se ani trochu nezměnil. Pravil: „Jestliže mne opravdu chcete zabít, proč nedáte na nádobu víko, abyste zastavili [cirkulaci] jinyvé a jangové čchi?“ Král přikázal přiklopit nádobu, načež Wen Č' zemřel.“

(S použitím knihy MUDR. R. Růžický, CSc.,

Učení o pěti prvcích, 2004)

Ivana Karpenková

Nanobakterie: kone



„Dnes k nám kámen 84001 promlouvá přes všechny ty miliardy let a miliony mil. Hovoří o možnosti života. Jestliže bude tento objev potvrzen, bude to jistě nejúžasnější pohled do našeho vesmíru, jaký se kdy vědě odkryl.“ **Prezident USA Bill Clinton (1996)**

Není běžné začínat článek o vědeckých objevech nadšeným výrokem státníka, ale tehdy, roku 1996, byl americký prezident stejně u vytržení jako vědci z NASA. Ti totiž ohlásili, že v meteoritu ALH84001 (tak byl přesně označen) nalezeném v Antarktidě a starém zhruba 4,5 miliardy let našli zkamenělé útvary, které snad mohly být nesmírně malými mikroorganismy, bakteriemi. Pozoruhodnost nálezu nebyla jen v jeho stáří, ale především v tom, že nade vši pochybnost k nám přiletěl z Marsu, což naznačovalo, že se život kdysi formoval i na rudé planetě. Záhadné struktury na bázi uhlíčitanů a sulfidů, mimo jiné hořčiku a železa, se opravdu svým tvarem podobaly bakteriím, jen byly příliš malé na to, aby se do nich vešlo všechno, co je nezbytné k rozmnožování, mimo jiné DNA. Historii zkrátíme – po čase se ukázalo, že radost byla předčasná: byly to anorga-

nické struktury, které neměly se životem nic společného.

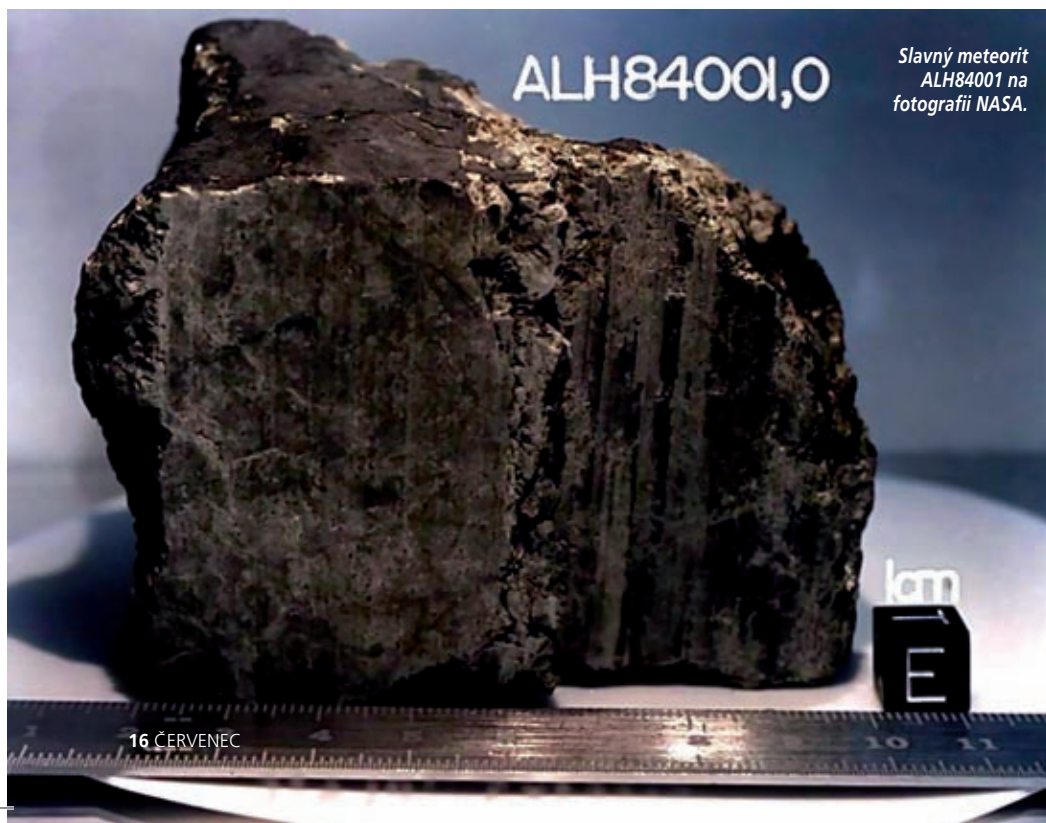
Protože byly velmi malé, bude vhodné vydat se nejprve do mikroskopického světa, kde se velikost neměří na metry, ale na jejich miliardtiny, nanometry (zkratka nm, 10^{-9} metru). Předpona *nano-* je dnes v kurzu, takže připomeňme, že vznikla mírným přeformováním latinského *nānus*, trpaslík, pocházejícího z řeckého *nanos*, ve stejném významu. Dříve než u bakterií v titulku se toto slovo objevilo například v medicíně jako *nanismus* čili trpaslictví, porucha růstu způsobená nedostatkem růstového hormonu.

My se však vydáme do světa, kde je skutečným obrem i pouhá červená krvinka. *Prion*, spojený s neblaze proslulou „nemocí šílených krav“, má rozměr asi 13 nm, ale to je jen větší molekula. Buněčná struktura, ribozom, měří přibližně 20 nm, a jen o málo větší, asi 23 nm, je nejmenší dosud známý virus, *Parvovirus*, vyvolávající onemocnění psů kon-

čící často uhynutím, a soudí se, že je příčinou takzvané „páté nemoci“ u dětí. Naopak největším virem je *Mimivirus* objevený roku 1992 v měňavkách; jeho velikost se udává 400, jindy dokonce 800 nm. Označení vychází z anglického slova *mimic* použitého ve smyslu „napodobovat“, v tomto případě svou velikostí bakterie. Domnělé bakterie ALH84001 jsou protáhlé, dlouhé kolem 380 nm, zatímco nejmenší známé živé organismy jsou bakterie rodu *Mycoplasma*, kulovité, o průměru zhruba 200 nm. Některé způsobují závažná onemocnění, například zápal plic. Jsou zajímavé tím, že nemají vyvinutou buněčnou stěnu. Největší bakterií je *Staphylococcus aureus*, rovněž kulovitý, o průměru 600 nm, původce řady nemocí. Přehledku těchto trpaslíků ukončíme slíbeným obrem, lidskou červenou krvinkou, jejíž průměr se pohybuje kolem 7000 nm. Můžeme se vrátit do minulosti, nikoli však k meteoritu z Marsu. Tenhle objev čehosi jako bakterií totiž nebyl první. Měl předchůdce, jemuž nebyla věnována taková pozornost, možná také proto, že nepřiletěl z vesmíru.

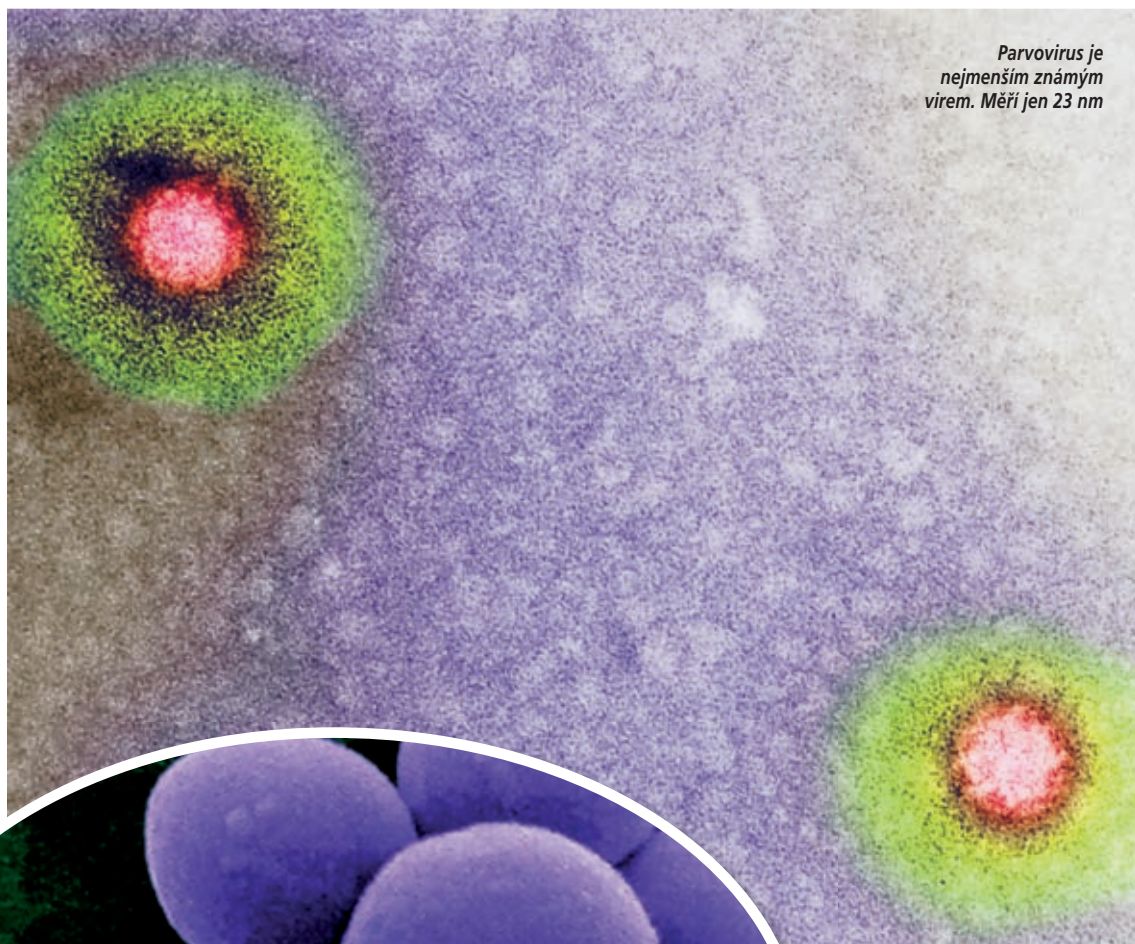
OBJEVY NANOBAKTERIÍ

V roce 1993 zkoumal americký badatel dr. Robert J. Folk (University of Texas) horniny, které shromáždil při svém studiu horkých pramenů v italském Viterbu. Byl to právě tento vědec, jenž tehdy ohlásil objev „nannobakterií“ (není to chyba tisku, psal je se dvěma „n“), kulovitých útvarů opravdu připomínajících zkamenělé bakterie. Zdálo se, že původně měly dokonce buněčnou stěnu, a dalo se soudit na jakési stopy vnitřní struktury. Jen byly na bakterie příliš malé – jejich průměr se pohyboval od 10 do 200 nm. Tyto záhadné útvary našel dr. Folk v geologických vrstvách odpovídajících paleozoiku (doba před 542 až 215 miliony let) a mezozoiku (251 až 65,5) a posléze usoudil, že by to mohly skutečně být jakési primitivní mikroorganismy, které zpracovávaly jak organické, tak anorganické látky, a za nesmírně dlouhá období vytvořily geologické vrstvy, v nichž se samy zachovaly. Myšlenka to byla nepochybně atraktivní, leč mylná. Víme, že nebyl se svým omylem osamocen; měl již zmíněné pokračovatele v americké NASA s meteoritem ALH84001. Není však vůbec namístě tyto vědce kritizovat. Výzkum probíhal na úrovni doby a se znalostmi živé hmoty, jaké byly k dispozici. A přiznejme si, jaké znalosti máme dnes? Nepochybně větší, ale jsme nesmírně daleko od toho, vědět vše. Pokud to budeme kdy vědět.

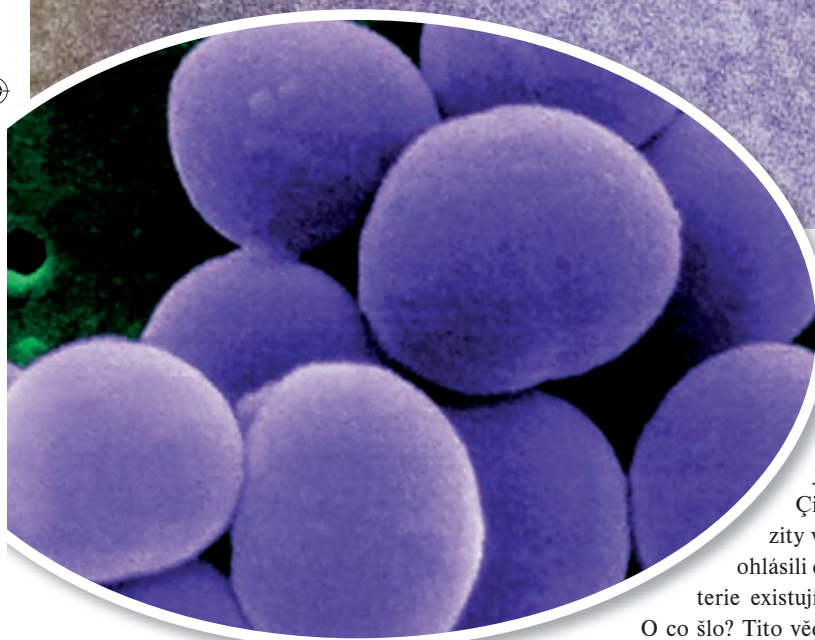


Slavný meteorit ALH84001 na fotografii NASA.

...c jedné domněnky?



Parvovirus je
nejmenším známým
virem. Měří jen 23 nm



Největší bakterii je *Staphylococcus aureus*,
v průměru má asi 600 nm.

Ve skutečnosti duo dr. Folk a odborníci z NASA rozvířilo zásadní a velmi záslužnou vědeckou diskusi týkající se otázky, jaký může být nejmenší rozměr živých organismů. Kritici poukazovali na to, že podivné nálezy byly klasifikovány jako pozůstatky někdejších primitivních organismů jen na základě tvaru, a navíc přidávali mnohem podstatnější argument, že klíčové buněčné organely měří řádově dvacet nanometrů, takže by se do nejmenších „nannobakterií“ dr. Folka prostě nevešly. Tyto mikroorganismy by tak nebyly vybaveny k životu. Alespoň ne k takovému, jaký si

O co šlo? Tito vědci začali zkoumat jakési záhadné kontaminanty, které našli v živné půdě buněčných kultur. Výzkum zahájili poté, když zjistili, že jim jakési nesmírně malé částice poškozují pěstované buňky, obzvláště řečeno, jako by ty buňky „onemocněly“. Podivné bylo, že neznámé částice odolávaly běžným postupům sterilizace teplem, případně detergenty, a nedaly se odstranit ani přidáním různých antibiotik. V elektronovém mikroskopu to byla kulovitá tělíska, jejichž průměr kolísal mezi 50 a 500 nanometry. Navíc se velmi podobaly „nannobakteriím“ dr. Folka. Vědecký výzkum se někdy opravdu dostává do situace, kdy můžeme mít dojem, že jde o vědeckofantastický žánr – záhadné mikroorganismy, zdánlivě nezničitelné.

Přesvědčení, že to jsou opravdu jakési živé jednotky, ještě zesílilo, když v nich finští badatelé prokázali přítomnost nukleových kyselin a bílkovin. Dokonce se podařilo DNA sekvenovat, předpokládáné bakterii se dostalo pojmenování *Nanobacterium sanguineum* a byla zařazena do skupiny zahrnující rody *Brucella* a *Bartonella*. První z nich způsobuje vážné onemocnění skotu, druhý pak onemocnění přenášené klíšťaty především z koček a psů na člověka. Naštěstí je vzácné, leč průběh může být vážný. Záhadné *Nanobacterium* jako by opravdu žilo, protože, jak se ukazovalo, dokázalo měnit tvar a postupně se z kuliček vytvářel jakýsi povlak, film a shluky hmoty obsahující minerály. K těm se dostaneme později. Teď bylo podstatné další zjištění, které finské vědce překvapilo – záhadné útvary našli v tělních tekutinách, v krvi, slinách a moči zvířat i člověka. Z toho usou-

pravujeme. A právě když tyto diskuse vrcholily, přihlásili se další vědci.

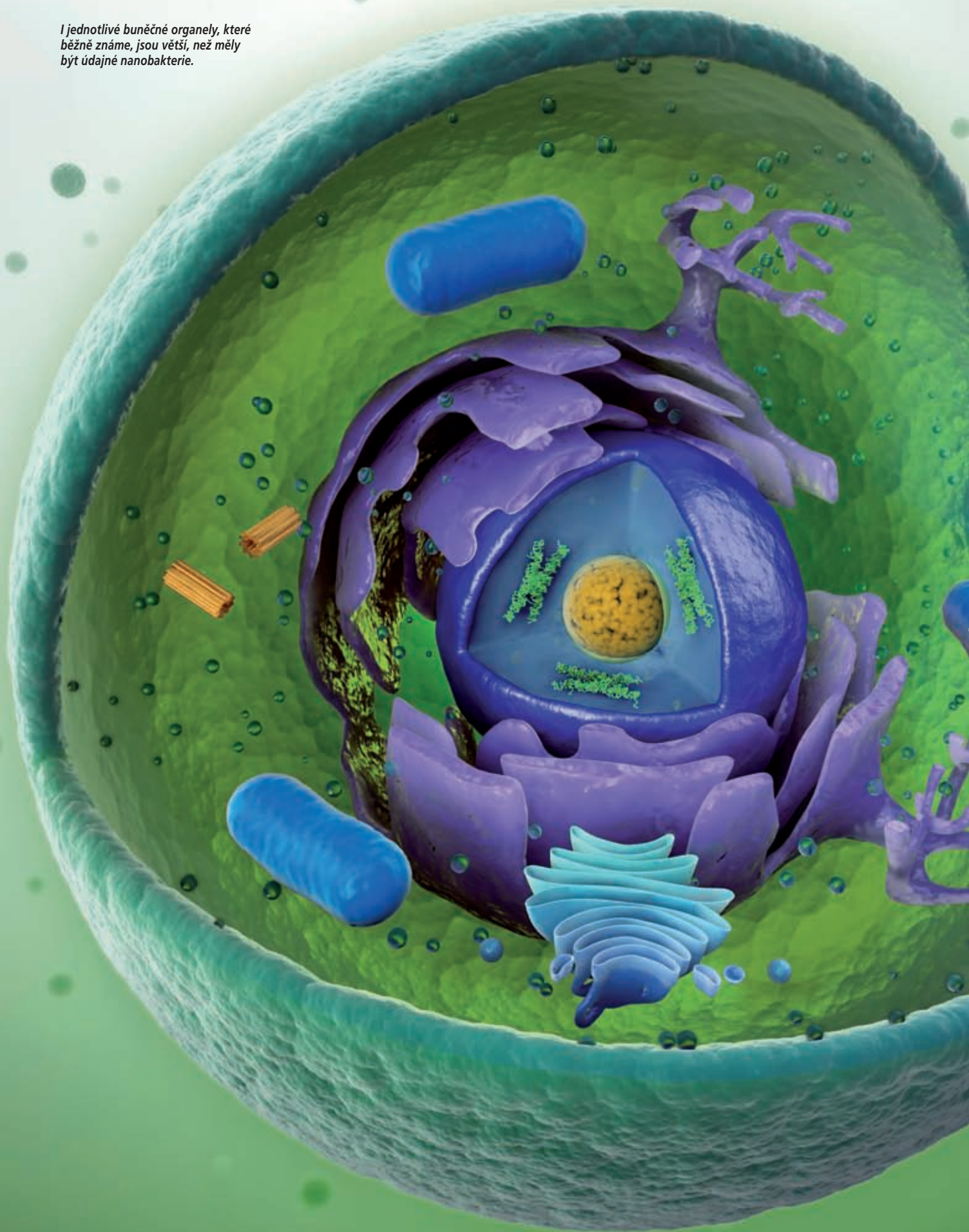
Dr. E. Olavi Kajander a dr. Neva Çiftçioğlu z univerzity ve finském Kuopiu ohlásili důkaz, že nanobakterie existují jako živí jedinci.

dili, že tyto mikroorganismy mohou být příčinou různých onemocnění, kdy se vytvářejí mineralizované struktury, například ledvinové kameny. Později k tomu přidali některé druhy rakoviny, aterosklerózu či degenerativní kloubní onemocnění.

To byla jedna oblast závěrů tohoto výzkumu. Druhá se týkala úvah o tom, že by se právě přes takové podivné bakterie možná dalo hledat vysvětlení vzniku života. Na druhé straně však například dr. Jack Maniloff z lékařského centra univerzity v americkém Rochesteru suše prohlásil, že tento objev je „studenou fúzí mikrobiologie“. To je dnes okřídlené rčení ve vědeckých kruzích označující blamáž. Studená jaderná fúze je jaderná reakce, při níž dochází k fúzi atomárních jader za nízkých teplot, i pokojových, přičemž se uvolňuje značné množství energie. Roku 1989 američtí chemici Stanley Pons a Martin Fleischmann oznámili, že se jim tato reakce povedla, ovšem pozdější studie prokázaly, že za daných podmínek k fúzi nedochází, a práce obou vědců se stala proslulým omylem.

Mnoho vědců však skeptici dr. Maniloffa nesdílelo, zvláště když roku 2004 oznámil tým z americké Mayo Clinic (hlavní sídlo ▶

I jednotlivé buněčné organely, které běžně známe, jsou větší, než měly být údajné nanobakterie.



v Rochesteru, USA), že našel nanobakterie ve vzorcích zpěnatých tepen, a tyto bakterie nejen, že obsahovaly DNA, ale údajně vytvářely RNA, což by znamenalo, že dokážou syntetizovat i bílkoviny. Není divu, že se vynořila úvaha o jejich možné souvislosti s nemocí šílených krav, jakož i s dalšími chorobami. Nová hrozba byla na obzoru a s ní se objevila jako první firma Nanobac OY založená finskými objeviteli těchto mikroorganismů. Šlo o výrobu diagnostických přípravků, jimiž by bylo možné odhalit nákazu nanobakteriemi. To byl další směr vývoje. Současně pokračoval výzkum. Abychom nahlédli za jeho kulisy, musíme se vrátit k minerálům v nanobakteriích, a také k chemii bílkovin.

UMĚLÉ NANOBAKTERIE

Když byly zkoumány minerály obsažené v předpokládaných nanobakteriích, ukázalo se, že jde především o apatit, což je fosforečnan vápenatý (ve skutečnosti je správnější hovořit o hydroxyapatitu, ale zkrátíme si to), a kalcit, uhličitan vápenatý. Tyto soli se běžně vyskytují v krystalické formě, přičemž obě se podílejí na struktuře kostí.

Jako všechny soli, i tyto jsou tvořeny dvěma opačně elektricky nabitými částmi, totiž kladně nabitým kationtem vápenatým, zatímco druhá složka, anion, ať fosforečný nebo uhličitanový, je záporně nabitá. Ve vodě, při rozpouštění, se kationty a anionty oddělí a jsou samostatné.

Tedy k bílkovinám. Jsou to složité struktury, do jejichž detailů se nebudeme pouštět; stačí nám fakt, že v těchto komplikovaných a velkých molekulách jsou vždy malé struktury, které jsou kladné, nebo záporně nabité. Z fyziky víme, že se opačné elektrické náboje přitahují, takže je snadné myšlenka, že záporná struktura na molekule bílkoviny bude elektricky přitahovat kladně nabitý vápenatý kationt, kladná pak záporné anionty, třeba fosforečné. To je proces důvěrně známý v che-

mii bílkovin a odborně se mu říká „interakce bílkovin“. Přitom nevzniká pevná chemická vazba, ale partneři opačného náboje jsou k sobě poutáni mnohem slaběji než třeba atomy vodíku a kyslíku v molekule vody. Takže „interakce“ je velmi slabá, nicméně stačí k tomu, aby bílkovina za vhodných podmínek nějaké ionty navázala a za jiných je zas uvolnila. Na tom, velmi zjednodušeně, spočívá transport soli v organismu. V krevním séru je nejvíce albuminu, který je znám tím, že velmi ochotně interaguje doslova se vším možným, a vcelku důstojným partnerem je mu také A-fetuin.

Tyto znalosti, výzkum interakcí bílkovin začal v polovině minulého století, měli také dr. John D. Young z Čchang Gung University na Tchajwanu a jeho doktorand Jan Martel. Oba napadlo, že by se mohli pokusit vytvořit nanobakterie z anorganických sloučenin. Vyšli z toho, že jak apatit, tak vápenec tvoří za normálních podmínek jednoznačně strukturované krystaly. A co zkusit přidat k nim nějakou bílkovinu, přičemž se samozřejmě nabízely obě výše zmíněné – albumin a A-fetuin? Vápenatý a fosforečné ionty začnou samozřejmě při dostatečné koncentraci v roztoku vytvářet krystaly, ale ukázalo se, že v přítomnosti bílkoviny to není tak jednoznačné. Bílkovina totiž, jak řečeno, interaguje s oběma druhy iontů, a k překvapení obou vědců místo toho, aby vznikala očekávaná krystalická apatit, začala se tvořit amorfni, tedy nekrystalická kulovitá tělíska složená z bílkoviny s navázanými anorganickými ionty. To se odehrávalo v klasické živné půdě, kde se pěstují bakterie.

Další proces byl neméně zajímavý – částice pořád rostly, byly kulovité, přičemž se ukázalo, že se do nich dokážou zabudovat nejrozdílnější sloučeniny, které byly přidány, tedy například sacharidy, lipidy, a také DNA a RNA. Vznikající kulička byla vrstevnatá, přičemž se v ní střídaly vrstvy anorganických solí a organických sloučenin. Poté nastal moment, kdy už přítomné bílkoviny nedokázaly interagovat s anorganickými ionty, prostě je neměly kam navázat, protože všechna místa, kde to bylo možné, byla už takovými ionty obsazena. V tomto okamžiku začala převládat krystalizace. Na povrchu kuliček se konečně objevily typické krystalky apatitu a v poslední fázi se kuličky začaly spojovat, přičemž se na dně kultivační misky tvořila souvislá vrstva, na vnějším povrchu krystalická. Byl to prakticky přesně stejný obraz, jaký se naskýtal vědcům soudícím, že mají co činit s živými organismy. Souhlasila i velikost oněch kuliček.

Představa nanobakterií se rozplynula po vcelku jednoduchém pokusu. Byla to jedna ze slepých uliček, z porážek vědy? Slepou uličkou byla domněnka, že jde o mikroorganismy. Finské vědce svedlo na scestí to, že domnělé bakterie reagovaly na protilátky. Ovšem ve skutečnosti to byla jen reakce právě na albumin a fetuin. Použité protilátky ve

skutečnosti reagovaly na tyto dvě bílkoviny hovězího původu, protože k výrobě živných půd se často používá krevní sérum hovězích zárodků, takže se zmíněné bílkoviny zabudovaly do vznikajících kuliček.

CO DÁL?

Tím však dosavadní historie domnělých nanobakterií zdaleka nekončí; naopak, otevírá se nová stránka výzkumu. Bakterie byl omyl, podivné nanostruktury v živých organismech jsou nesporný fakt. Kde se berou a proč? Zatím můžeme hovořit o hypotéze, byť velmi pravděpodobné. Jak napsali tchajwanští vědci: „*Věříme, že částice podobající se nanobakteriím vznikají přirozeným procesem, který normálně chrání organismus před nechtěnou tvorbou krystalů, ale za jistých podmínek může vést k tvorbě takových částic.*“ Tuto hypotézu můžeme zjednodušeně rozebrat. V živých organismech, tedy uvažujeme lidský, jsou vždy anorganické ionty, mimo jiné i ty, které jsme uvedli, přičemž absolviují neustálý koloběh. Vždyť jen naše kosti se neustále obnovují; u zdravého jedince je rychlost odbourávání kostní tkáně stejná jako její tvorby. Ovšem nezbytné anorganické ionty se musejí transportovat, a tím jsme například u albuminu.

Teď si vzpomeňme, že vědci pozorovali, že v přítomnosti bílkoviny vzniká agregát, kulička, v níž ale sůl, apatit či vápenec nejsou krystalické. Odborníci nyní soudí, že vznik nanočástic je ve skutečnosti obrana organismu tehdy, když by hrozil z nějakého důvodu vznik krystalků zmíněných solí. Pak některé bílkoviny začnou vázat tyto soli ve větším množství, vznikají amorfni nanočástice, a tím se zabrání tvorbě samostatných krystalků. Jestliže je tento přirozený proces narušen, neptejme se na příčiny, to je jiná otázka, tento mechanismus nestačí, bílkoviny nedokážou navázat nadbytečné soli, a ty se začnou vylučovat jako krystalky, což se navenek projevuje například vápenatěním tepen či usazováním solí v kloubech.

Po peripetiích, kde nebyla nouze o omyly, se tak možná podařilo (zdůrazněme „možná“) přijít na stopu mechanismu, jímž organismus reguluje koncentraci solí především v různých tělních tekutinách. Někteří vědci soudí, že je to proces mnohem obecnější a začínají pro tyto nanostruktury, v nichž mohou být zabudovány nejrozdílnější ionty, razit termín „bion“. Je jím označována nanočástice různých velikostí a tvarů složená z organických sloučenin, především z bílkovin, ale může obsahovat jakékoli další, a z různých anorganických iontů. Dosavadní osud domnělých nanobakterií je tak znamenitým obrazem toho, jak složitými cestami se někdy věda ubírá. Teď je třeba potvrdit právě naznačenou hypotézu a hledat, co dál. Nemoci, které se zdají souviset s podivnými nanočásticemi či bionty, jsou totiž vesměs závažné.

Prof. RNDr. Vladimír Karpenko, CSc.

Štědřenec odvislý,

naš nejedovatější keř

*Jedovaté rostliny nejsou jen ty rostoucí na zanedbaných místech a odpuzující svým vzhledem, pachem či chutí. Velmi často se jedná o rostliny z našeho pohledu půvabné. Proto je máme na svých zahrádkách či v parcích. Některé z nich jsou jedovatými účinky na člověka i na zvířata pověstné, u některých dochází k otravám jen zřídka a u jiných téměř nikdy. Takovou méně známou jedovatou rostlinou je i štědřenec odvislý (*Laburnum anagyroides*). Tento opadavý keř z čeledi bobovitých (*Fabaceae*), často pěstovaný v parcích a zahradách, patří mezi nejkrásnější, ale také nejedovatější zahradní keře. Dorůstá výšky 3–4 m a na jaře jej zdobí záplava zářivě žlutých květů uspořádaných do převislých hroznů. Pro bohatost květů a jejich zlatožlutou barvu bývá nazýván „zlatý déšť“.*

Unás je tato rostlina nepůvodní, pochází z jižní Evropy, ale protože se jedná o nenáročnou a mrazuvzdornou dřevinu, našla místo na našich zahrádkách, kde se jí velmi dobře daří. Kvete od května do června a záplavou zářivě žlutých květů zaujme nejen milovníky květů. Celá rostlina je jedovatá, protože obsahuje toxické alkaloidy, o jejichž účinku není na škodu něco vědět.

TOXICITA

Hlavním jedovatým principem štědřence jsou alkaloidy *cytisin* a *laburnin*. Jsou obsa-

ženy v celé rostlině, ale jejich nejvyšší obsah je v semenech. Semena podobná hrachu jsou v luscích. Oba alkaloidy jsou křečové jedy podobné svým účinkem nikotinu. Působí dráždivě na centrum pro zvracení a dýchání. K otravám lidí dochází kupodivu velmi často a jsou velmi nebezpečné. Nejčastěji se otráví děti, u nichž může otravu vyvolat požití již několika semen. V lékařské literatuře jsou zdokumentovány stovky otrav touto rostlinou, z nichž mnohé končí smrtí. Otrava má rychlý začátek: první příznaky se objevují již za 15 až 60 minut po požití. Pro otravu je charakteristická zsilost, rozšířené zornice, zvýše-

né slinění, zvracení – často s obsahem krve, průjem a křeče. Objevují se svalové záškuby, studený pot na čele, blouznění a halucinace. V těžkých případech se dostávají poruchy srdeční činnosti a zástava dechu. Ke smrti dochází během několika hodin. V literatuře jsou popsány také otravy domácích zvířat, zejména psů, pro něž je štědřenec smrtelně jedovatý. Rostlina je nebezpečná i pro dobytek. Dokonce mléko dobytka, který se napásl štědřence, může být jedovaté.

Za toxicitu štědřence je zodpovědný zejména zmíněný chinolizidinový alkaloid cytisin. Jeho akutní toxicita pro domácí hospodářská zvířata (koza, ovce) je poměrně vysoká. Střední smrtná dávka LD50 je 0,5 mg/kg. Toxická dávka pro člověka je odhadována na 5 mg a dávka schopná člověka usmrtit na 20 až 30 mg. To odpovídá množství, které je obsaženo asi v **deseti semenech** štědřence. Semena (*Semen laburni*) a nať štědřence (*Herba laburni*) se dříve používaly v medicíně jako *psychofarmakum* při podrážděnosti, migréně, melancholii či hysterii.



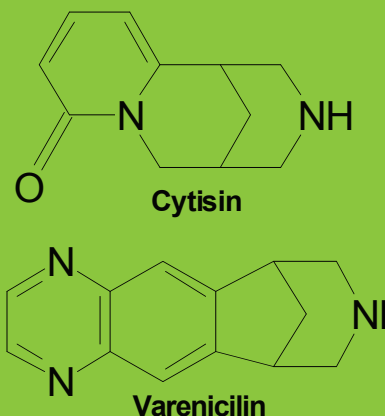


ZÁVISLOST NA TABÁKU

Závislost na tabáku je chronické onemocnění, které řadíme mezi drogové závislosti. Nikotin, hlavní alkaloid tabákového kouře, není příčinou úmrtí kuřáků, ale je příčinou vzniku *závislosti*. Nikotin se z plic dostává krevním oběhem rychle do mozku – již za deset vteřin po prvním vdechnutí kouře – a zde se váže na cholinergní nikotinové receptory. Je několik druhů nikotinových receptorů, ale všechny jsou složeny z pěti proteinových molekul dvou typů, které se označují písmeny α nebo β , a každá proteinová molekula má ještě několik variant označovaných čísly. Pro kuřáka je nejdůležitější receptor $\alpha_4\beta_2$. Když je v mozku dosaženo dostatečné koncentrace nikotinu, dojde k jeho aktivaci. To způsobí stimulaci dopaminových receptorů a zvýšené vyplenění dopaminu v oblasti mozku zvané *nucleus accumbens*, která je považována za hlavní mozkové centrum odměny. Dopamin je jeden z neurotransmiterů, tedy přenašečů vzruchů mezi neurony, a na jeho množství v synapsích záleží naše nálada. Je-li v mozku dopaminu málo, máme špatnou náladu a jsme v depresi. Je-li ho dostatek, naše nálada je výborná a jsme v euforii. V tom je naše odměna za vykouřenou cigaretu. Právě tyto příjemné pocity způsobují psychickou i fyzickou závislost na cigaretách a nutí nás, abychom si v krátkém čase znovu zapálili. Když kouřit přestane, koncentrace mozkového nikotinu se sníží, nikotinové receptory přestanou být aktivovány a hladina dopaminu v mozkovém centru odměny poklesne. Naše nálada se zhoršuje a z euforie přecházíme do deprese. Naše tělo volá po dalším dopaminu, po další odměně a nové cigaretě.

Není bez zajímavosti, že v období první světové války byl štědřenec zkoušen jako náhražka tabáku. Pro svou jedovatost byl postupně nahrazen méně nebezpečnými léky a dnes se již v medicíně nepoužívá. Výjimkou je čistý, z rostliny izolovaný nebo synteticky připravený cytisin. Je selektivním agonistou cholinergních nikotinových receptorů typu $\alpha_4\beta_2$, což je důvod, proč byl a někde dosud je cytisin využíván v odvykací terapii kuřáků. Cytisin blokuje schopnost nikotinu aktivovat tyto receptory a stimulovat mesolimbický dopaminergní systém, což je mechanismus umocňující návyk a pocit odměny po vykouření cigarety. Cytisin je však pro běžné použití příliš jedovatý, proto byl v poslední době nahrazen méně jedovatým a méně nebezpečným *vareniclinem*. Vareniclin je synteticky připravená látka, svou chemickou strukturou cytisinu dosti podobná, ale z toxikologického hlediska mnohem bezpečnější. Vareniclin zmírňuje abstinenci příznaky nedostatku nikotinu a jeho antagonistické působení na mozkových $\alpha_4\beta_2$ receptorech snižuje pocit uspokojení z kouření, a tím kuřákovu vazbu na cigaretu. Pod názvem *Champix* je vareniclin dostupný i v České republice a odvykání kouření s tímto přípravkem přináší čtyřnásobně vyšší šanci na úspěch oproti odvykání bez farmakoterapie.

Prof. RNDr. Jiří Patočka, DrSc.
Josef Frynta



Chemické strukturální vzorce cytisinu, přírodního alkaloidu štědřence převislého, a vareniclinu, synteticky připravené látky podobné cytisinu. Jak cytisin, tak vareniclin se váží v mozku na cholinergní nikotinové receptory typu $\alpha_4\beta_2$. Brání nikotinu navázat se na tyto receptory, a tím je aktivovat, a současně vyvolávají uvolnění určitého malého množství dopaminu, což odvykajícímu kuřákovi pomáhá lépe zvládat abstinenci příznaky. Vareniclin je při odvykací léčbě nejen účinnější, ale i bezpečnější. Blokuje totiž příjemné pocity po vykouření cigarety, které jsou způsobeny právě vylučováním většího množství návykového dopaminu. Cigaretu kuřákovi užívajícímu vareniclin mnohem méně chutná a jeho antagonistický vliv je dobrou prevencí případného návratu ke kouření.

Černucha je
rostlina nejen
krásná, ale i velmi
užitečná.

NEBOJTE SE RAKOVINY!

*Při rakovině se uvolňují do těla pacientů látky, které zvyšují náchylnost k depresi, tvrdí nová studie. A to i u těch, kteří o své nemoci nevědí. Těžce nemocný člověk má strach z toho, co jej čeká. Vyhlídky na neodvratný konec nahánějí hrůzu. Duševními depresemi trpí například dvě třetiny žen, u nichž byla diagnostikována rakovina prsu. **Vědci zjistili, že deprese u nádorových onemocnění není zdaleka jen otázkou psychické odolnosti. Rakovinné buňky produkují látky, které tvrdě zasahují do práce mozku a zvyšují náchylnost pacientů k depresím. Strach a stres pak snižují funkci imunitního systému, a pacient se dostává do začarovaného kruhu.***

Na psychický stav lidí trpících rakovinou působí řada nepříznivých faktorů. Vedle strachu a nejistoty jsou to i následky léčby. Razantní účinek chemoterapie spouští v těle zánětlivé procesy. Ty vedou ke změnám v nervových buňkách mozku a v konečném důsledku mohou vyvolat deprese, pocity odcizení a další duševní poruchy. Oddělit přirozený strach od následků léčby a případného biochemického působení samotného nádoru je prakticky nemožné.

NÁDORY OVLIVŇUJÍ PSYCHIKU

Američtí vědci vedení Brianem Prendergastem z University of Chicago se pokusili odhalit vliv nádorových buněk na mozek pokusem na laboratorních potkanech. Předpokládáme, že zvířata trpící nádorovým onemocněním nepociťují strach z budoucnosti, a pokud se u nich projeví útlum, pokles motivace a další příznaky deprese, jedná se z valné části o přímý vliv nádoru.

Prendergast a jeho spolupracovníci vyvolali u samic potkana nádor mléčné žlázy a pak nemocná zvířata podrobili sérii testů. Nechávali je například v nádrži s vodou a sledovali, kolik času tráví potkani pasivním vznášením ve vodě a jak dlouho cíleně plavou. Ztráta chuti porvat se s vodním živlem je jedním z projevů deprese. Zdraví potkani věnují plavání asi polovinu času stráveného ve vodě. Samice s nádorem ovšem bojují podstatně méně srdatě. Až 80 % času jsou pasivní.

Podobně si vedli nemocní potkani i v dalších testech. Konzumovali mnohem méně cukru, i když se touto pochoutkou mohli napat zcela podle libosti. Potkani trpící nádorovým onemocněním si také mnohem častěji zahrabávali své oblíbené hračky do podestýlky. Vědci to považují za projev strachu. Zvíře si schovává hračky z obavy, že mu je někdo sebere.

Vědci pátrali po látkách, kterými nádor promlouvá do práce mozku. Ukázalo se, že jsou to cytokiny vznikající při boji imunitního systému s rakovinnými buňkami. Potkani s nádorem měli zvýšené hladiny cytokinů nejen v místě nádoru, ale i v krvi, a dokonce i v mozku. Zvýšení hladin cytokinů bylo



zvláště patrné v části mozku zvané hippocampus, která je klíčovou součástí systému vytváření emocí.

Zvířata s nádorem měla zároveň potlačenou stresovou reakci organismu. Jejich organismus produkoval méně hormonů glukokortikoidů, jež jsou s to potlačit produkci cytokinů. Tím se vliv nádoru na mozek ještě zesiluje. Příčiny oslabené stresové reakce nejsou zatím výzkumníkům jasné.

Studie zveřejněná ve vědeckém časopise PNAS je pro vědce i lékaře překvapením. „Zatím se touto otázkou nikdo nezabýval,“ řekl v rozhovoru pro vědecký týdeník Science americký psychofarmakolog Charles Cleeland. „Někteří pacienti trpí už před zahájením léčby nádorového onemocnění psychickými problémy, které lze ve světle výsledků pokusů na potkaních celkem logicky vysvětlit.“

RAKOVINNÉ BUŇKY NA ODPOČINKU V KOSTECH

Protein podporující tvorbu nádorů zvaný Src pomáhá rakovinným buňkám přežít často celé roky v morku kostí. Pracovníci z Memorial Sloan-Kettering Cancer Center v New Yorku získali údaje o expresi genů z 615 nádorů prsu. Zjistili, že nádory přežívající pět let po původní diagnóze mají unikátní typ genové exprese regulované proteinem Src. Snížení množství Src v buňkách lidského prsního karcinomu zpomaluje nárůst těchto buněk v myších kostech, ale nikoli v metastázách v plicích. Kromě toho nejsou buňky ochuzené o Src schopny potlačit dráhu k buněčné smrti v morku kostí, a tak umírají.

CO NÁM MŮŽE POMOCI S DEPRESEMI?

Dobrou kombinací, jak si vylepšit náladu a ještě působit proti negativnímu vlivu rakovinných buněk, je výživový doplněk Gero-cel kapky s protirakovinně působící bylinou *černouchou setou*, která má současně vliv i na psychiku. K tomu můžeme přidat alespoň 10 kapek Levaminu s jednou až dvěma kapslemi Deviralu s obsahem *hřebíčkovce vonného*. Ten patří mezi rostliny dobře působící na psychiku a současně je silným antioxidantem. Nezapomínejme ani na osvědčený Gerocel kapsle s výtažky z kalifornských dešťovek, v kterých bylo zjištěno hned několik protirakovinných látek. Pomohou nám dostat ledviny do velmi dobré kondice, a to je první základ, jak se zbavit strachu z onkologického onemocnění. Je dobré posilovat imunitní systém. Zde může pomoci buněčná výživa v podobě preparátu Viraimun. Obsahuje polysacharidy a vybrané výtažky z hub se silným

protirakovinným účinkem. A na nervy a stresy obecně je tu osvědčený Nervamin.

MAGNOLIE A RAKOVINA

V šišťici magnolie (o ní více ve Sfěře 06/2010) byla zjištěna látka, která zastavuje růst nádorů. V Japonsku je čaj z jejích květů oblíbeným prostředkem proti stresu. Tým výzkumných pracovníků z Lékařské univerzity v Emory (USA) objevil v magnolii substance, které inhibují růst krevního řečiště v nádorech. Laboratorní pokusy ukazují, že aktivní látky zastavují růst tumorů u myší v polovině všech případů.

Výzkum vycházel ze známé skutečnosti, že jakmile nádory začnou růst, nemohou růst donekonečna. Za určitou velikostní hranici začnou mít nádorové buňky nedostatek kyslíku a živin, kterými dané místo zásobuje soustava krevních kapilár. Nejnebezpečnější nádory si ale dokážou tvořit signální látky, které tělu dávají pokyn, aby do nádoru vrůstaly stále nové a nové mikrokapiláry, a tak si přednostně zajišťují přísun dostateku živin a nádor neomezeně roste na úkor okolních tkání. Při použití látek zvaných inhibitory angiogeneze se u léčby nádorů využívá toho, že jejich struktura dokáže zrušit (vyblokovat) signály vydávané buňkami nádoru, kterými lákají krevní kapiláry, aby do něj vrůstaly ve větší a větší míře. Inhibitory angiogeneze tedy doslova nádoru „příškrtí kyslík“, a samozřejmě i další látky potřebné pro růst jeho buněk, přičemž právě nedostatek kyslíku bývá limitujícím faktorem. Rozvoj nádoru se tak omezí nebo zcela zastaví. Kromě magnolie jsou obdobně působící látky obsaženy např. také v kurkumě a listech čaje maté.

DALŠÍ NADĚJE V ONKOLOGII

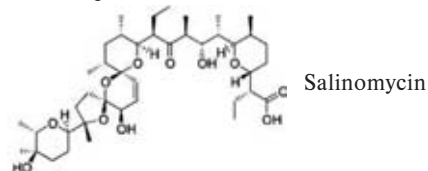
Jiní američtí vědci našli lék, který si poradí s nejzákeřnějšími nádorovými buňkami. Tak zvané *kmenové rakovinné buňky* stojí u zro-

du nádoru a pohánějí jej k růstu. Zároveň vzdorují léčbě a mají na svědomí „návraty“ rakoviny poté, co se choroba zdála poražena.

Většina léčebných postupů je s to vymýtit masu nádorových buněk. Buňky, jež vznik nádoru vyvolaly, však léčbě odolávají. Přežívají v těle zdánlivě vyléčeného pacienta a mohou kdykoli znovu udeřit. Právě z kmenových rakovinných buněk „zatoulaných“ z mateřského nádoru vznikají v jiných částech těla druhotné nádory, tzv. metastázy.

Kmenové rakovinné buňky jsou sice nebezpečné, ale zároveň jsou i velmi vzácné. Vědci je nedokázali získat v takovém množství, aby na nich mohli testovat potenciální léky. Biologové Robert Weinberg a Eric Lander z MIT zablokovali v buňkách běžného

nádoru prsu vybraný gen, a ty se pak začaly chovat podobně jako nádorové kmenové buňky. Následně vědci na těchto „umělých“ kmenových rakovinných buňkách otestovali šestnáct tisíc různých chemikálií. Sledovali, ke kterým molekulám jsou buňky nejcitlivější. V prvních testech se jevílo jako velmi slibných dvaatřicet molekul. V dalších prověrkách osvědčila své kvality jedna jediná – antibiotikum salinomycin, jež se hojně užívalo jako doplněk v krmivech pro hospodářská zvířata. Salinomycin zabíjí buňky nádoru prsu se stokrát vyšší účinností než běžně užívané chemoterapeutikum taxol.



Když vědci naočkovali myším buňky lidského nádoru prsu, podrobili je tradiční léčbě a léčbě salinomycinem. Po ošetření taxolem sice mizely běžné nádorové buňky, ale množství kmenových rakovinných buněk se zvyšovalo, a to s sebou neslo i vyšší riziko metastáz. Při léčbě myší salinomycinem ale kmenových rakovinných buněk razantně ubývalo a s tím klesalo i množství vznikajících druhotných nádorů.

Úvahy o léčbě rakoviny salinomycinem jsou však *předčasné*. Vědci nevědí, proč jsou kmenové rakovinné buňky tak citlivé právě k tomuto antibiotiku. Zatím byl prokázán jeho účinek na buňkách pěstovaných v laboratoři. Buňky nádorů jsou podstatně různorodější a není jasné, jak taková heterogenní buněčná populace na lék zareaguje. Velkou neznámou zůstává, jak se bude salinomycin chovat v lidském těle, například zda bude pronikat z krve do nádorů. Nejdůležitější je bezpečnost případného léku.

Vladimír Ďurina



*Jakýkoliv zásah do přírody má
být proveden s respektováním
energií místa a bytosti, s tímto
místem spojených.*

Širší souvislosti

Stavební dispozice příbytku

Jestliže budeme chtít pochopit všechny souvislosti s bydlením, bude to současně znamenat i zvážení způsobu života. Vše je propojeno – náš vnitřní svět se odráží do toho vnějšího, tedy i do harmonie vnějšího prostoru, ve kterém chceme žít.

Pokud je vědomí spíše zaměřeno do hmotného života a bude pravděpodobně souviset s nedostatkem času, stresem, málem skutečně šťastných okamžiků a pocitem, že život plyne podle reklamy, pak některé přístupy feng shui bude snaha obcházet.

Osobně jsem si prošel etapou, kdy mě především zajímala úspěšná kariéra, a tomu jsem podřizoval většinu svých věcí – a upřímně řečeno – i své bydlení. Zpětným pohledem je to zajímavá zkušenost a tuto etapu života jsem před čtyřmi lety začal opouštět. Poslední dva roky se mi odkrývaly další, hlubší úroveň feng shui, a právě tyto zkušenosti dnes přenáším do svých článků a seminářů.

Teprve osobní zkušenost mě dovedla ke zjištění, že jakékoliv setkání s klienty začínám rozhovorem na téma, jak chtějí žít ve svém novém bytě nebo domě. Je-li součástí této představy i hlubší duchovní rovina, je pro mě jednodušší sladit svá doporučení a rady s touto představou. Umožňuje to opravdu vytvořit prostor, který přináší vyšší a jemnější vibrace. Někdy až tak intenzivní, že jde o vytvoření prostoru s otiskem „duchovních“ kvalit a ty opravdu mohou pozvednout a podpořit hloubku ducha a duše člověka.

Tam, kde vznikla chyba v prostoru, se budeme učit pracovat i jinými postupy, jako je propojení s bytostmi tohoto místa, vědomím Matky Země daného místa (tj. přes elemen-

tární bytosti), energií vesmíru, a tím budeme moci zvýšit harmonii a duchovní vibrace na míru, která by dřívějšími postupy nebyla možná. Toto poznání nebude pro nás až tak nové a bude nás vracet k technikám a poznání, jež bylo součástí už dávné Atlantidy.

V posledním dílu „širších souvislostí“ otevřeme alespoň částečně možnosti, jak přímo pracovat s energií místa. Poněvadž půjde o značné ovlivnění energií prostoru, jsou tyto techniky ponejvíce blízké geomantům, některým léčitelům a duchovně praktikujícím lidem, kteří se rozhodli jít cestou hluboké moudrosti, lásky a pokory. Mnohé postupy mají ochranu z vyšších úrovní, protože málo morálně a duchovně připravený člověk je náchylný tyto možnosti a schopnosti zneužít. A protože „připravených“ lidí stále přibývá, stojí za to, se tohoto tématu dotknout více.

ZAČLENĚNÍ DOMU DO MÍSTA A ZAHRADY

Nejvhodnější umístění domu na pozemek může zahrnovat několik zajímavých zásad,

přičemž je třeba uvážit i ty dané stavebním úřadem – někdy tato nařízení mohou omezit použití nejlepšího feng shui.

Základní věcí je určit, kterým směrem působí výhled od uvažovaného místa domu pocitem nejotevřenějším – tzv. směr červeného fénixe. Stejně tak hledáme směr, kde budeme mít pocit největší hutnosti hmoty, tedy půjde o stranu výrazné černé želvy. Oba směry „otevřenosti“ a „bezpečí“ porovnáme se světovým stranami, skutečným sklonem terénu, charakterem okolní zástavby a přístupové komunikace. Nejlepším rádcem může být intuice a vnímání pocitů z jednotlivých možností řešení umístění domu.

Pro další rozbor místnosti v samotném domě to znamená určit jeho přední a zadní část. Je to skutečně důležité, protože pak můžeme denní místnosti směřovat do „otevřeného“ směru – přední část domu a místnosti klidové, úložné a k hygieně směřujeme do směru „bezpečí“ – tedy zadní části domu.

ZÁKLADNÍ STRATEGIE ŘEŠENÍ DISPOZICE MÍSTNOSTÍ

Jakmile nejvýhodněji určíme **přední a zadní část domu**, pokračujeme dále ve vyhotovení strategie rozložení místností v jeho půdorysu. Optimální je směřovat denní místnosti, tj. hlavní vstup, vstupní halu, obývací pokoj, jídelnu a kuchyň, právě do přední části domu, kde ze směru fénixe přichází nejvíce energie čchi a současně zde mohou být okny nejzajímavější výhledy.

Do zadní části domu, nejlépe pokud vyjdou směrem na sever, umísťujeme místnosti buď klidové, jinové (ložnice), nebo ztrátové, kde se energie čchi bud ztrácí (toalety a koupelny), nebo stagnuje (různé technické a úložné prostory).

Některé pozemky mohou být při řešení složitější, pokud vyjde přední strana na sever a nedá se plně uplatnit to, co je uvedeno výše. Pravděpodobně půjde o cestu kompromisů se snahou uplatnit co nejvíce zmíněných principů. Záleží vždy na majiteli pozemku, co jej k danému místu přivedlo, zda může pozemek hledat dále, nebo si zde jeho noví majitelé musí odžít vše, co „nedokonalého“ bude toto místo do života přinášet. I to může být nezbytné, abychom přímou zkušeností pochopili určité zákonitosti veškerenstva.

Dům je často rozšířen o terasu, která umožňuje v teplých letních měsících trávit více času v posezení přímo před domem, s přímým kontaktem se zelení a životem zahrady. Nejlepším řešením je pro terasu použít některou část před domem, kdy se vyhneme přímému silnému zapadajícím sluncům. Protože některé přední části před domem mohou být zasaženy přespřílišným hlukem, například provozem na silnici, mnozí směřují své terasy za dům. Je škoda, že v současné uspěchané a stresující době nás to spíše směřuje za dům než do jeho přední, společensky otevřené strany. Jde o jakýsi pocit zranitelnosti, ostychu

Stavební řešení nemá vycházet z navykých schémat opakujících se projektů, naopak – jde o vytvoření projektu s pomocí intuice a tvořivosti spojujících v sobě jedinečnost místa, jeho energie, způsob života budoucích majitelů, přírodní stavební materiály a zvážení řešení nejvhodnějšího interiéru.

Vzniká tak jedinečný projekt domu, který v sobě zahrnuje vše potřebné, a stejný projekt není možné opakovat v jiném místě nebo pro jiné lidi.

Intuice a skutečná tvořivost neznají hranice a vždy přinášejí unikátní a neopakovatelné stavební řešení bydlení.

Stojí za to se při stavbě svého domu spojovat s těmi, kdo mají nejvíce rozvinutý dar tvořivosti (intuice, pravá hemisféra mozku), a vyhnout se šablonovitým, nepružným řešením, jež vycházejí pouze z logiky (levá hemisféra) a jsou určitým omezením.

nebo nebezpečí, a to vede k směřování využití zahrady do zadní části pozemku.

UPŘEDNOSTNĚNÍ PŘÍRODNÍCH MATERIÁLŮ A VYVÁŽENÍ ENERGIÍ

Dobrému postupu pro vytvoření přirozeného prostředí pro bydlení a člověka jsou nejbližší materiály, které vnímáme jako „živé“ a přirozené, tedy pocházející z přírody a minimálně upravované lidským zásahem, bez dalších umělých chemických přísad, a tak velmi „živé“. Nejvíce by se tomuto pohledu blížily nepálené cihly, kámen, klasické omítky a dřevo. Částečně by ještě vyhovovaly pálené cihly a například systém Ytong. Železobetonové konstrukce jsou už přirozenému materiálu velmi vzdáleny, stejně tak konstrukce s kombinací železa – železobetonu – skla. Materiály, které, byť pocházejí z přírody, avšak byly velmi chemicky upraveny, mají výrazně nižší a hrubší vibrace a pro skutečně přirozené bydlení vhodné nejsou. Je opravdu na nás, v jakém prostoru chceme žít nebo pracovat. Dalším zajímavým pohledem je **vnesení vyvážených jangových a jinových energií do samotného architektonického návrhu**, což je možné uplatnit na více úrovních. Zmíníme jednu z důležitých a tou je vyvážení linií přímkami a pravých úhlů s nepravidelnými liniemi a křivkami. To by se mělo promítnout jak do vnějších linií fasády, oken, dveří a střechy, tak do vyvážení nebo spíše rozmístění těchto energií do jednotlivých místností. Například obývací pokoj budeme jednoznačně ladit do převažujících jangových energií, protože

půjde o nejvíce společenskou místnost. Naopak ložnice bude místností nejvíce klidovou, s převažujícími jinovými energiemi.

Opravdu vyvážený životní styl obsahuje jak fázi pracovní, kdy jsme nejvíce v jangu, tak fázi uvolnění a relaxace, tedy jin. Stejný princip se vhodným způsobem zviditelní i ve stavebním návrhu půdorysu domu a v interiéru jednotlivých místností.

PROPOJENÍ STAVEBNÍHO ŘEŠENÍ A NÁVRHU INTERIÉRU

Pokud stojíme o to, aby při vytváření příbytku vše na sebe navazovalo, pak bude stejně důležitý stavební návrh bytu jako návrh jeho vnitřního využití, tedy logicky a esteticky harmonicky řešeného interiéru. Úspěšné rozvržení nábytku závisí na návrhu místností samotných a to souvisí s umístěním dveří a oken, s tím, kde se nacházejí pevné zdi. Proto by se při vytváření stavební dispozice místností mělo vždy přihlídnout k tomu, aby nábytek bylo možné rozmístit podle principů feng shui.

V obývacím pokoji se budeme snažit umístit sedačku k „pevné zdi“ s dobrým výhledem na dveře a okna. V kuchyňské lince umístíme sporák tak, aby kuchař nebyl zády ke dveřím nebo zády do volného prostoru. V ložnici přirazíme manželskou postel ke zdi, která bude představovat nejvýraznější želvu, a z místa spánku budeme prožívat pocit bezpečí, odkud je výhled na dveře, a přesto nespíme do dveří, a máme výhled z okna, i když nespíme přímo pod oknem.

Dotkli jsme se částečně jen několika principů, které stojí za to zvážit při výběru nového bytu nebo při rozkreslování stavebních návrhů nového bydlení. Pro ty, kteří se budou snažit ponořit do hlubšího poznání o prostoru, doporučujeme načerpat další doplňující a související informace.

(Příští pokračování bude o řešení interiéru bytu)

Ing. Mojmír Mišun
tel.: +420 608 420 584, www.fengsuej.info



Jaká je pravda o bisfenolu A?

V poslední době se objevily zprávy, že z některých kojeneckých lahví na našem trhu se uvolňuje nebezpečný bisfenol A. Jak je v takových případech obvyklé, rozběhly se mnohé diskuse s vyváženými i přehnanými reakcemi. Je opravdu „hysterie“ kolem této látky namístě? Jak moc je bisfenol A nebezpečný pro lidský organismus?



Bisfenol A [2,2-bis (4-hydroxyfenyl)propan] je organická látka připravená v roce 1891 ruským chemikem Alexandrem P. Dianinem kondenzací fenolu s acetonem (proto to A za jménem látky). Dlouho neměl bisfenol žádné významné využití, ale s rozvojem chemie polymerů se stal důležitou surovinou pro přípravu plastů. V současné době je používán zejména jako surovina na výrobu tzv. polykarbonátů. Ty našly široké technické použití a život bez nich si už nedovedeme představit. Jsou chemicky, tepelně a mechanicky odolné, lehké, čiré jako sklo nebo libovolně barvitelné a jsou vhodným materiálem pro řadu výrobků. Z polykarbonátu se vyrábí např. makrolonové desky – vysoce kvalitní a tepelněizolační materiál vhodný pro zasklívaní a zastřešování s vysokou odolností vůči povětrnostním vlivům. Z polykarbonátu se vyrábí řada užitkových předmětů pro domácnost, jako jsou nádoby na tekutiny, dózy na potraviny, kempingové jídelní soupravy, ale také nosiče CD a DVD. Ve stále větší míře se polykarbonát používá všude tam, kde přichází do styku s potravinami – od kojeneckých lahví až k ošetření vnitřního povrchu konzerv.

STYK S POTRAVINAMI

Laboratorní testy však potvrzují, že bisfenol A se z těchto výrobků dostává do potravin, které jsou v kontaktu s polykarbonáty, a možná není tak bezpečný, jak jsme se domnívali. Lze jej dokázat v krvi lidí, kteří takové potraviny konzumují. A protože bisfenol A a výrobky z něj nachází stále širší použití nejen v potravinářském průmyslu, ale také v medicíně, stavebnic-

tví, elektronice i jinde, stává se tato chemikálie prakticky všudypřítomnou složkou našeho životního prostředí. Roční světová produkce bisfenolu A se pohybuje kolem tří milionů tun a rok od roku roste. Spolu s tím rostou i obavy, zda bisfenol A nemůže mít negativní vliv na lidské zdraví.

Dne 16. září 2008 přinesl server NewScientist zprávu, že bisfenol A uvolňovaný z plastových lahví může způsobovat onemocnění srdce a diabetes 2. typu. Krátce nato převzaly tuto zprávu všechny světové tiskové agentury a informovaly o tom své čtenáře a posluchače. K těmto výsledkům dospěli britští vědci na základě epidemiologické studie na skupině bezmála patnácti set dospělých lidí. I když výsledky studie jsou jinými vědeckými skupinami zpochybňovány, znovu a znovu se objevuje otázka, zda používání polykarbonátových plastových lahví pro kojence či široké využití tohoto plastu v potravinářství je, či není bezpečné. V poslední době se tato otázka diskutuje také v České republice a četná média ji věnují značnou pozornost.

JED?

Podezření, že bisfenol A je toxický, se objevilo již v 30. letech minulého století. Naprostá většina studií však byla prováděna na laboratorních zvířatech a podezření na toxicitu u člověka nebylo nikdy podloženo důvěryhodnými údaji.

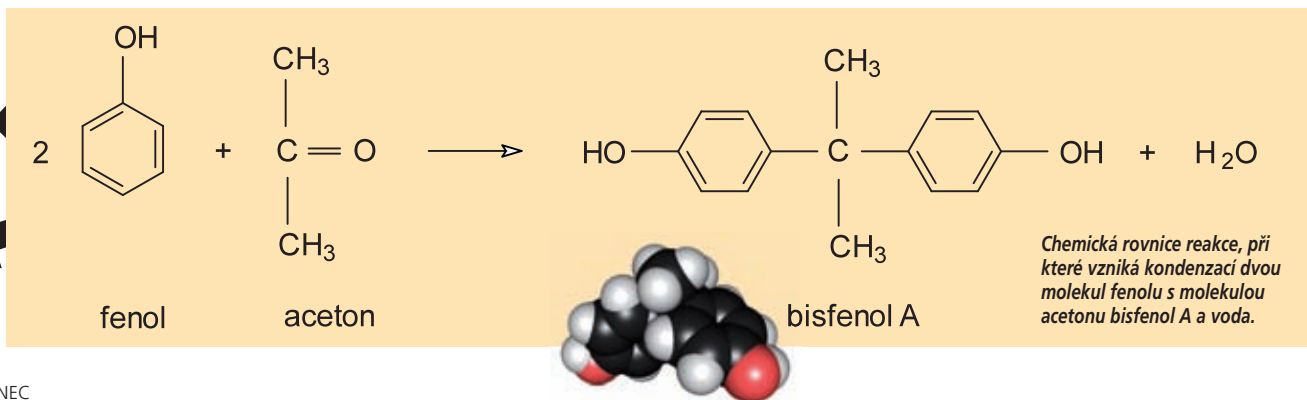
V poslední době nabralo studium biologických účinků bisfenolu A na obrátkách. V databázi medicínských publikací PubMed bylo v době sepsání článku (k 10. 5. 2010) k nalezení 5622 publikací, v nichž se vyskytuje klíčové slovo „bisphenol“. Toxicita bisfe-

nolu A pro laboratorního potkana při p. o. podání je nízká, jeho střední smrtná dávka (LD50) je 3250 mg/kg, ale to ještě neznamená, že není nebezpečný pro člověka. Hlavní nebezpečí bisfenolu A zřejmě spočívá v tom, že látka vykazuje estrogení aktivitu, tedy že se v těle chová podobně jako ženský pohlavní hormon estrogen.

Přestože Světová zdravotnická organizace (WHO) vydala v roce 2008 prohlášení, že bisfenol A v potravinách nepředstavuje pro člověka žádné nebezpečí, řada odborníků o tom *pochybuje*. Existuje podezření, že rozšířené používání bisfenolu A patrně souvisí se vznikem snížené reaktivity na inzulín a s nárůstem výskytu diabetu 2. typu. Při pokusech v laboratoři bylo zjištěno, že bisfenol A indukuje v buňkách slinivky nadbytečnou tvorbu inzulínu působením na estrogenové receptory, které na svém povrchu mají buňky pankreatu. Bisfenol A tedy *může* vést nejen ke vzniku *rakoviny* prsu či prostaty, ale zdá se, že by mohl být i jedním z důvodů nárůstu počtu *diabetiků* a rovněž lidí postižených *obezitou*. Bisfenol A může také přispívat k těhotenskému diabetu či vést i k dalším metabolickým chorobám.

Jaká je tedy **pravda** o bisfenolu A? Představuje riziko pro lidské zdraví, nebo je neškodný? Pravda je taková, že dosud *nevíme*. A všude tam kde si nejsme jisti, jak velké je riziko, měli bychom uplatňovat princip předběžné opatrnosti. Tento princip říká, že vždy, když existuje riziko možného nebezpečí, a to i v případě, že riziko není stoprocentně ověřené, je třeba jednat tak, jako by toto nebezpečí bylo reálné.

Prof. RNDr. Jiří Patočka, DrSc.



Živý svět ve vývoji. A s ním také ten náš

„Povstaňte, soud přichází,“ zazněla tradiční věta, kterou znají čtenáři detektivních příběhů, jakož i televizní diváci. „Stát Louisiana versus Schmidt,“ ohlásil soudce a v soudní síni nastalo mrtvé ticho. *Byl poslední den mimořádně sledovaného procesu a začínalo čtení rozsudku nad mužem, jehož porota shledala vinným v celém rozsahu obžaloby. Konečně se všichni dočkali: „Pro prokázaný pokus o vraždu se doktor Richard J. Schmidt odsuzuje k padesáti letům vězení.“ Americké soudnictví je přísné a zná i takové testy.*

Jakkoli to vypadá, že citujeme detektivní román, jde o skutečný příběh, jenž se odehrál roku 1998. Rovněž by se mohlo zdát, že pokusů o vraždu je bohužel nespočet, takže by zdánlivě nebyl důvod k nějaké mimořádné pozornosti věnované právě tomuto případu. Tentokrát však byl. Soud se ve svém výroku poprvé významně opíral o studii, kterou provedli tři renomovaní vědci, přičemž šlo o zcela nový přístup, nikoli ve vědě, tam je už běžný, ale u soudu, kde sloužil jako jeden z klíčových důkazů. Samozřejmě nikdo neví, do jaké míry se o tyto vědecké výsledky opřeli i porotci při svém rozhodování, ale roku 2002 rozhodl Nejvyšší soud Spojených států, že případ *Louisiana versus Schmidt* se stane precedents, tedy závazným rozhodnutím pro soudce, pokud by se v budoucnu opakovala

podobná situace. Rozhodující pro posouzení viny se totiž stala **genetická informace**, což by pořád ještě nebylo nic neobvyklého, protože ta se běžně používá například pro určení otcovství. Tentokrát to ale byla **genetická informace viru**.

Projdeme si celý případ podrobněji, přičemž vynecháme otázky, které nejsou pro tento rozbor podstatné, jako motiv trestného činu, který beztak nebyl úplně jasný. V každém případě jednoho dne navštívil dr. Schmidt zdravotní sestru, kterou v minulosti zaměstnával a současně ji měl jako milenkou. Pod záminkou, že jí dává injekci vitamínu B, jí ve skutečnosti vstříkl krevní sérum osoby nakažené virem HIV. Po čase začala mít sestra zdravotní potíže a lékaři u ní opravdu nákazu tímto nebezpečným virem odhalili. Protože pojala podezření na onu zmíněnou in-

jekci, obrátila se tato žena na prokurátora, jenž nařídil provést prohlídku v lékařově pracovně. Policie tam zabavila laboratorní deník, ale především vzorek krve HIV-pozitivního pacienta. Podezření tu tedy bylo, v tuto chvíli však chyběl spolehlivý důkaz, že to byla právě *tato* krev, která se stala nástrojem zločinu.

A zde do příběhu vstupuje trojice vědců, kteří především prozkoumali virus HIV z krve postižené ženy a izolovali z něj dva geny. Jeden, který kóduje obálku viru a mutuje poměrně rychle, druhý, měnící se pomaleji, jenž kóduje jeden z enzymů viru. Totéž provedli s virem ze vzorku nalezeného u lékaře. Následovala velmi zevrubná studie, která skutečně prokázala, že viry nemocné ženy vznikly mutací z těch, které uchovával dr. Schmidt. Aby se vyloučila jakákoli pochybnost, vědci prozkoumali jako ►

srovnávací vzorek stejné geny virů HIV třiceti jiných nemocných osob a dospěli k závěru, že někdejší zdravotní sestra byla opravdu nakažena virem, který měl dr. Schmidt ve své laboratoři, a tento závěr přijal soud jako důkaz. Konec příběhu už známe.

Vědci tu využili mimo jiné také molekulární hodiny, jak se nazývá jeden ze směrů studia DNA. Tyto hodiny neslyšíme tikat, jdou pomaleji než ty obyčejné, ale neúprosně. Jejich podstatou jsou mutace, postupné změny DNA, která je, jak známo, tvořena nukleovými bázemi jako svými základními kameny. Někdy stačí, aby se pouze jediná báze změnila v jinou, ponechme stranou jak, a dojde k nějaké změně v organismu. Ta může být patrná navenek, jindy nikoli. Klíčové je vědět, jak rychle probíhají mutace u daného druhu. Poměrně složitým porovnáním DNA u současných jedinců blízkých druhů je možné z jejich rozdílů soudit na to, kdy v minulosti se tyto druhy vývojově oddělily, a tím dostáváme právě ony pomyslné hodiny. Takto popsané to vypadá jednoduše, ve skutečnosti to takové není, nicméně se studie tohoto typu stále více rozšiřují.

Panda velká (Ailuropoda melanoleuca) je typickou ukázkou komplikovanosti taxonomie živočichů. Analýza DNA toto řazení samozřejmě upřesňuje.

CO JE PANDA?

Jako jedna z prvních se taková studie podařila již před několika desítkami let, kdy byla ještě tato oblast výzkumu doslova v plenkách. Různé živočišné druhy se tehdy rozlišovaly na základě svých morfologických znaků. Připomeňme, že v biologii je morfologie nauka o tvarech orgánů a také celých organismů rostlin a živočichů s přihlédnutím k jejich funkci. Prakticky to znamenalo, že se porovnávaly kostry, orgány, případně celá stavba těla. Byl to vcelku funkční přístup v době, kdy jiný – lepší nebyl. Už dávno se tak ustálilo, co víme ještě ze školy, že šest nožiček má hmyz, osm jich má pavouk. Ovšem asi nás překvapí, že sekáč, známý svými dlouhými nohama, pavoukem není. To vše jsou problémy biologické taxonomie.

Jedním z nich byla v minulosti také panda velká, kterou různí odborníci řadili právě podle morfologických znaků střídavě mezi čeledě medvědovitých, medvědovitých nebo pandovitých. Pro možné zařazení do každé z těchto skupin totiž panda měla něco vhodného. Až studium DNA posléze prokázalo, že panda velká patří mezi pandovité, a již tehdy se navíc podařilo přibližně

stanovit, kdy se vývoj právě uvedených tří skupin živočichů rozdělil. Postupně se začaly vytvářet pověstné „stromy života“ a datování jejich větvení se stále upřesňuje. Ostatně takový strom, bohužel pořád ještě dost holý, máme i my, lidé. Dnes sahá asi sedm milionů let do minulosti.

Mnohem později než u pandy se vědci dostali k africkým slonům. I zde se teprve zkoumáním jejich DNA jednoznačně potvrdilo to, co se do jisté míry předpokládalo, totiž že jsou dva rozdílné druhy těchto živočichů. Jeden z nich, *Loxodonta africana*, obývá především lesní prostředí, savaně dává přednost *Loxodonta cyclotis*. Není to vůbec jen nějaké hraní; u řady živočišných druhů jde o jejich záchranu před vyhynutím. Pak je dobré vědět, koho vlastně zachraňovat. Ještě připomeňme, že ve vědě je zásadní rozdíl mezi předpokladem a jednoznačně potvrzenou skutečností.

NĚCO O VIRECH A BAKTERIÍCH

V dramatu, jímž jsme začínali, byl objektem virus HIV, o němž je známo, že mutuje jako celek velmi rychle. Proto vědci vybrali dva geny lišící se rychlostí mutace, protože tím se dá přesněji stanovit podobnost mezi různými kmeny viru. Navíc kromě zkoumání podobnosti mezi vzorky museli vyloučit, že postižená zdravotní sestra byla nakažena už dřív, před osudnou návštěvou svého někdejšího zaměstnavatele. Jak patrně, trojice amerických vědců se zhostila svého úkolu do té míry spolehlivě, že to přesvědčilo soudce.

To byla jen velmi malá ukázka toho, čím se dnes zabývá molekulární, a především vývojová biologie, která hledá, jak se vyvíjeli a vyvíjejí různí tvorové (u rostlin to pořád ještě není tak snadné a tak průkazné), a rovněž jakou rychlostí se vývoj daného druhu odehrával. Z minulosti lze usuzovat na současnost a také s určitou pravděpodobností odhadovat budoucnost. Zůstaňme ještě u virů, tentokrát těch dobře známých, totiž chřipkových, přičemž pamatujme na to, že běžné nachlazení *není chřipka*. Výzkum genů těchto virů potvrdil to, co se opět delší dobu předpokládalo – jejich primárním zdrojem jsou některé druhy divoce žijících ptáků, především kurovitých, ovšem mezistupněm v přenosu nákazy mohou být domácí prasata. Mohou, ale také nemusejí. Nicméně v praxi to znamená, že se v některých oblastech doporučuje zemědělcům, aby chovali drůbež a prasata v uzavřených chovech, kde by se tato zvířata nemohla dostat do styku s divokými ptáky. Jak víme, týká se to míst, kde se objevuje nákaza mimořádně nebezpečným kmenem H5N1 chřipkového viru A. Soudí se, že doporučení epidemiologů vybit všechnu drůbež v Hongkongu v roce 1997 zřejmě za tuto cenu zabránilo případné rozsáhlé epidemii vyvolané právě uvedeným virem. Bohužel ani taková drastická opatření nemusejí v budoucnu zabránit možné epidemii. Na druhé straně se zdá, že se objevuje určitá naděje, protože jsou zmínky o tom, že se snad daří připravit vakcínu proti obávanému viru. Otázka je, do jaké míry bude dlouhodobě účinná, což nás opět přivádí k oněm molekulárním hodinám, které v chřipkových virech běží nepříjemně rychle.

Podařilo se totiž zjistit, že genom kmene A chřipkových virů (je také kmen B) má osm poměrně stálých úseků, které se



ale mohou vyměňovat mezi různými typy virů tohoto kmene pocházejícími od různých hostitelů. Zjednodušeně řečeno, setkají-li se v nějakém organismu dva viry kmene A liší se v genomu, mohou si vyměnit některý z těchto úseků, jeden nebo i více, čímž vznikne nový virus. Je sice kmene A, ale liší se od obou předchozích. Takové výměny jsou bohužel u chřipkových virů běžné, a to je právě důvod, proč se zatím nedá připravit dlouhodobě účinná vakcína proti této nemoci. Každý rok se připravuje nová, vycházející z virů, které byly nejčastější v předchozí sezoně.

Nejde jen o tyto „rodokmeny“ virů. Neméně významné je podobné studium bakterií, protože i ty mutují, především v důsledku toho, jak se stávají rezistentními vůči antibiotikům. I zde v poslední době pomáhá výzkum rychlosti těchto mutací, jejich četnosti, a samozřejmě také se hledají mechanismy, jak k těmto mutacím dochází. Současně se zkoumá vývoj dané bakterie do minulosti s cílem pokusit se zjistit, jak se vyvíjela, jakým změnám podlehla. Výsledkem jsou v ideálním případě informace, jak si počínat při navrhování nových druhů antibiotik, ale také při jejich podávání. Ve skutečnosti to není zdaleka jednoduché, protože my lidé jsme nebo se můžeme stát hostiteli nesčetných druhů patogenních mikroorganismů, přičemž likvidace jednoho z nich nějakým preparátem může na druhé straně vyvolat rozmnožení jiného druhu mikroorganismu, který nám může způsobit opět jiné onemocnění. Je to neustálý závod mezi vědou a přírodou.

ČLOVĚK JAKO ZOOLOGICKÁ ZAHRA

Naším problémem je to, že jsme přírodu zatím ani zdaleka neprozkoumali dostatečně. Přesvědčuje o tom poměrně mladý obor nazývaný *metagenomika*. Jak známo, kompletní DNA nějakého organismu je jeho genom a k tomu, abychom ho mohli přečíst a prozkoumat, bylo dosud nezbytné mít takový organismus v čisté podobě. Samotný. U člověka a dalších tvorů to dnes není až tak obtížné a stále rychleji přibývá přečtených genomů. Jinak je tomu u různých mikrobů, které bylo pro takový výzkum třeba rovněž vypěstovat v čistých kulturách. Už první potíž bývá s jejich pěstováním, protože někdy vyžadují méně běžné živné půdy, občas je vůbec obtížné nějakou vhodnou najít. Tím překážky nekončí. Mikrobiální kultura musí být čistá, protože jakýkoli jiný mikroorganismus, který by se do ní dostal, by zkreslil výsledky.

Díky neobyčejnému rozvoji technik zkoumání DNA se objevila metagenomika, kdy stačí shromáždit mikrobiy z nějakého místa a je možné přiřadit nalezenou DNA jednotlivým druhům. Budme konkrétní – metagenomická analýza mikroorganismů z lidského střeva odhalila stokrát více rozličných genů, než kolik jich je v našem genomu, který obsahuje 25 000 genů kódujících syntézu bílkovin. Výsledkem tohoto výzkumu bylo nalezení tří set dosud neznámých mikrobiálních forem! Proto v mezititulku píšeme o zoologic-

„Vražda“ pomocí záměrného infikování osoby virem HIV není zcela neobvyklá. Jiný případ se stal nedávno v Austrálii, kdy HIV-pozitivní muž znásilnil svoji bývalou manželku právě proto, aby ji nakazil.

ké za
h r a d ě
v nás, teď jen
dodejme, že má mikroskopické chovance. Přitom o těch druzích mikrobů, které známe, se ví, že mnohé z nich a jejich geny mají významnou funkci pro náš život. Jen namátkou – podílejí se na vývoji našeho imunitního systému, hrají roli při syntéze mastných kyselin důležité pro tvorbu buněk střední výstelky, zčásti detoxikují zbytky potravy, čímž odstraňují některé rakovinotvorné látky. To je opravdu pozoruhodný výčet, který zdaleka nezahrnuje všechno. Není nadsázkou říci, že zatím toho o mikroorganismech našich střev většinu nevíme. Teď se tedy objevily přinejmenším tři stovky nových a s nimi tytéž otázky – jakou mají roli? Jsou jen našimi hosty, kteří se mohou za nějakých podmínek rozmnožit a zkomplikovat nám život, nebo spíš, což je pravděpodobnější, mají přinejmenším některé z těchto mikroorganismů rovněž klíčovou úlohu ve zdravém fungování našeho těla? Můžeme pokračovat dosavadními metagenomickými výzkumy ženského rozmnožovacího aparátu, které se pokoušejí podat přesnější obraz různých bakteriálních výtoků. I tentokrát byly nalezeny dosud neznámé bakteriální kmeny, a zas je tu otázka po jejich úloze, případně po tom, jak s nimi bojovat.

Výzkum se neomezuje jen na lidi, i když je samozřejmě pro nás nesmírně významný. Metagenomická analýza vzorků mořské vody z Tichého oceánu a ze Sargasového moře ukázala to, co se dalo čekat – velký počet dosud neznámých mikrobiálních forem, čítaje v to také viry. Zas se jen potvrdilo, že biologická diverzita oceánů je nepředstavitelná, a přitom o metabolismu a ekologické funkci těchto mikroskopických forem života nevíme téměř nic. Prvním krokem tak je prostě poznávání těchto složitých komunit mikroorganismů, načež nastane hledání jejich biologické role, jejich vzájemných vztahů a nakonec i jejich proměn. V podstatě jako jedny z posledních nastupují vývojové studie zkoumající případné přibuzenství různých mikroorganismů, pátrající v molekulárních hodinách po tom, kdy se jednotlivé větve rozdělily. Jsou tu další otázky – proč se tak stalo? Co to změnilo v ekosystému oceánů? A jenom těch? Co třeba bakterie, které produkují methan nebo oxid uhličitý, zatímco jiné oba tyto skleníkové plyny spotřebovávají. Kdy se vyvinuly a jaký vliv to mělo na celou planetu?

Začali jsme kriminálním případem, jehož řešení přinesla dnešní schopnost vědy analyzovat DNA a činit z této analýzy podstatné závěry. Konec naznačuje pokračování tohoto příběhu, které naštěstí není kriminální, zato by nás mělo přivést ke skromnosti vůči přírodě. Čím více ji poznáváme, tím víc se ukazuje, že podstatně větší část cesty za poznáním je ještě před námi.

Prof. RNDr. Vladimír Karpenko, CSc.

INZERCE

NutriAcademy, s. r. o.

ve spolupráci s

Diochi spol. s r. o.

pořádají



DIOCHI®

**Regenerační lázeňský detox pobyt
na italském termálním ostrově Ischia**

Týden plný relaxace v termálních minerálních lázních na jihu Itálie, odkyselení speciální detoxikační kúrou a zdejší přírodní minerální vodou, biorezonanční terapie, testace snášenlivosti potravin podle osobního biopole, italská gastronomie (2x minikurz vaření) a kultura, hřejivé sluce a krásná příroda – to vše čeká právě na Vás!

Srdečně zveme i všechny „single“, během dne jsou organizovány hromadné akce, kterých se můžete zúčastnit – určitě nebudete „sami“. Podrobnosti na www.nutriacademy.cz

SPECIÁLNÍ AKČNÍ NABÍDKY PRO ČLENY DIOCHI

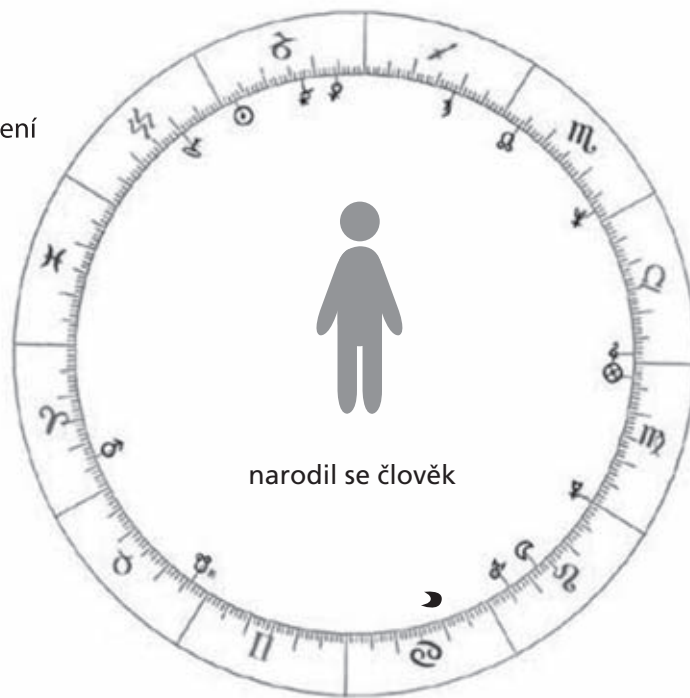


Planety – symboly našich vlastností

Grafický zápis (horoskop) postavení hvězd

Smluvní značky znamení

- ♈ Beran
- ♉ Býk
- ♊ Blíženci
- ♋ Rak
- ♌ Lev
- ♍ Panna
- ♎ Váhy
- ♏ Štír
- ♐ Střelec
- ♑ Kozoroh
- ♒ Vodnář
- ♓ Ryby



Smluvní značky planet

- ☉ Slunce
- ☾ Luna
- ♂ Mars
- ♀ Venuše
- ☿ Merkur
- ♃ Jupiter
- ♄ Saturn
- ♅ Uran
- ♆ Neptun
- ♇ Pluto
- ♁ Chiron

Smluvní značky citlivých bodů

- ♁ Dračí hlava
- ♁ Dračí ocas
- ♁ Bod štěstí
- ♁ Bod moudrosti (Chiron)
- ♁ Černá luna

Astrologie pracuje celkem s deseti planetami – tvoří je osm „astronomických“ planet a dvě tzv. světla (Slunce a Luna). Každá z planet symbolizuje určité vlastnosti. Právě v tomto článku se dozvíte, co která symbolizuje.

OSOBNÍ PLANETY

Slunce, Luna a planety, které obíhají uvnitř oběžné dráhy Země – v prostoru mezi Sluncem a Zemí – Merkur a Venuše, se nazývají osobní planety. Počítá se mezi ně i Mars, který obíhá vně oběžné dráhy Země a v našem planetárním systému s ní „sousedí“.

Slunce ☉ – vládce znamení Lva E

Doba oběhu je 365 dnů. V horoskopu symbolizuje podstatu osobnosti, naše individuální schopnosti, naši vůli, životní energii, naši schopnost dosahování cílů, celkové zdraví a odolnost. Symbolizuje sebeprosazení. Ukazuje na otce, v horoskopu ženy také na manžela, dále na naše tvůrčí schopnosti a schopnost lásky. Je symbolem našeho srdce.

Luna ☾ – vládce znamení Raka D

Doba oběhu je 27,5 dne. Je symbolem lásky mateřské (vyšší úroveň lásky milenecké – tu symbolizuje Venuše), je symbolem starostlivosti, pečovatelsví, citů, instinktů, nálad, veřejnosti. Symbolizuje naše emocionální schopnosti, zázemí a bezpečí. Místo, ve kterém se cítíme emocionálně bezpečně, a naši schopnost toto zázemí poskytovat.

Luna je žena, žena-matka. Symbolizuje změnu, veřejnost, lid, dav, demokracii, dále naši plodnost, moře, vodu, naše city, rané dětství. V horoskopu muže manželku, sňatek. Luna ukazuje na naši starší sestru, veřejný život, obchod, představitelství, fantazii, naše duševní pohnutky, naši duši. Je symbolem našeho žaludku, naší rodiny. Ukazuje na popularitu. Vypovídá o počátku a konci věcí, je také jejich spouštěcím prvkem.

Merkur ☿ – vládce znamení Blíženců

Doba oběhu je asi jeden rok, nevzdaluje se od Slunce více než 28 stupňů. Planeta je nazývána poslem bohů. Bere na sebe vlivy ostatních planet. Takto Merkur představuje rozum, inteligenci, naše sousedy, mladší bratry, naše studia v dospívání, literaturu, psané a mluvené slovo, korespondenci, veškeré knihy, písemné projevy, symbolizuje malé dopravní prostředky. Dále slovo, naši nervozitu, nepokoj, krátké cesty, naši nervovou soustavu, dýchání, ruce a plíce.

Venuše ♀ – vládce znamení Býka a Vah

Doba oběhu je 225 dní. Je nazývána planetou lásky. Zkoumáme ji za účelem poznávání přitažlivosti, způsobu vlastního vkusu, harmonie v partnerských vztazích. Také označuje

naše smlouvy, které máme podepisovat. Uka-
zuje naši schopnost prožívat tělesné, fyzické
zážitky.

Symbolizuje naše vnímání krásy, umění, typ
ženy, která muže přitahuje, jeho zamilova-
nost, milenky, sexuální partnerky, milostné
svazky a manželství. V horoskopu ženy sym-
bolizuje to, jakým způsobem bude žena pro-
jevovat svou lásku a jací muži ji svým zjevem
přitahují. Symbolizuje místa, kde se odehráva-
jí zábavy – plesy, divadla, noční podniky i ve-
řejné domy. Venuše ovládá ledviny, cévní sys-
tém, plet, žlázy.

Mars U – vládce znamení Berana

Doba oběhu je necelé dva roky. Symboli-
zuje mužskou, sexuální, expanzivní, aktivní
sílu. Představuje v horoskopu boj, válku, ak-
tivitu, průmysl, soupeření, zbraně. Mars je
oheň, takže symbolizuje místa, kde se oheň
vyskytuje.

Ženám symbolizuje milence – typ muže, který
ženu přitahuje svou aktivitou, svou sexualitou.
Symbolizuje princip násilí, rychlosti, vyčer-
pání, určité brutality, nebezpečí, úrazy, seč-
né a bodné zbraně, schopnosti vnímat bezpečí
nebo nebezpečí. Je to symbol vznětlivosti. Od-
povídá naší hlavě a svalům.

SPOLEČENSKÉ PLANETY

Mezi tzv. společenské planety se počítá Jupi-
ter a Saturn. Pohybují se velmi pomalu (jsou
svým postavením ve znamení společné pro
celou generaci).

Jupiter V – vládce znamení Střelce

Doba oběhu je 12 let. Je nazýván „velkým
štěstím“. V horoskopu ho hledáme, protože
chceme poznat zákon, zákonnost, spravedl-
nost, náboženství, pocty, atributy společen-
ské úrovně, na které se pohybujeme. Jupi-
ter znamená buržoazii (Luna – demokracie,
Slunce – aristokracie).

Jupiter ukazuje náš možný úspěch, výuku,
naše bohatství, ale také označuje církev, cír-
kevní preláty, soudce, hry, fortune, která je
k nám buď milá, nebo ne. Označuje velkoduš-
nost, ale také výstřelky, kterých se dopouští-
me. Jupiter má snahu přehánět. Odpovídá ját-
rům, krvi a stehnům.

Saturn W – vládce znamení Kozoroha

Doba oběhu je asi 29 let. Přísný, ale spraved-
livý učitel. Podřizuje nás zkouškám. Ukazuje
to, co nás nějakým způsobem omezuje. Vždy
znamená omezení! Symbolizuje čas, zkušenost,
naše poznání. Osoby, které jsou starší nebo se
k nám chovají jako rodiče. Symbolem je naše
stárání, náš odpočinek v pozdním věku života.
Bohatství, které symbolizuje (např. v 2. domě
v Kozorohu), má určitý omezující vliv. To zna-
mená, že nás může nutit být velmi šetrnými. Při
velmi špatném postavení symbolizuje neúspě-
chy, krize, nepřátele, smrt.

Vidíme v něm samotu, vědu, naše předky i naši
pomalost, ale přitom vytrvalost, strídmost, nut-

nost určité askeze. Také naše omezení, napří-
klad i myšlenkové, omezení ve formě celibátu.
Symbolizuje například mnicha nebo poustevní-
ka, ale také schopnost vědecké práce. Na fyzic-
ké úrovni ho zkoumáme za účelem poznat naši
kůži, kostru, klouby a veškeré kloubní problé-
my, také může způsobovat například hluchotu.
Může symbolizovat všechno to, co uplatně-
ním řádu ztuhne (kloubní ztuhlosti, kamínky
v ledvinách). Saturn nás učí dávat a nastolo-
vat v našem chaosu řád. Jakmile je řád nasto-
len, přestává škodit. To je symbolika a poselství
Saturna. Učí nás také poznávat řád společnos-
ti, řád kosmu, ale také vlastní míru zodpověd-
nosti.

KOLEKTIVNÍ PLANETY

Mezi kolektivní planety řadíme Uran, Neptun,
Pluto. Tyto planety byly objeveny v novověku.
(Pozn.: Podle nejnovější astronomické klasifi-
kace se Pluto již mezi planety naší sluneční sou-
stavy nepočítá.) Ukazují nám objevy a kolektiv-
ní zkušenost lidstva.

Uran X – vládce znamení Vodnáře

Doba oběhu 84 let. Symbolizuje pokrok, pro-
stor, originalitu, výstřednost. To, co je nové,
co vzniklo skokem – vynálezy, rozhlas, tele-
vizi, také revoluci, socialismus, auta, rake-
ty, letadla. Všechno pokrokové a revoluční.
V těle symbolizuje naše nervy, krevní oběh,
problémy s lýtky. Symbolizuje nevěry, rozvo-
dy, všechno, co obnáší proces nacházení naší
svobody, ale samozřejmě i nacházení svobo-
dy toho druhého.

Neptun Y – vládce znamení Ryb

Doba oběhu je 167 let. Jeho atributy jsou moře,
voda, ale také drogy, jedy, léky, též hudba, inspi-
race, víra. Dále to jsou zrady, omyly, podvody,
nezákonné věci, útoky, rozluky, všechno to, co
je neřestné. Může symbolizovat naše šílenství
nebo genialitu. Dále symbolizuje veškeré naše
sny i to, co je svět nereálný, fotografie, také špi-
onáže, mystiku, utrpení, božství, věštění, nevi-
ditelno, alkoholismus – sklony k závislostem.
Ukazuje naši inspiraci. Neptun nepůsobí násil-
né změny. Symbolizuje situace, kdy se člověk
chová jako bezhlavý a potom nechápe, proč se
tak choval. Symbolizuje osudové události, kdy
člověk jde za nějakým iluzorním štěstím. Na
fyzické úrovni odpovídá našim chodidlům.

Pluto Z – vládce znamení Štíra

Doba oběhu je 245 let. Je vládcem podsvětí.
Symbolizuje svět, ve kterém jsme klesli tak hlu-
boko, že už nemůžeme klesnout níž a musíme
jenom nahoru. Vládne věcem skrytým, ale nevy-
volává jen přelud nebo iluzi jako Neptun. Před-
stavuje všechno to, co je skryto, ale co musí být
vyneseno na povrch, aby bylo očistěno.
Představuje smrt i v symbolickém slova smyslu,
představuje sexualitu, o které se nemluví. Sym-
bolizuje naši pohlavní rozkoš, plodnost, také
tajné síly a tajné schopnosti. Krásné na této
planetě je, že může symbolizovat zánik věcí,

ale jen v té chvíli, pokud je to nutno nahradit
něčím jiným, novým, protože to staré už ztra-
tilo svůj účel. Působí tedy zánik určité věci, ale
nahrazuje ji něčím novým, prospěšnějším naší
osobnosti. Zároveň takto transformuje, mění
naši osobnost. Transformace obvykle bývá
doprovázena bolestí. Je to planeta neúspěšné-
ho soudu, tajného soudu, planeta smrti a pla-
neta vzkříšení, planeta orgasmu a plodnosti.
Učí nás být jako fénix. Nechat se spálit, ale
ne natolik, abychom potom nemohli vzlétnout
výš. Symbolizuje přerod naší osobnosti.

PLANETÁRNÍ DVOJICE

Slunce a Luna

Základní princip, který je rozdělený na prin-
cip mužský a ženský. Slunce ztělesňuje princip
mužský, muže-otce, a Luna princip ženy-matky.
Slunce je principem, který plodící sílu dává,
Luna je princip, který plodící sílu přijímá.

Venuše a Mars

Venuše – žena-milenka, budoucí matka. Venuše
je to, co touhu probouzí – pasivní ženský prin-
cip. Symbol krásy, erotiky.

Mars – muž-milenc, mladý muž, který touží
a dobývá svou milenkou. Je tedy teprve budou-
cím otcem, budoucím sluncem. Mars je aktiv-
ní dobyvatel, je to princip toužící, aktivní,
mužský.

CITLIVÉ BODY

Kromě planet pracují astrologové s tzv. citlivý-
mi body. To jsou významná místa v horoskopu,
která symbolizují důležité oblasti života. Kro-
mě MC, IC, ASC a DSC, které již byly uvede-
ny v minulém díle (viz Sféra 06/2010), je jich
řada. Zde zmíníme jen ty nejdůležitější.

Lunární uzly

Také se jim říká Dračí hlava a Dračí ocas.
Jsou to průsečíky oběžné dráhy Měsíce s rovi-
nou oběhu Země kolem Slunce. V horoskopu
vypovídají o karmě neboli životním úkolu pro
tento život a dovednostech získaných v živo-
tech minulých:

■ **Dračí hlava <** – v horoskopu symbolizuje ži-
votní úkol pro tento život. Co se má majitel
horoskopu v tomto životě naučit, jaké schop-
nosti si má osvojit a získat.

■ **Dračí ocas >** – v horoskopu symbolizuje, co
se majitel horoskopu naučil v minulých živo-
tech, jaké znalosti a dovednosti získal, co se
pro tento život rozhodl potlačit, aby získal
dovednosti opačného pólu – tedy dovednos-
ti, které symbolizuje Dračí hlava.

■ **Bod štěstí ;** – symbolizuje v horoskopu mís-
to, při jehož naplňování bude nositel zažívat
pocity štěstí a blaha.

■ **Bod moudrosti t** – symbolizuje její planetka
Chiron. Ukazuje na místo, ve kterém je nosi-
tel horoskopu schopný „léčitelským“ způso-
bem pomoci jiným. Sobě už tak moc ne.

Pokračování příště

Milan Gelnar



Rodičia, na slovíčko!

Štýl života rodiny, rodinná atmosféra, veľmi silne ovplyvňujú vývin osobnostných vlastností detí, a tým ich hlboko poznamenávajú.

Len si spomeňte, že už v prvých chvíľach, sotva ste privítaní v byte svojich známych, pocítite špecifickú atmosféru navštívenej rodiny.

Prejavuje sa usporiadaním bytu, strosťou či mäkkosťou prostredia, ale tiež správaním sa členov rodiny. Či je pokojné, živé a úsmevné, alebo rozpačité, neisté či odmerané. Pozorujete, ako spolu hovoria a správajú sa voči sebe členovia rodiny, či prirodzene, voľne, dôveryhodne, alebo umelo, autoritatívne, hádavo. To všetko a veľa ďalších vecí, ktoré vyplývajú zo vzťahov, ako aj z organizácie a štýlu života rodiny, vytvára rodinnú atmosféru, v ktorej dieťa žije.

Keď skupina detí dostala otázku – Ako by si sa správal(a) ako otec(matka), keby si mal(a) svoje vlastné deti? – vyplynuli z nej odpovede, v ktorých sa odrážali ich skúsenosti s vlastnou rodinou a pochopiteľne aj to, po čom vo vzťahu s ňou túžia. Prevládali odpovede typu – Každý večer by som sa s deťmi hral(a), rozprával(a) by som im rozprávky a spomínal(a), aké to bolo, keď som bol(a) malý(á). V sobotu a nedeľu by sme s chlapcami chodili na výlet, spali by sme v stanoch a varili jedlo na ohnisku. Keby som bol otec a mal chlapca, hral by som s ním často futbal, až kým by to nevedel ako ja. Vždy by som si pre deti urobil čas, keby sa chceli so mnou rozprávať. Aj pri práci by som sa s nimi doma rozprával. Keby som bola mamou, veľa by som sa s deťmi smiala, pretože sa tiež rada smejem.

Z odpovedí vyplýva, že deti nás nepotrebujú iba ako ochrancov, živiteľov a vychovávateľov, ale predovšetkým ako múdrych životných partnerov, s ktorými je možné časovo i psychicky sa podľa potreby stykať. To všetko je vkladom pre zdravý vývin detí, to všetko poznamenáva úroveň ich aktivity aj mimo rodiny, teda aj v škole a medzi rovesníkmi.

ÚLOHA OTCA V RODINE

Otcovstvo muža sa vlastne nezačína pôrodom, ale tehotenstvom manželky. Muž by mal zabezpečovať duševný pokoj tehotnej ženy, dobrú domácu atmosféru, dávať pocit bezpečia a istoty. Už samotná jeho prítomnosť, vedomie, že sa na dieťa teší, povzbudenie či pohladenie, pomáhajú žene vyrovnávať sa so zmenenou životnou situáciou počas tehotenstva. Muž teda významne prispieva k zdravému vývinu plodu. Po príchode dieťaťa na svet by mal byť otec pre matku veľkou oporou, ťažko nahraditeľným pomocníkom.

Problémy však môžu nastať vtedy, keď ide o nechcené tehotenstvo. Keď dieťa vie, že nebolo chcené, keď počúva obvinenia, že rodi-

čom pokazilo život, nie je to dobrá devíza pre jeho ďalší vývin a rast.

Ďalším problémom môže byť, že ide o nezrelé otcovstvo. Nezrelý otec nie je pre dieťa pripravený, nie je ochotný pochopiť jeho potreby ani vziať na seba zodpovednosť za jeho zdravý vývin. Pasívni otcovia sa domnievajú, že starostlivosť o dieťa je doménou matky, nedôverujú si v tom, že by mohli dieťaťu sami niečo významné poskytnúť.

Úloha otca v prvých rokoch života spočíva skôr v tom, že zabezpečuje citovú rovnováhu

hu a bezpečie matke, ktorá to prenáša na dieťa. To však neznamená, že nemá rovnako ako matka hneď od začiatku venovať pozornosť dieťaťu, rozprávať a hrať sa s ním, povzbudzovať ho, neskôr sa stáva dospelievajúcemu dieťaťu múdrami poradcami v životných situáciách. To všetko má kladný vplyv na vývin dieťaťa. Niektorí otcovia sa vyhovávajú a sťažujú na nedostatok času, na prepracovanosť, únavu a prežívajú svoj čas zväčša bez detí. Pre deti a ich výchovu, ich ťažkosti a radostné zážitky by si však mali stále nájsť čas. Spolupráca otca a matky pri výchove detí je veľmi dôležitá. Hoci sa roly otca a matky od seba líšia, obidve sa musia dopĺňať, ak chceme vytvoriť dieťaťu zdravé a harmonické rodinné prostredie.

CHORÉ DIEŤA V RODINE

Ak dieťa ochorie, je to vždy starosť, aj v prípade, že to nie je nič vážne. Ako je známe, choroby nechodia po horách, ale po ľuďoch, a preto s nimi treba počítať a tiež naučiť sa v danej situácii správať. Je to dôležité najmä vo vzťahu k deťom, ktoré sa zväčša nedokážu s náladou a pre nich nevysvetliteľnou zmenou vyrovnávať. Aj tu platí zásada „neliečiť chorobu, ale chorého človeka“.

Väčšina rodičov málokedy podceňuje chorobu a ľahostajnosť je skôr výnimkou. Aj keď je celkom samozrejme rodičia o malého pacienta prejavujú zvýšenú starostlivosť, sprevádzanú intenzívnym prežívaním situácie, dieťa má v dospelom cítiť vždy svoju istotu. Je to prvý predpoklad jeho uzdravenia. Pokojné a uvážlivé konanie otca a matky vyžaduje tiež spoluprácu s lekárom. V kontakte s ním je dobré vopred si poznamenať otázky, rovnako tak aj odpovede na ne. Papier a ceruzka sú v takomto prípade vždy spoľahlivejšie ako pamäť, ktorá môže vzrušením či napätím vypnúť.

Je pochopiteľné, že každé ochorenie znamená pre rodičov zvýšené vypätie. Dieťa nechce jesť, zle spí, je mrzuté. Riešením nie je nútenie a prehováranie, ale citlivý a nekonečne trpezlivý prístup, ktorému však nesmie chýbať dôslednosť. Inak sa choroba môže stať začiatkom mnohých nepríjemností s dlhodobým dosahom. Večne opakovanými obavami a vypytovaním sa by výchova smerovala k zvýšenému sebaopozorovaniu, sebaľútosti a možno aj k hypochondrii, ktorá, ako je známe, nikomu na obľúbenosti nepridá. Aj keď dieťaťu odpustíme oveľa viac, než je zdravé, nemôžeme pripustiť všetko. S ochorením sa aj celkom malé dieťa môže vyrovnávať ako s celkom prirodzenou vecou. Predovšetkým to znamená nenarobiť viac rečí, ako je nutné.

SKÚŠKA RODIČOVSKÉJ ZRELOSTI

Reč bude o období puberty, ktorým prešli všetci dospelí. Mnohí rodičia si však neradi uvedomujú, že aj ich dieťa prechádza týmto vývinovým obdobím i so sprievodnými prejav-

mi, ktoré k tomuto obdobiu patria. Toto obdobie môžeme nazvať ojazstnou skúškou rodičovskej zrelosti.

Čo charakterizuje toto obdobie? Okrem hlavného dospievania sprevádzaného určitými telesnými zmenami je to predovšetkým zvýšená citlivosť až precitlivosť dieťaťa, snaha po odpútaní sa od rodičov, spojená s rôznymi prejavmi odporu. A práve to rodičom spôsobuje občasne najviac starostí. A tak rodič, ktorý opatroval, ochraňoval a usmerňoval svoje dieťa, zrazu je v rozpakoch. Iný sa cíti zaskočený alebo prekvapený. Takmer vždy si myslí, že to prišlo akosi priskoro. Lenže život sa nepýta rodičov na ich názory a pocity. Má svoje zákony, ktoré uplatňuje bez ohľadu na to, čo rodičia pokladajú za najvhodnejšie. Nezostáva im však nič iné iba sa s tým zmieriť a k dospelievajúcemu dieťaťu vhodne pristupovať.

Nemožno už len tak zakazovať a prikazovať, lebo takto by sa mohli dosiahnuť úplne opačné výsledky, ako si želajú. Nezabúdajme, že každý človek, teda aj dospelievajúci, má právo na svoje súkromie. Dospelievajúci sa potrebuje sám vyrovnávať s mnohými problémami, citovými úskaliaми, ale zároveň musí mať istotu, že keby potreboval radu alebo pomoc, rodičia sú mu k dispozícii.

Najčastejšie prejavy odporu sa u dospelievajúcich prejavujú voči matke, ktorá je najbližšie. Sú to každodenné drobné stretnutia, ktoré rodičia najčastejšie vyvážajú z rovnováhy a ktoré niekedy nezvládne. Keďže sa s deťmi naozaj niečo deje, väčšina rodičov si myslí, že ten, s kým treba rýchle niečo urobiť, je dospelievajúce dieťa. Ak však dobre vychádzali s dieťaťom pred pubertou, znova bude všetko v poriadku. Toto búrlivé obdobie lepšie zvládnu rodičia, pre ktorých je dospievanie detí signálom, aby sa viac zaoberali aj sami sebou. Len takto, rozvojom vlastnej osobnosti si udržia vzájomný vzťah s dieťaťom v medziach rovnováhy.

AKO BY STE TO RIEŠILI VY?

Každý rodič chce správne vychovávať svoje deti. Čo je však správne? Doteraz nikto nevynašiel univerzálny recept na to, ako správne vychovávať. Sú však určité prístupy, ktoré môžu výchovu dieťaťa optimalizovať.

V tejto súvislosti vám predkladáme tri situácie, v ktorých si môžete overiť primeranosť svojich výchovných prístupov. Máte vždy tri možnosti na výber. Vyberte si tú, ktorá sa vám zdá najlepšia. Poznačte si svoje odpovede a na konci článku sa dozvieme, či ste zvolili optimálny prístup.

SITUÁCIA Č. 1

Váš šesťročný syn pokazí obľúbenú hračku svojej trojročnej sestrčky. Tá sa dá do veľkého plaču. Ako vyriešite spor medzi súrodencami?

a) Zoberiete synovi za trest jeho najmilšie autičko.

b) Pokúsite sa spolu so synom hračku opraviť.

c) Syn sa musí ospravedlniť a musí sestrčke darovať jednu zo svojich hračiek.

SITUÁCIA Č. 2

Vaša desaťročná dcéra zatajila zlú známku, ktorú dostala v škole. Dozvieme sa o nej neskôršie z poznámky v žiackej knižke.

a) Budete jej vyčítať, že nemá k vám dôveru, potrestáte ju a prikážete učiť sa denne o hodinu dlhšie.

b) Utešíte ju, sľúbite jej, že sa porozprávate s pani učiteľkou a že sa budete s ňou každý deň trochu učiť.

c) Vyrieknete ultimátum – keď sa to bude opakovať, zakážete jej chodiť do výtvarného krúžku.

SITUÁCIA Č. 3

Zistili ste, že vám jedenástorčný syn „potiahol“ z peňaženky menšiu sumu peňazí.

a) Dáte mu pár zaúch a za trest mu zarazíte vreckové.

b) Budete mu držať kázeň, a aby si nemosel v budúcnosti „požičiavať“, zvýšite mu vreckové.

c) Nakážete mu sumu vrátiť v splátkach a pokúsite sa ho zamestnať vo svojej blízkosti, aby zbytočne nevymýšľal.

Ktoré sú optimálne riešenia?

SITUÁCIA Č. 1 – písmeno b. Staršie deti mávajú pocit, že rodičia uprednostňujú ich mladších súrodencov. Nemali by ste trestať „veľkého“, lebo by to mohlo v ňom vyvolať nenávisť voči svojej sestrčke. Optimálne je dať najavo, že pre činy „veľkého“ máte viac pochopenia a viac mu dôverujete ako malíčkovej.

SITUÁCIA Č. 2 – písmeno b. Keď si deti nevedia poradiť a majú problémy, hľadajú spravidla východisko v utajovaní. Sú sklamané svojim neúspechom, ale nechcú to dať najavo, zo strachu pred trestom alebo hnevom rodičov. Len ak rodičia posilnia sebavedomie dieťaťa, môže znova v škole dosahovať lepšie výsledky.

SITUÁCIA Č. 3 – písmeno c. Krádež je takmer vždy znakom toho, že dieťa sa v podvedomí cíti byť zanedbávané a v peniazoch hľadá náhradu. Dieťa treba napomenúť, vysvetliť mu, že konalo nesprávne, a dôsledne trvať na tom, aby za svoj čin znášalo dôsledky. Okrem toho musí dieťa aj výrazne cítiť, že sa rodičia oň starajú a že ho majú radi.

Zaiste ste si všimli, že optimálne sú odpovede, pri ktorých rodič ponecháva dieťaťu toľko voľnosti, koľko môže vo svojom veku zodpovedne znášať. Má nazbierať čo najviac vlastných životných skúseností, naučiť sa samostatne a zodpovedne konať.

PhDr. Alexander Kvietok

O ekologii, biozeměděls

„Téměř vše, čeho bylo v Rakousku dosaženo v oblasti životního prostředí, počínaje národními parky až po bezolovnatý benzín, bylo vynuceno nevládními organizacemi.“ Prof. Dr. Bernd Lötsch

Prof. Dr. Bernd Lötsch, významný rakouský biolog, vědec, nositel světových ocenění za ochranu životního prostředí, autor a filmový producent, je dnes v Rakousku živoucí legendou a velkým vzorem pro mladé lidi. Ekologii – obor, který byl po dlouhou dobu společensky opomíjen – dokázal pozvednout na akademickou půdu a dodat mu v očích rakouské veřejnosti patřičnou vážnost a lesk. Stál také u zrodu mnoha institucí určených k ochraně životního prostředí a národních parků. Do konce loňského roku zastával funkci generálního ředitele Muzea přírodní historie ve Vídni. Je osobností, jež se aktivně podílel na tvorbě rakouské legislativy na ochranu životního prostředí. Mimo jiné se mezi prvními zasloužil o rozšíření biozemědělské produkce v Rakousku.

■ Pane profesore, jak vy osobně definujete pojem ekologie?

Ekologie je nauka o hospodaření s přírodou, stejně jako je ekonomie nauka o hospodaření s naším hospodářstvím – ekonomikou. Hospodařit znamená pracovat s omezenými zdroji, a my se můžeme hodně naučit od přírody a organismů, jak zacházet se zdroji, které máme k dispozici. Faktem zůstává, že pokud se přírodní zákony dostanou do konfliktu s ekonomickými, má vždy přednost život. Přírodní zákony nelze změnit rozhodnutím většiny a škody způsobené životnímu prostředí např. jedovatými kovy nebo radioaktivitou nelze později odstranit žádnými penězi nebo technologiemi. Ekologie je tak jako nauka o hospodaření s přírodou založena na přírodních zákonitostech, zatímco ekonomie se snaží své zákonitosti teprve najít. Vidíte, jak bezmocní byli top manažeři v době nedávné finanční krize, která je postihla, protože ještě zdaleka nepochopili hluboké příčiny a souvislosti v komplexním hospodářském dění. Na univerzitě ve Vídni vyučuji sociální ekologii, kterou definuji studentům následovně: „Zabývá se změnou biosféry člověkem a zpětným působením změněné biosféry na něj.“

■ V současné době je turismus s důrazem na udržitelný rozvoj hlavním zdrojem rakouského státního rozpočtu. Lze prezentovat Rakousko jako „ekologickou zemi“?

Existuje asi 28 různých živnostenských odvětví, která by mohla dobře vydělávat na šetření energií. V současné době ale jejich valná většina vydělává na plýtvání energií. Rakousko má nejvyšší

ší podíl ekologického zemědělství na jednoho obyvatele ze všech zemí Evropské unie. Jako mladý vědec-ekolog jsem se podílel na zápasech o ochranu životního prostředí a vím, že zde byly tendence biologické zemědělství jednoduše odstranit coby šarlatánství a podvod na spotřebitele. Ve skutečnosti se ho podařilo na ochranu spotřebitele kontrolovat legislativně proti vysokým cenám, a především proti používání chemických látek. Stál jsem u prosazení tohoto zákona, podílel jsem se na jeho tvorbě. Byl jsem také soudním znalcem pro potraviny z ekologického zemědělství a stávající zákon EU je vlastně koncipován podle našeho vzoru. Určitým problémem ale je, že jsme chtěli, aby biologické zemědělství bylo podpůrným opatřením pro zemědělské rodinné podniky. Chtěli jsme tím zlepšit konkurenceschopnost malých zemědělských farem vůči velkému zemědělskému průmyslu a velkým plantážím. To také po dlouhou dobu takto fungovalo.

■ Mohli by drobní zemědělci s ekologickou produkcí přežít bez dotací?

To je významné téma. Obecně platí, že vedení hospodářských statků nezávisí vůbec na tom, zda je ekologické nebo konvenční, nýbrž zda je dobré. Ekologické vedení hospodářských statků je sice pracné, ale má tu výhodu, že nemusí kupovat žádné pesticidy, hnojiva a pracuje s lehčími stroji. Dnes existují dotace, které jsou velice užitečné pro ochranu krajiny, např. ekologicky pěstované plodiny chrání zásoby podzemní vody před kontaminací dusičnanem, půda obsahuje vyšší úroveň biodiverzity, tj. biologické rozmanitosti druhů v krajině bez toxických jedů. Krajina, která je charakterizována biologickým zemědělstvím, má také vyšší užitnou hodnotu než stepi čtverečních kilometrů monokultur, které jsou stříkané jedy, zejména chemickou kosou, tj. herbicidy. Jediným problémem je, že jeden hektar půdy je dotován na jednotku plochy. V praxi to znamená, že zemědělec, který má malé nebo střední hospodářství s 25 ha, dostane malou podporu, ale velký zemědělský podnik s 200 ha dostane tak velkou dotaci, že může prodat zboží pod cenou – a to jsou právě ti, kteří dodávají do velkých potravinářských řetězců. Řetězce zase chtějí velkododavatele s konzistentní kvalitou, množstvím a spolehlivostí. Nyní se v ekologickém zemědělství děje to, co už jsme zažili v zemědělství konvenčním: že totiž drobný zemědělec s ekologickou produkcí bude muset soutěžit o vlastní existenci s velkými ekologicky zaměřenými zemědělskými podniky.



■ Dnes existuje velká poptávka po bioproduktech a v Rakousku jsou tyto produkty v každém supermarketu hojně zastoupeny, dokonce převažují nad výrobky konvenčního zemědělství. Znamená to, že ekologie hraje v Rakousku velkou roli?

V mysl mnoha spotřebitelů ano. V Rakousku panuje poměrně velká ekologická osvěta. Ale naše energetická politika je bohužel stále ještě daleko od změny orientace na ekologickou a také nový zákon o ekologické elektřině nesplnil očekávání. Ani naše dopravní politika a postoj Rakušanů k mobilitě nejsou opravdu ekologické. Jednoho dne si budeme rvát vlasy, že jsme vypustili do atmosféry tolik CO₂ a promrhali tolik cenné fosilní energie, protože jsme si namlouvali, že musíme řídit motorová vozidla, která vyžadují na 100 kilometrů 7–12 litrů pohonných hmot. Přitom srovnatelnou mobilitu bychom měli i s autem jezdícím na 3 litry benzínu na 100 km, kdybychom ovšem včas přemýšleli.

■ Rakousko je země bez jaderné energie i přesto, že má přes tři desetiletí postavenou jadernou elektrárnu v Zwentendorfu, kterou nikdy neuvedlo do provozu.

My tvrdíme, že jaderná energie může vytvořit více problémů, než jich umí vyřešit. Rakousko na základě referenda nikdy nezprovoznilo vámi zmíněnou jadernou elektrárnu Zwentendorf, mimochodem stojící asi 40 km ve směru větru od Vídne. Jestliže by se tato jaderná elektrárna uvedla do provozu, měla by ve svých útrokách již za rok radioaktivní inventář tisíce zapálených bomb Hirošimy. Jediná prognóza příznivců naší jaderné elektrárny byla, že Zwentendorf by byla nejjistější jadernou elektrárnou na světě. Tato předpověď se naplnila, i když z jiných důvodů, než si mysleli. Dnes ji pronajímáme německým firmám na jadernou energii, aby mohli jejich zaměstnanci procvičit řadu věcí v závodě, kde se nemůže nic stát. Ale existuje i návrh změnit ji na muzeum pro přebytkovou technologii.

tví a energetice

■ Rakousko má pro alternativní zdroje energie velice dobrou geopolitickou polohu, je to převážně alpská – hornatá země, na rozdíl od ČR.

Rakousko díky své poloze využívá zejména vodní zdroje. Máme, přiznávám, velký podíl vodních elektráren, z kterých získáváme asi 60 % z celkové energie. Vodní elektrárny mají malou nevýhodu, že voda v létě sice dostatečně teče, ale v zimě leží zamrzlá v Alpách. Čím více jsme stavěli vodních elektráren, tím více jsme museli dát do provozu elektráren tepelných, abychom vyplnili mezeru v zimě. Dnes se vedou na toto téma velké společensko-politické diskuse. Většina Rakušanů se přiklání k závěru, že už jsme využili maximum pro stavbu vodních elektráren a že musíme udržet půvab zbylé přírody, divokých vod, potoků, řek a vodopádů. Takže velký nárůst vodních elektráren se už očekávat nedá. Naopak jsme hrdí na to, že jsme v posledních dvaceti letech postavili v rakouských zemědělských oblastech 600 větrných turbín. A některé oblasti ve východním Rakousku získávají 70 % své elektřiny právě z nich. Ale když se na to podívám v celkovém rakouském měřítku, mohu pouze konstatovat, že všech těch 600 větrných turbín pokryje jen nárůst spotřeby energie za dva roky. Nejdůležitější je začít energiemi šetřit.

■ Energetická politika hraje zásadní roli pro každou zemi, a pro jaký typ energie se její vláda rozhodne, záleží jen na ní. Narážím na rakouské protesty proti výstavbě české jaderné elektrárny Temelín.

Podívejte, každý člověk se rozhoduje, zda bude kuřák, nebo nekuřák. Ale když stojíte ve vlaku na konci kuřáckého kupé, které hraničí s kupé pro nekuřáky, a zapalujete si jednu cigaretu za druhou, pak se nechováte jako ohleduplný sou-

sed. Jinými slovy, Rakousko protestovalo při vši lásce k českým sousedům pouze proti jaderné elektrárně. Není v tom však nic osobního. Podívejte se do vídeňského telefonního seznamu, je tam více českých než německých jmen. Existuje neuvěřitelné množství příbuzenských vztahů mezi našimi zeměmi a my máme také velký respekt pro technologii v ČR. My Rakušané ale máme obecnou averzi proti jaderné energii. Protest se vztahoval především na jadernou elektrárnu Temelín postavenou příliš blízko hranic s Rakouskem. Temelín nakonec nebude vlastně patřit kvůli zadlužení země Čechům, nýbrž zahraničním koncernům, a bude muset vyrábět energii pro export, aby se vrátily náklady do něj vložené. Ale nechceme zpochybnit právo každého státu určovat svou vlastní energetickou politiku, s výjimkou jaderné elektrárny postavené tak blízko u hranic.

A možná víte, že se v rakouských médiích objevily články, aby se českému sousedovi poskytla velká finanční pomoc pro přechod na alternativní energii, pokud se zřekne elektrárny Temelín. Bohužel se v České republice příliš málo hovořilo o tom, že my, Rakušané, jsme žádali naši vládu o dlouhodobou hospodářskou pomoc České republiky, aby ukončila činnost elektrárny v Temelíně.

■ Ale to byla soukromá iniciativa rakouských osobností, která nebyla nikdy přijata na vládní úrovni.

Tyto osobnosti se zasadily za tuto cestu, protože jsme nechtěli, aby náš protest proti jaderné elektrárně Temelín v blízkosti hranic byl chápán jako nepřátelský akt namířený proti České republice. Obávám se však, že čím více jsme protestovali proti jaderné elektrárně, tím více ji obhajovaly určité kruhy v ČR jako symbol české identity.

Za rozhovor děkuje Mgr. Romana Bochníková



NutriAcademy, s.r.o.
Akademie výživy a sportu®

Zajímáte se o výživu a zdravý životní styl? Rádi byste se perfektně orientovali v sortimentu potravin, věděli, jak je skladovat a kulinárně upravovat? Nevíte přesně kdy, co a jak jíst a neví to ani Vaše rodina a Vaši blízcí?

**Staňte se Poradcem pro výživu
a pomáhejte nejen sobě,
ale i svému okolí!**

Společnost NutriAcademy, s.r.o. nabízí rekvalifikační kurz **Poradce pro výživu**, který je akreditován MŠMT ČR. Jeho cílem je pomoci posluchačům orientovat se v oboru nutričního poradenství, potravinářství a lidské výživy. Absolventi jsou vedeni k praktickým dovednostem při diagnostice výživového stavu klientů a návrhu a sestavování individuálních stravovacích plánů s respektem k výživovým doporučením a fyzické kondici klientů. Absolventi jsou schopni profesionálně pracovat s mládeží, těhotnými a kojícími ženami, manažery, rekreačními i profesionálními sportovci i se seniory.

**Termíny kurzů pro rok 2010,
II. pololetí**

Praha

10.9. - 6.11. 2010

Ústí nad Labem

12.9. - 11.12. 2010

Brno

24.9. - 27.11. 2010

Písek

3.10.2010 - 15.1. 2011

Ostrava

10.10. - 6.11. 2010

**Veškeré informace na:
www.nutriacademy.cz
info@nutriacademy.cz**

**Pro členy
Diochi sleva
1600 Kč na
kurzovné pro
rok 2010!**

Pyramidy

– svébytný záznam egyptských představ o energetickém systému

Podle Manfreda Keplera jsou sice rozměry Chufevy pyramidy optimální pro Egyptány, nikoliv však pro naše zeměpisné šířky. Podle něho je optimální sklon pyramidy pro Evropu 65°, čímž se její potenciál mnohonásobně zvýší.

Zatímco se většina badatelů soustředila na výzkum vnitřních prostorů pyramid a jejich energetické působení, zcela jiný pohled jim věnoval Manfred Dimde. Vycházel jednak ze starého egyptského učení, které jim přikládalo význam výukového místa kněží a jejich zasvěcování, jednak z toho, že tak mohutné stavby nemohly být stavěny pouze pro jednu osobu – faraona, eventuálně jeho rodinu, ale musely sloužit širokému okruhu lidí. Telestetickým způsobem (*Telestetie* – v parapsychologii vnímání bez účasti známých smyslových orgánů, při němž se spojuje informace o specifických objektech s pohybovou reakcí na ně, např. proutkařství – *Slovník cizích slov.net*) měřil okolí pyramid, jejich zevní účinek, a dospěl k zajímavým pozorováním, že za materiálním světem, který vědci prozkoumávají, se otevírá svět daleko rozsáhlejší, z něhož jsme schopni vnímat pouze jednu stranu. Soudí, že jde o léčivou sílu pyramid, kterou využívali staří Egypťané k léčbě psychických onemocnění. Domnívá se, že jde o síly země, zemské magnetické pole, jeho strukturu a působení na náš organismus, které staří Egypťané dokázali cíleně využít ve svůj prospěch.

LÉČIVÉ SÍLY PYRAMID

Bylo zjištěno, že virgule držené nad hlavou se v oblasti pyramid otáčely jako rotory motoru. Nejsilnější efekt se projevuje na rozích Chufevy pyramidy, ale i na jejich stranách přerušovaně. Deset až patnáct metrů od středu pyramidy je mimořádně silné silové pole, které vybíhá od pyramidy šikmo ven. Podobný efekt je i u Rachevovy pyramidy, a odtud se silové pole táhne na linii, která odpovídá cestě ke sfínze a údolnímu chrámu. Několik vzájemně spojených měděných drátů se rozevřelo ve tvaru hvězdy následovně:

Místo, na němž stojí pyramidy, bylo vybráno velmi pečlivě na břehu tekoucí vody, na skalní plošině v oblasti výrazných zemských vlivů. Vliv země se projevuje jako místo diagnózy, léčby a místo přepólování. Jsou zde i vyhloubeni-

Při stavbě modelů pyramid lze použít nejrůznější materiál. Ten však musí být naprosto homogenní. Pyramida se buduje bez dna. Vchod do velkého modelu pyramidy je vždy na jižní straně. Pokud používáme částečně otevřenou pyramidu, měla by být otevřena její severní a jižní stěna. Nejlepším místem v pyramidě je „královská komora“ ve výšce 1/3 od základny. Je to místo koncentrace energie pyramidy a její těžiště. Princip pyramidální terapie vysvětluje dr. Tiller tak, že každý organismus a každý materiál vyzařuje a absorbuje určité množství energie. Nosným médiem je oscilační pole, které má přesně stanovenou geometrii kmitů a záření. Jde o prostorové silové pole, jež obklopuje veškerou živou i neživou hmotu. Vlny nesoucí informace tohoto pole jsou polarizovány, přičemž směr jejich polarizace rotuje kolem oscilační osy. Informace jednotlivých orgánů i tělesných soustav modulují nosné vlny vlastními charakteristickými impulzy. Pravděpodobně každý orgán vyvolává specifickou fázovou modulaci nosné vlny. Rezonovat, byť s jediným takovým bodem, by tedy představovalo rezonanci s celým kosmem. A naopak, vypadnout z takové rezonance by znamenalo nalézat se v opozici vůči kompaktní a nesmírně účinné kosmické energii. Kdybychom uměli zjistit formu takové orgánové vlny, uměli bychom určit také odklon od normy. Pokud bychom nemocnému orgánu vyslali energii odpovídající modulované vlně, jakou se vyznačuje zdravý a normálně fungující orgán, nastavili bychom ho znovu na původní a správnou rezonanci s kosmickou energií. Pod vlivem správných energetických impulzů

by byl takový orgán schopen vnitřně se přeargumentovat. Opakovaným procesem vysílání pozitivní léčivé energie dojde k úplnému uzdravení nemocného orgánu.

Všechny nemoci pocházejí z disharmonie mezi frekvencemi člověka a „energetickou normou“, kterou mu určuje kosmos. Člověk může existovat jako zdravý a spokojený jedinec jen tehdy, když mezi ním (tj. mezi jeho tělem a duší) a prostorovou strukturou kosmu vládne úplná harmonie.

Kochel a Szymanski soudí, že v pyramidě dochází k zastavení růstu mikroorganismů a nastává mumifikace. Jednou z příčin je podle nich vznik peroxidu vodíku uvnitř pyramidy. Energie emitovaná pyramidami má vliv i na lidské enzymy.

V pyramidě koncentrovaná nebo jí vytvářená energie působí nejen uvnitř pyramidy, ale také směrem ven. Na tomto principu sestrojil Dwi-lewitez paprsek zdraví.

Léčivá síla vzniká u vrcholu dolního trojúhelníku, uvnitř pyramidy je usměrňována pomocí horního trojúhelníku, a pak přes měděný drát proudí ven na osobu či její fotografii.

Využívat energii tvarů lze také pomocí energetických generátorů – Nicramů. Jsou to destičky se čtyřmi menšími, zhruba devíticentimetrovými pyramidami, které se přikládají na nemocné místo. Nejúčinnější jsou při revmatických onemocněních, úporných migrénách, bolestech hlavy, při úrazových poškozeních, zejména zlomeninách.

Vedle působení na udržení zdraví lze modely pyramid využít také ke konzervaci potravin, sušení květín, zlepšení chuťové kvality potravin, kávy, čaje či sladkostí a podobně.

ny ve skalním masivu. Tady se také nacházela léčivá místa, kde byla prováděna první část terapie, druhá pak před pyramidami. Podle teletetických výsledků v okolí Chufevy pyramidy působí síla dodávající, nabíjející a síla odnímající, vybíjející fenomény, které je možné označit jako minusové a plusové síly. Minusové síly působí především na východní a jižní straně Chufevy pyramidy (proto se návštěvníci procházející podél těchto stěn cítí unavení, vyčerpání), plusové síly pak především na západní a severní straně. Zde působí léčivá síla. Pohřebiště by tu bylo naopak kontraindikováno, neboť neustále probíhající silové proudy by rušily klid mrtvých.

Zcela zdravý člověk se cítí v blízkosti Chufevy pyramidy příjemně, zdravotně postižený pociťuje na východní a jižní straně krátkodobou nevolnost, poruchy koncentrace a lehkou únavu. Člověk mající organicky slabá místa, ale jeho určitý orgán ještě není poškozen, pociťí bolest na východní a jižní straně pyramidy. Vhodné je vyhnout se rohům pyramid. Delší pobyt zde (20 minut) vede k přepólování.

Dimde zjistil, že východní a jižní strany Chufevy a Rachefovy pyramidy působí na psychiku vyčerpávajícím způsobem, severní a západní strany jí naopak dodávají sílu. Dále podle něho spojovací linie mezi oběma rohy Chufevy a Rachefovy pyramidy působí jako zvláštní diagnostické pole pro onemocnění žláz (nemocní s poruchami štítné žlázy zde pociťovali nevolnost, bušení srdce, nemocní po operaci dělohy či žaludku pociť fantomové bolesti, bolesti v podbřišku atd.).

Na základě těchto skutečností Dimde uvažuje, zda nebyly malé chrámy či jiné menší stavby tohoto komplexu ve skutečnosti místy k určování choroby a její léčby. Podle teletetických měření jsou diagnostická a léčebná místa blízko sebe, nejvýše ve vzdálenosti dva a půl metru. Na diagnostických místech jde pravděpodobně o sílu vstupující do země, na léčebných ze země vycházející. V okolí pyramid se také nacházejí prohlubně ve skalách určené odborníky jako místa síly či místa s rozdílnou silou.

A jak je tomu s Menkauréovou pyramidou, která je třetí stavbou v Gíze? Její velikost je vzhledem k Rachefově pyramidě poloviční. Okolí vede k odlivu životní síly, energie či čilosti. Zdá se, že je protipólem obou pyramid, jako by sloužila coby odváděcí mechanismus. Je možné si to vysvětlit tak, že vysocí kněží či faraon po fázi silného nabíjení – přijímání energie – ji zde vybíjeli pro běžný život, normalizovali zde svůj stav. Je tak určitou propustí umožňující existenci v normálním stavu.

Na kresbě na jedné ze staroegyptských váz jsou znázorněny vlny, voda a zvířata. Zde teče Nil v blízkosti pyramid, zvlněné linie Nilu se větví a stoupají až k horní lince. Ptáci a zvířata stojí na různých typech vln. Můžeme tyto znaky považovat za označení podzemních toků, křivoževatek, slepých ramen, dnes nazývaných geopatogenní zóny? Navíc na obrázku vidíme čtyři pyramidy. Vzhledem k zákonu dualismu a syme-

tričnosti musela na plošině v Gíze být ještě jedna pyramida. Jak vypadala? Kdo ji dal strhnout? Předpokládáme, že zde původně stály pyramidy čtyři, ta čtvrtá by měla být podle pravidel starých Egyptanů protikladem Menkauréovy pyramidy. Nemohla to být jedna z menších staveb, které se nacházejí v okolí tří pyramid?

Podle mozaiky na podlaze Hasanovy mešity je dán matematický předpoklad čtyř pyramid. U starých Egyptanů musela mít každá síla a každý fenomén svůj protiklad. Na druhé straně se však vyhýbali znázornění negativních, nemocných či jinak špatných rysů, skutečností a událostí ze strachu, aby se v jejich životě neopakovaly. Docházelo k jejich vynechávání, které bylo znázorněno prázdným místem. Chybí tedy čtvrtá pyramida?

Vzhledem k tomu, že Menkauréova pyramida je poloviční než Rachefova, musela by i čtvrtá pyramida být její poloviční velikosti.

Na základě telestetie jsou naměřené hodnoty na jejím předpokládaném místě značně vysoké.

Podívejme se zpět na vázu. Vidíme čtyři pyramidy, před nimi Nil a zvlněné linie – snad označení silových nebo magnetických čar země. Jedna z nich vede k první pyramidě a vychází na povrch země.

Zdá se, že Egyptané znali hlavní působení Rachefovy pyramidy, která je centrálním monumentem v Gíze, a její vliv na psychiku člověka. Před její východní stranou byl vybudován mimořádně velký chrámový komplex s malými „ordinacemi“ pro léčbu duše. Zde strážce velkého domu – faraon čerpal sílu, kterou pak rozděloval a předával. Dále sloužila ke studiu a cvičení kněží, pro zvýšení jejich vzdělání. Šlo tedy o jakýsi energetický stroj boží (u Izraelitů nazývaný také archa úmluvy). V komplexu v Gíze tuto funkci plnila Menkauréova pyramida. Tak byli zemědělci zbavováni posledních zbytků životní energie, a tím ušetřeni trápení, které katolíci nazývají očistcem. Indové to provádějí spalováním mrtvých.

Opakem je stavba určená k naplnění životních energií (čtvrtá pyramida) sloužící k regeneraci a omlazování, prodloužení života. Podle měření je tímto místem skutečně místo čtvrté pyramidy, energetická studnice mládí.

Leštěné vápencové desky z Rachefovy pyramidy byly později použity na stavbu Hassanovy mešity, což ovšem někteří současní vědci popírají. Islamisté se domnívají, že by tento fakt mohl dokonce vést k znesvěcení Hassanovy mešity. Její stavba začala v roce 1345 a stavitelé tohoto komplexu zanechali pomoci výtvarného znázornění na Rachefově pyramidě jakýsi návod, který vysvětloval smysl těchto staveb a jejich použití. Na podlaze, která je velká přesně 1000 čtverečních metrů, jsou kamenné obrazce naznačující, jak byla spouštěna a zastavována funkce pyramid, jaké síly působily v okolí staveb a v jakém směru, i souvislost mezi pyramidou a obeliskem. Sultán Hassan považoval pyramidy za stavby dnes neznámých proroků, kteří nám zanechali poselství

nepodléhající času, neboť čísla jsou písmena věčnosti. Sám sultán Hassan byl matematik, který musel vědět o starém Egyptě mnohem více, než bylo obecně do té doby známo.

VE STARÉM EGYPTĚ BYLA PĚSTOVÁNA MATEMATIKA DUCHA.

Jako zajímavost uvádí M. Dimde, že v roce 350 n. l. sestavil J. Firmicus Maternus „Thema mundi“ – horoskop světa. Pomineme-li matematickou část, je zajímavé jeho pozorování léčivých sil pyramid. Horoskop sestavil podle egyptského způsobu ve čtverci, ve kterém lze rozeznat pyramidu, jejíž špička byla v horní polovině překlopena dolů. Vznikne tak řetězec dvanácti trojúhelníků, z nichž každému přísluší jeden znak astronomického hvězdného kruhu – zvěrokruhu. Tyto čtvercové horoskopy se v Evropě kreslily až do 16. století. Každému z trojúhelníků patří jeden dům, a jedna planeta je jako vládce. I faraon byl vládce – strážce velkého domu. Zde jsou také planety strážci domů, a jejich rozmístění zcela jasně odpovídá tvaru pyramidy.

Ještě podotknou (píše v knize dr. Růžicka), že Egyptané slavili začátek roku v době červencového rozvodnění Nilu, takže rok začínal ve znamení Raka, respektive Lva. To souhlasí s orientací planet z východu, podle nichž je postavena Chufeva pyramida, neboť cesta k ní vede z východu, stejně jako cesta od údolního chrámu k pyramidě končí na východě před pyramidovým chrámem. Jsou snad tajemné pyramidy i řešením hádanky o původu astrologie?

Také nejtvrdší a nejdražší drahokam diamant má krystalický tvar dvojité pyramidy – dvou pyramid postavených k sobě základnou. Na zajímavý nápad přišel jihokorejský vědec J. W. Park, který tento systém zavedl do lidské medicíny, speciálně do akupunktury, pod pojmem diamantový energetický systém těla. I samotné lidské tělo má strukturu podobnou oktaedrické diamantové formě, neboť základem ustrojení těla je právě oktaedr. V těle jsou tři osy a tři hranice jin-jang odrážející jeho trojrozměrnost.

Na představě o diamantovém energetickém systému se prakticky podílely tři velké civilizace světa. Již před 5000 lety to byly dávné civilizace Indie a Číny. Obě se vyvíjely poblíž Himálaje. V Indii to byla energetická centra – čakry, v Číně periferní energetické cesty – dráhy. Ony tvoří části jednotné energetické soustavy. Řeky Indus a Ganga v Indii, Žlutá řeka v Číně a Nil v Egyptě jsou třemi hlavními koločkami lidstva. Jen egyptské představy o energetickém systému se nám nedochovaly v literární formě, ale jako pyramidy.

Příště:

Kapitoly pojednávající o starém Egyptě uzavře řada dalších zajímavostí, jako jsou obelisky, sfingy, geoanomalní zóny, tvarové zářiče aj.

*Podle knihy MUDr. Radomíra Růžicky, CSc.,
Medicína dávných civilizací
připravila Mgr. Marie Sívová*

Zeleninové a ovocné šťávy

Meruňky jsou lékem na vrásky, hrášek ozdravuje střeva

Jelikož jsme uprostřed léta, nabízí se velké množství ovocných a zeleninových šťáv. Právě nyní, kdy většina ovoce a zeleniny zraje, bude výběr opravdu znamenitý. Proč toho tedy nevyužít?!

Nastává správný čas pro léčbu široké škály zdravotních problémů. Možná vám chybí jen nějaký vitamín či minerál, abyste se cítili mnohem lépe.

BORŮVKY PROSPÍVAJÍ OČÍM

Přestože je pravidelné pití borůvkové šťávy či přímá konzumace těchto plodů známá pro léčivé účinky u očních nemocí, jako je například šedý a zelený oční zákal (který byl způsoben cukrovkou), šeroslepost, světloplachost, krátkozrakost, pigmentový zánět sítnice, prevence proti degeneraci oka a pro celkové posílení zraku, působí dobře i při dalších zdravotních problémech.

Zvýšená konzumace borůvek se doporučuje ve stresových a vypjatých situacích. Platí pravidlo, že čím větší prožíváte stresy, tím více borůvek byste měli sníst. Uklidňují totiž nervy.

Šťáva z americké borůvky podle vědeckých výzkumů působí preventivně na snížení rizika záchvatu mrtvice. Má dobré účinky při revmatické horečce a spále. Borůvkový nápoj se též doporučuje při bolestivé menstruaci, proti zhoršování stavu křečových žil. Pomáhá při střevních potížích (například průjmu), podporuje odvodňování, snižuje hladinu cholesterolu v krvi a je vhodnou potravinou redukčních diet. Konzumace neslazené borůvkové šťávy se doporučuje také diabetikům.

Díky velkému obsahu vitamínu C posilují imunitní systém, preventivně působí proti zánětům, infekcím, chrání buňky před působením volných radikálů apod. Trísloviny napomáhají tvorbě sliznic. Značný obsah železa má vliv na krvetvorbu.

Šťávu lze použít i vně – působí jako balzám při lupénce a ekzému.

Z listů borůvky lze uvařit čaj, který pomáhá při průjmech či žaludečních nevolnostech, snižují také hladinu krevního cukru. Obklady z borůvkového listu se používají při kožních onemocněních.



MERUŇKY PRODLUŽUJÍ MLÁDÍ

Býváte-li již hned ráno unavení, udělejte si vitalizující kúru s meruňkovou šťávou. Vypijete-li každé ráno (při snídani) sklenici meruňkové šťávy, pomůžete „probudit“ játra, slinivku břišní a nadledvinky. Tuto aktivaci byste měli pocítovat zvýšeným

přívalem energie.

Toto ovoce je bohaté na beta-karoten neboli provitamin A, látku, která pomáhá posilovat zrak (podporuje léčbu šerosleposti, tj. schopnost oka přizpůsobit se snížené intenzitě světla; xeroftalmie – ztráta vlhkosti oční bulvy), patří mezi výborné chemoterapeutické látky a ozdravuje plíce (například při častém pobytu v zakouřených prostorech, v prašném prostředí znečištěném těžkými kovy).

Dále meruňky prospívají při stresech a napětí, podporují krvetvorbu buněk, posilují imunitní systém, zmírňují astmatické potíže, suchost v krku a nosohltanu. Meruňky se využívají i pro kosmetické účely. Kombinace vitamínů, minerálů, aminokyselin, enzymů a olejů, které obsahují, zlepšuje kvalitu pleti, redukuje tvorbu vrásek, prospívá vlasům a nehtům.

Meruňkovou šťávu si nejlépe připravíte, když ovoce vypeckujete, rozmixujete na kaši a přidáte trochu vody, aby byla tekutina řidší.



HRÁŠEK UPRAVUJE ČINNOST STŘEV

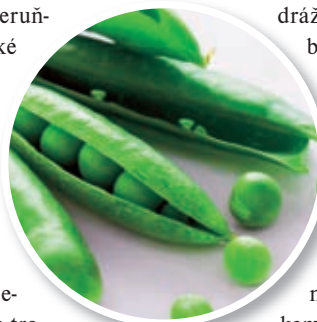
Šťáva ze zeleného hrášku není u nás zrovna obvyklý nápoj, přesto má pro organismus blahodárné ozdravující účinky. Její pravidelné pití prospívá při povrchové tromboflebitidě, tj. zánětu žil, které se nacházejí těsně pod kůží. Navíc zánět se vyskytuje v místě, kde je již krevní sraženina. Postižené místo bývá zarudlé, většinou bolestivé a natéká.

Dále hrášková šťáva velmi pomáhá podrážděným střevům. Příznakem bývají křeče v zažívacím traktu (nemusí vůbec souviset s právě snědeným jídlem). Speciálně je vhodná pro lidi, kteří onemocněli celiakií, to znamená, že nesnášejí lepek. Tuto látku obsahuje většina obilovin. Onemocnění se projevuje průjmami, úbytkem na váze apod. Hrášková šťáva napomáhá ozdravovat střeva, která bývají lepkem poškozena. Tím dochází k lepšímu trávení potravy.

Šťávu lze připravit rozmixováním hrášků na kaši, a poté přilítím trochu vody, aby kaše byla řidší. Při užívání hráškové šťávy kvůli léčbě střev se doporučuje pít tekutinu teplou.

Hrášek obsahuje mnoho výživných látek, jmenovitě například vitamín B1, který prospívá nervům; B2 – podporuje růst vlasů a zlepšuje kvalitu kůže, B3 – posiluje srdce a krevní oběh. Stejně jako ostatní luštěniny je bohatý na proteiny a vlákninu. Naklíčený hrášek má spoustu vitamínu C.

Ing. Petra Forejtová



RYBÍZ POSILUJE IMUNITU

V našich krajích pěstujeme nejčastěji rybíz červený a černý (občas také bílý). Celkem však bylo napočítáno až kolem 50 odrůd rybízu různých barev, velikostí a chutí.

Toto ovoce je velkou zásobárnou vitamínu C. Zhruba 40 bobulek stačí pokrýt denní potřebu tohoto vitamínu. Rybíz obsahuje karoten, z něhož se při přeměně látkové vytváří vitamín A – důležitá látka pro pevný imunitní systém.

KARTY ZDRAVÍ

Karty si můžete objednat na www.zdenkablechova.cz

JAK S KARTAMI PRACOVAT

Vždy si na měsíc vytáhněte z balíčku po zamíchání jednu kartu. Tu mějte na nočním stolku nebo někde na očích, a každý den před usínáním si příslušnou část těla pohladte a řekněte jí: „Děkuji ti, že mi tak věrně sloužíš.“

K tomu je zapotřebí každý den ráno a večer si říci 3x mantru, která je k orgánu přiřazena. Pozorně vnímejte, co říkáte. Jedná se o myšlenkový program, který vám bude měnit vnímání. Pokud po měsíci nebudete vidět změnu, pokračujte další dva měsíce. (Více informací viz Sféra 01/2010)

Podle Karet Zdraví Zdenky Blechové
připravila Marie Jasioková

Texty pro dalších pět karet:

POKORA

Jsi pokorný k tomu, co ti život přináší, a proto se tvé tělo cítí dobře a ubírá se cestou zdraví.

PRSY

Zanedbáváš svoji ženskost. Snaž se více dbát o svůj zevnějšek, budeš se cítit lépe a hodnotněji. Chybí ti sebedůvěra a hledáš ji v muži, ale tu musíš nalézt sama v sobě. Neulpívej na tom, zda tě někdo pochválí, nebo ne. Važ si své ženskosti, jsi krásná a nepotřebuješ nikoho, aby ti to říkal. Uvědomuj si to každý den sama v sobě. Nauč se mít ráda své tělo, svoji krásu, svého ducha, a tím se naučíš více si vážit sama sebe a nepoddávat se každému jen proto, abys nalezla pochopení. Stačí se každý den postavit před zrcadlo a uvědomovat si svoji krásu. Zkus na sobě každý den nalézt něco hezkého. Když budeš hledat a dobře se dívat, najdeš. Neříkej, že ne, je to jen tvá myšlenka, která se ti zhmotňuje. Pokud teď přijmeš myšlenku, že jsi krásná a sebevědomá žena, bude se toto stále více odrážet ve tvém životě a všichni si toho budou stále více všímat. Udělej změnu účesu, oblékání, zajdi si na kosmetiku, masáž, koupele. Prostě se o sebe starej a ostatní uvidíš sama.

Mantra: **Stále více si uvědomuji svoji krásu a moje krása vnitřní převyšuje moji krásu vnější.**

RAMENO

Tvé rameno trpí jednostranným pohybem, a to nejen v životě, ale i v mysli. Stále děláš věci stejně, jako robot. Pracuješ ve prospěch druhých a rád jim sloužíš. Nakládáš si na svá ramena větší zátěž, než uneseš. Proč na sebe bereš problémy druhých a řešíš je? Myslíš si, že za to sklidiš uznání? Chyba, ostatní si tě stále neváží a tebe to mrzí. Zkus nechat jejich odpovědnost jim a uvidíš, že se ti úcta začne vracet. Čím více se snažíš, tím více ti uniká smysl života, neboť se pak ptáš sám sebe: „Mám já tohle všechno zapotřebí?“ Máš, vždyť to chceš. Přestaň se starat. Všichni se už umí o sebe postarat sami, jen ty si myslíš, že jsi nepostradatelný. Je to jen tvoje ego, které touží po uznání, a když ho nedostává, je mu to líto. Jakmile necháš vše, co se tě netýká, běžet, budeš se cítit svobodně a volně a vše se ti bude lépe dařit. Chce to jen vůli obstát. Odhoď vše nepotřebné. Zkus každý den tento cvik: Kruž rameny dozadu alespoň 30x, a přitom si říkej: „Odhazuji všechna břemena nebo zbavuji se všech břemen.“

Mantra: **Zbavuji se všech zatěžujících břemen a život pro mě začíná být oázou klidu a radosti.**

RUCE

Soudí nás za naše nicnedělání, a proto nám dávají jasné signály. Potřebují posílit práci, je to i prostředek ke komunikaci. Važme si více svých rukou, občas je pohladme, vždyť ony za nás pracují a chtějí uznání. Někdy zbytečně nadáváme na vše okolo sebe. Na práci, život, a jsme bez elánu a plní emocí a vzteku. Naše ruce to vnímají jako lítost, vždyť máš ve mně veškerou tvořivost a ty si toho vůbec nevšímáš, a přitom bychom spolu mohli nadělat tolik věcí, ze kterých bychom mohli mít vzájemně radost. Přestaň nadávat, začni si vážit toho, co máš, a začni tvořit. Ruce potřebují pohyb, a proto jim ho dopřej, ať se cítí dobře. Třeba i plavání, masáž, posilování, vše je důležité a potřebné. Pokud chceme rukama pomáhat jen ostatním a na sebe zapomínáme, můžou nám přestat sloužit. Ruce chtějí být v první řadě nápomocny nám samým a až pak, v případě potřeby, těm druhým.

Mantra: **Vážím si části svého těla a vím, že mám velké bohatství, které mi bylo dáno proto, abych je správně využíval. Naplňuji svůj životní program a cítím se dobře.**

SLEZINA

V této oblasti se nacházejí naše emoce. Příliš emotivní člověk onemocní právě v této oblasti. Emoce je třeba zvážit. Kdy je zapotřebí je do života dát a kdy pro mě nemají význam. Někdy přikládám některým situacím větší význam, než skutečně mají. Možná stačí občas se odevzdat úplně jiným věcem. Prostě na chvíli v určité oblasti vypnout. Třeba i jen dovolenou nebo útekem ke sportu nebo k něčemu jinému, abych se občerstvený opět mohl vrátit zpět a uvědomit si, co je třeba řešit a co není. Máš se naučit zvolit rovnováhu a zbytečně se nevrhat do hádek, které nemají smysl. Tvůj život je pak hašteřivý a nemá moc velkou cenu. O hodně větší náboj bude mít, když vynecháš zbytečné hádky. Někdy se problém jeví jako neřešitelný a ty se k němu stále vracíš a chceš ho s tím druhým rozebrat a dokázat mu svoji pravdu. Tam vždy ujedeš. Ten druhý bude mít také pravdu, ale svoji, a těžko se dohodnete. Nech druhému jeho pravdu a ty si klidně zastaň svoji, ale nepřesvědčuj, to tě stojí zbytečně moc sil. Plýtváš pak energií, kterou bys mohl využít důmyslněji.

Mantra: **Vím, že jsem jedinečný, a nemusím o tom nikoho přesvědčovat. Vím, že jsem, a to mi stačí.**



BERAN

21. 3.–20. 4.

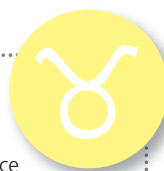
Počátek měsíce by pro vás měl být celkem příjemný, protože byste si měli ulevit od možného tlaku, který na vás byl v minulém období vyvíjen. Šance zamilovat se nebo potkat velkou déletrvající lásku budou mít hlavně ti nezadaní, takže mějte oči a srdce otevřené. Dobré podmínky budou i pro ty, kteří se rozhodnou vrhnout se na sebevzdělávání nebo získávání nových poznatků. Koncem měsíce pozor na přetěžování ledvin. Naordinujte si nějakou ledvinovou čistící kúru.



BÝK

21. 4.–20. 5.

Je možné, že počátkem měsíce července vás tak trochu potrápí láska a záležitosti milostného charakteru. Nemusíte však mít obavy, nebude to nic příliš závažného. Zkuste se spoléhat na oblast rozumu a logického myšlení. Vyvarujte se příliš emotivního jednání, tím byste si to spíše ještě více zkomplikovali. Pokud budete vyrazet někam do zahraničí, vše si předem dobře naplánujte, ověřte a zkontrolujte, jinak byste mohli snadno naletět nějakým podvodníkům, nebuďte proto příliš důvěřiví.



BLÍŽENCI

21. 5.–20. 6.

Hravost, radost, lehkost a pocity vlastní výjimečnosti budete zažívat velmi intenzivně. Můžete počítat se vstřícnými projevy opačného pohlaví, protože charisma budete mít opravdu velké. To vás může trochu zavádět na scestí s pocity, že co není zakázáno, je povoleno. Pozor na sklony k úletům! Ve větší míře budete asi řešit finance a jejich získávání. To by se vám mělo dařit a nakonec byste jich měli mít poměrně dost. Koncem měsíce můžete ve větší míře pociťovat vyčerpanost, ale jinak spokojenost.



RAK

21. 6.–20. 7.

Držet by se vás mělo štěstí, energie, a elánu pro veškeré aktivity byste měli mít dost. Ti nezadaní se mohou těšit na novou lásku, kterou však nejspíše potkají při pobytu v zahraničí nebo v delší vzdálenosti od domova. Ti zadaní pozor na možné svody a flirtování. Vždy si dobře rozmyslete, co budete dělat, než to uděláte. Štěstí by vám mělo přát při úpravách a změnách v domácnosti. Kutilům by se mělo velmi dařit. Koncem měsíce si ale hlídejte výdaje a příjmy, ať je vše v rovnováze.



LEV

21. 7.–20. 8.

Dařit by se vám mělo téměř ve všem, do čeho se pustíte. Láska a věci milostné by měly být v popředí vašeho zájmu. Také v oblasti výdělečných aktivit byste měli být nadmíru spokojeni. Komplikace, které by se mohly dostavit, byste měli zvládnout bez větších problémů. Ve druhé polovině měsíce si dejte pozor na sklony k přílišnému utrácení. Po předchozích úspěších totiž možná budete mít pocit, že všechno můžete. Koncem měsíce se spoléhejte na intuici, a pokud se vám něco nebude zdát, jděte od toho pryč.



PANNA

21. 8.–20. 9.

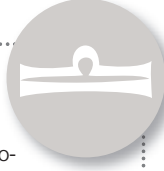
Vy se asi budete hodně těšit na nastupující odpočinek, a od toho se bude odvíjet i vaše skvělá nálada. Radost, chuť do života a dostatek energie vám určitě chybět nebudou. Velmi dobrá volba letní dovolené bude hlavně v první polovině měsíce. Budete mít také pravděpodobně chuť zkusit si něco nového, něco, co jste dosud ještě nezkoušeli, nebo na co jste si netroufali. Pokud máte děti, budou se hlásit o svá práva pozorností, a vy se tak budete muset chtít nechtě občas podřídit jejich požadavkům.



VÁHY

21. 9.–20. 10.

V tomto měsíci budete pravděpodobně procházet nějakou vztahovou proměnou, což pro vás bude na jednu stranu příjemné, na druhou stranu můžete být pod tlakem. Stávající vztahy si budou žádat nějaké změny a zároveň se mohou objevit možnosti pro vztahy nové. Nastolte do svého jednání a do svých požadavků řád a disciplínu, a těch se držte. Pokud se vydáte na delší cesty, hlídejte si své osobní věci a vše si dopředu proveďte. Koncem měsíce se nenechte někým tlačit někam, kam sami nechcete.



ŠTÍR

21. 10.–20. 11.

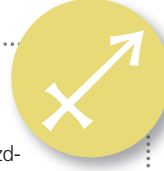
První prázdninový měsíc vás asi potěší, protože téměř vše, do čeho se pustíte, se vám bude dařit. Také možná budete sklízet plody svých předchozích aktivit, které jste už nečekali. Skvěle vám bude fungovat rozum a myšlení, a tak pokud budete relaxovat, můžete v klidu vymýšlet aktivity pro další období. Ve druhé polovině měsíce si dávejte pozor na sklony k flirtování a úletům. Nebylo by to ku prospěchu vašemu vztahu. Příznivé podmínky se mohou nastavit v oblasti změn a úprav bydlení.



STŘELEČ

21. 11.–20. 12.

Je možné, že vás v prvním prázdninovém měsíci čeká trochu náročnější období. Bude toho na vás asi po všech stránkách hodně, nebo to alespoň tak budete vnímat. Je možné, že tlak a nakupená práce minulých dní vás dost vyčerpá a vy teď budete spíše hledat rezervy. Cíleně si naordinujte vnitřní i vnější klid, hlavně pobyt v přírodě by vám měl prospět. Také věci, které budou přicházet zvnějšku, zkuste brát s nadhledem, a ne tak vážně. Koncem měsíce by se měl objevit někdo s výtečným nápadem či plánem.



KOZOROH

21. 12.–20. 1.

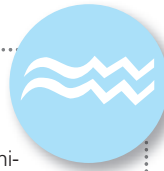
V tomto období se budete možná cítit tak trochu jako na houpačce. Energie a chuť pustit se do všech možných aktivit, a to hlavně spojených s vaším vlastním domovem, budete mít víc než dost. Na druhou stranu se může stát, že svými aktivitami půjдете tak trochu proti sobě. Tak pozor na unáhlenost a tendence rozdělat si práci na více frontách najednou. Dařit by se vám mělo, pokud se rozhodnete rozšířit si znalosti, ale opět pozor na přetěžování. Koncem měsíce pozor na sklony k úrazům hlavy.



VODNÁŘ

21. 1.–20. 2.

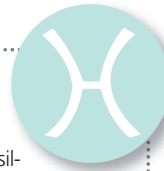
Pro vás by měl být první prázdninový měsíc klidný a pohodový, až se vám možná bude zdát, že se nic neděje. To vás asi bude nutit vymýšlet nějaké aktivity jen proto, aby se něco dělo. Je pravděpodobné, že se setkáte s někým pro vás velmi inspirativním a podnětným. Pokud máte nějaké nedotažené pracovní věci, bude teď právě vhodná příležitost a prostor k jejich dokončení. Čas také bude přát vztahovým záležitostem a ti nezadaní by se mohli zamilovat, zejména při nějakých společenských aktivitách.



RYBY

21. 2.–20. 3.

Pravděpodobně budete velmi silně prožívat veškeré emoce a také pocity, že něco víte, a ani nebudete vědět proč a jak. Výtečně vám bude fungovat intuice a předvídavost. Pokud tedy budete poslouchat vnitřní hlas, neměli byste udělat chybu. Trochu méně asi budete mít energie a možná je i vyšší únava a pocity vyčerpanosti. Ke konci měsíce se asi budete muset vzdát něčeho, na čem možná až příliš lpíte a co vám ale bude už spíš na obtíž. Pokud to dokážete bez velkých pocitů sebeobětování, uleví se vám.



Milan Gelnar je přední český astrolog zabývající se astrologií a ezoterickými disciplínami řadu let. Prostřednictvím www.astrorady.cz poskytuje astrologické poradenství, provozuje svou astrologickou školu, publikuje, příležitostně pořádá semináře a přednášky po celé ČR.

V křížovce se ukrývá Walterův citát.				ÚTVAR SE STRUKY	MÍSTO HOVOR.	NORMA POČTU ÚDERŮ NA JAMKU	OKROVÝ	MINISTER. PRŮMYSLU A OBCHODU ZKR.	AMERICKÉ MĚSTO NEW ???	ÚSKOK	ZANECHAT O SAMOTĚ	HLEMYŽDI	ZADNÍ ČÁST TĚLA	SKUPINA ZVĚŘE
POMŮČKA: AURIT	DAŇOVÉ IDENT. ČÍSLO	TENKÉ OPRACOV. POMĚR ZKR.	VEDELEJŠÍ PRACOVNÍ POMĚR ZKR.				BROUCI				INICIÁLY HERCE PAVELKY		ZÁVODNÍ STRÁŽ ZKR.	
INICIÁLY HEREČKY ŠINKOROVÉ			ELIŠKA DOMÁCKY				NADPORUČÍK ZKR.				TLACHAT		NÁZEV PÍSMENE K	
INICIÁLY HERCE PRACHAŘE			1. DÍL TAJENKY				CITOSLOVCE PODIVU							
SYMBOL VDANÉ ŽENY			DĚTSKÝ POZDRAV				PŘEDLOŽKA		NEZNÁMO KDE				MCBAINOVO JMÉNO	
	J.M. HERCE WERICHA				DRUH KORENÍ		HORSKÝ SKŘÍTEK		ZKRATKA ZKRATKY				ZNAČKA MOUKY	
	CHEM. ZN. OLOVA				BRUTTO RE- GISTR. TUNA				ZPĚVNÍ HLAS			ORGÁN ZRAKU		
MPZ POLSKA			ZAKULA- CENÉ					CHEM. ZN. KRYPTONU			LIMONÁDA HOVOR.			MIMOVÉ
			ČÁST KLASU					PŘED ČASEM			EMOCE			SPORTO- VEC
ŠEŘÍK				INICIÁLY HERCE PELLARA			ČÁST TLAPY SELEM				ZVUK TROUBENÍ		ZNAČKA HEKTARU	
				ÚTĚK			ZEMĚ				JEDNOTKA INFORMACE		SILNÝ VÍTR	
	INICIÁLY LITERÁTA NEUMANNA	ČIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO				SYSTÉM ŘÍZENÍ ZKR.		PTAČÍ JÍDLO				KVĚT SLOVEN.		
		ČES. POL. STRANA				ODPOLEDNE ZKR.		NEUSPOŘA- DANÝ POHYB				KLOUBNÍ NEMOC		
BYVALÝ PODNIK V Kladně ZKR.					OVINOUT				ŠP. NÁROD. HRDINA			MPZ IRSKA		
					AUTONOMNÍ OBLAST ZKR.				ŘIDIČSKÝ PRŮKAZ			EVROPSKÁ UNIE ZKR.		
2. DÍL TAJENKY														
NÁRODNÍ STRANA ZKR.			SAZE					ZKR. VOJENSKÉ HODNOSTI			SLOUČENINA ZLATA A KOVU			

SOUTĚŽTE O VÝROBKY FIRMY DIOCHI

Dvojnásobná šance vyhrát!!!

křížovka – 3 vylosovaní výherci obdrží od firmy Diochi přípravek **Deviral**

sudoku – 3 vylosovaní výherci obdrží od firmy Diochi přípravek **Deviral**

Tajenku křížovky, resp. soutěžní kód ze žlutých polí sudoku zasílejte do 5. 8. 2010 na adresu: Diochi spol. s r.o., „Tajenka“, Weilova 2/1144, 102 00 Praha 10
Nebo e-mailem: redakce@diochi.cz



Správné znění tajenky z čísla 05/2010:
„Zdravý člověk má mnoho přání, nemocný jen jedno.“

Vylosování výherci
Přípravek Estrozin získávají:

- * Kristina Folwarczná, Horní Suchá
- * Petra Kubešová, Veselí nad Lužnicí
- * František Šácha, Lysá nad Labem

Čaj Helichrysum arenarium získávají:

- * Jana Hojková, Pacov
- * Karel Twardzik, Karviná-Mizerov
- * Leoš Baďura, Boskovice

Sudoku – návod: Podle vepsaných číslic doplňte další číslice tak, aby vždy v celé řádce, v celém sloupci a v menších čtvercích byly zapsány všechny číslice od 1 do 9. V žádném sloupci, v žádné řadě a v žádném z devíti čtverečků se žádné z čísel 1 až 9 nesmí opakovat.

		3	8			4		
			6	1				
4					9		8	
	1				2		7	5
6	8		7		1		2	4
2	7		5				3	
	5		2					1
				4	7			
		2			8	7		

					9			
		6		4				3
		3	5	7		8	9	
	1	9				6	7	
6								1
	7	5				3	8	
	3	4		6	1	2		
7				2		9		
			8					

Řešení sudoku z čísla 05/2010

9	6	4	8	1	2	3	7	5
5	7	8	9	6	3	4	1	2
3	2	1	7	5	4	6	9	8
8	1	7	3	9	5	2	6	4
2	5	6	4	8	7	9	3	1
4	9	3	1	2	6	5	8	7
1	8	5	6	4	9	7	2	3
6	3	2	5	7	8	1	4	9
7	4	9	2	3	1	8	5	6

8	3	6	7	4	9	2	5	1
2	4	7	6	5	1	9	8	3
1	5	9	2	3	8	6	4	7
3	9	1	5	2	4	7	6	8
6	7	8	9	1	3	4	2	5
4	2	5	8	7	6	3	1	9
9	8	3	4	6	5	1	7	2
5	6	2	1	9	7	8	3	4
7	1	4	3	8	2	5	9	6

V příštím čísle Sféry



Odkdy je člověk „nahá opice“?

Osrstěním se savci liší od ostatních živočichů. Proč my jsme prakticky bez „srsti“?

Voda

Zázračný elixír – obyčejná voda je neobyčejná substance, prozkoumejte ji s námi.



Poruchy na úrovni jin-jangu

V čínské medicíně souvisí vše tak-řka se vším. Jednotlivé vztahy se ale řídí určitými pravidly.

...a mnoho dalšího!

Ano, závazně objednávám předplatné časopisu *sféra*

Celoroční (12 čísel) za **288 Kč**

Jméno:

Adresa, PSČ:

E-mail:

Podpis:

Datum narození (variabilní symbol - nutno uvést na složence resp. převodu):

Příklad (narozen 12. února 1958 – var. symbol 12021958) ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Forma úhrady: ☐ složenkou typu A (k dostání na poště, jako adresu majitele účtu vyplňte Diochi s.r.o., Weilova 2/1144, 102 00 Praha 10; číslo účtu: 184285855/0300) ☐ převodem ve prospěch účtu 184285855/0300

Bez odeslání údajů požadovaných v kuponu na adresu redakce nelze objednávku předplatného akceptovat.

Vyplněný kupon zašlete na adresu: Diochi s.r.o., Weilova 2/1144, Praha 10, 102 00.

Údaje lze též zaslat e-mailem na: info@diochi.cz **Platné pouze pro ČR!**

V případě zájmu **slovenských předplatitelů** se obračejte na: info.sk@diochi.com;

tel.: +421 335 516 633.

Předplatné můžete objednávat také na tel. 267 215 680 nebo na www.diochi.cz



sféra
DIOCHI ČASOPIS O ZDRAVÍ A ALTERNATIVNÍ MEDICÍNĚ

Vydavatel Diochi s.r.o.

Výkonná ředitelka Ing. Marie Fořtová

Šéfredaktor Mgr. Viktor Černoch

Grafické zpracování Věra Čadová, DiS., Karol L' Huillier

Jazyková úprava Mgr. Marie Sůvová

Jazyková korektura Jana Bláhová

Stálí spolupracovníci Mgr. Romana Bochníčková,

Mgr. Irena Daňková Ph.D., Ing. Michal Dub,

Mgr. Eva Dubová, Vladimír Ďurina, Ing. Petra Forejtová, Bc. Alexandra Haeringová, Lucie Herian, MUDr. Lenka Hodková, Mgr. Marie Janšová, Marie Jasioková, Prof. RNDr. Vladimír Karpenko, CSc., Ivana Karpenková, MUDr. Vjačeslav Kirjuchin, Doc. Ing. Ladislav Kokoška Ph.D., PhDr. Alexander Kvietok, MUDr. Olga Lukešová, Ing. Karel Mader, Ing. Mojmír Mišun, Prof. RNDr. Jiří Patočka, DrSc., Ing. Miloslav Ponkrác, MUDr. Radomír Růžička, CSc., Mgr. Jan Sázavský, Mgr. Nicol Schlezáková, Prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc., PhDr. Libuša Ščerbová, MUDr. Vlastislav Šimeček, MUDr. Blanka Urbánková, Mgr. Radomír Warošek

Produkce JUDr. Jaroslav Slunečko, Pavel Procházka

Distribuce PNS a.s., Diochi s.r.o.

Tisk Tiskárna Libertas, a. s.

Web www.diochi.cz Webmaster Petr Müller

Sekretariát Martina Jančárová

Kontaktní adresa redakce Diochi s.r.o.,

Weilova 2/1144, 102 00 Praha 10

E-mail redakce@diochi.cz

Obchodní oddělení Ing. Miloš Turek, Lenka Turková

Inzerce inzerce@diochi.cz

Předplatné info@diochi.cz

Telefon 267 215 680 Fax 267 215 658

Kontakt Slovensko info.sk@diochi.com

Ročník 7, číslo 7/2010, vychází měsíčně, cena: 27 Kč/1,33 € (předplatné 24 Kč/1,18 €). Příští číslo vychází 3. 8. 2010.

Registrováno MK ČR pod č. E-15 503, ISSN: 1214-9454. Bez svolení vydavatele nelze rozšiřovat publikované materiály (nebo jejich části) ani fotografie. Nevyžádané rukopisy, fotografie a kresby se nevracejí. Vydavatel nenese zodpovědnost za případné následky nesprávného použití zveřejněných léčebných návodů a receptur. Za příspěvky zodpovídají autoři, obsah nemusí vyjadřovat stanovisko redakce. Strany 6-7 a 22-23 jsou prezentací vydavatele.

Foto na titulu a stranách 6, 24 profimedia.cz; str. 3, 8, 11, 12-17, 18, 22-23, 26-27, 28-29 (nahore), 30-33, 36-38, 42 isifa.com; str. 9, 18 (uprostřed) wikipedia.org; str. 11 (vpravo nahore) archiv Vjačeslava Kirjuchina; str. 20-21 Jiří Jakl; str. 28-29 (dole) Milan Gelnar; str. 34 Mojmír Mišun; str. 35 Martina Vexlerová; str. 39 Zdenka Blechová; str. 5 Viktor Černoch; ostatní foto a ilustrace archiv redakce.

BIOINFORMAČNÍ PŘÍPRAVKY CELOSTNÍ REGENERACE

PRODEJNÍ A PORADENSKÁ MÍSTA

DIOCHI SPOL. S R.O.

Weilova 2/1144, 102 00 Praha 10, tel.: +420 267 215 680, fax: +420 267 215 658, info@diochi.cz

SFÉRA KLUB DIOCHI	ZÁSTUPCE	ADRESA	E-MAIL, TELEFON	OTEVÍRACÍ DOBA
Boskovice	Zdeňka Kostiková	Restaurace Zlatá Růže (vchod z letní zahrádky), Kpt. Jaroše 3, 680 01 Boskovice	boskovice@diochi.cz 516 452 523, 721 236 816	Po + Čt 8–17 nebo dle tel. dohody
Brno	Ing. Radoslava Moudrá	Jiráskova 43 – Studio Radek Oliver, 602 00 Brno	brno@diochi.cz 775 587 079, 541 236 849	Po, Út, 14–18, St 10–14, Čt 15–18
České Budějovice	Alena Mitter (dříve Růžičková)	U Tří lvů 4 – II. patro, 370 01 České Budějovice	budejovice@diochi.cz 775 622 006	Po 10–17, Út 9–16.30, St 12–16.30 dále dle tel. dohody
Český Tešín – Chotěbuz	Renata Ostruzzková	Chotěbuzská 293, 735 61 Chotěbuz	chotebuz@diochi.cz 558 733 061, 777 278 269	Po 8–20, Út–Ne dle tel. dohody
Holešov	Jitka Slaměnová	Sušilova 488 769 01 Holešov	holesov@diochi.cz 731 109 372	St 13–15, Čt 10–17 od 12–13 polední přestávka
Hradec Králové	Ing. Petr Švec	ANANTA – Ing. Petr Švec, Smetanovo nábřeží 1189/16, 500 02 Hradec Králové	hradec.k@diochi.cz 602 411 948	Út + Čt 10–18, nebo po tel. dohodě
Karlovy Vary	Naděžda Jandová	Brigádníků 18 (naproti OD Plus), 360 01 Karlovy Vary	karlovy.vary@diochi.cz 353 234 486, 776 676 898	kdykoliv po tel. dohodě
Liberec	Dagmar Šlechtová	Ruprechtická ulice 547/1 460 14 Liberec 14	liberec@diochi.cz 485 103 456, 602 295 795 776 695 795	Po, Út, St, Čt 9–17 Pá 9–15 pouze po tel. dohodě; polední pauza 12–13
Mělník	Irena Oppitzová, Miroslav Svoboda	Kosmonautů 2850, 276 01 Mělník	melnik@diochi.cz 603 457 202, 602 186 630	Po 9–11, St 16–18 nebo po tel. dohodě
Olomouc	Mgr. Petra Konečná	28. října 11 (pěší zóna naproti OD Prior), 779 00 Olomouc	olomouc@diochi.cz 585 221 932, 608 711 410	Po 10–17, Út 10–18, St 10–18, Čt 10–17, Pá 10–16
Ostrava	Mgr. Helena Zvaríková, M. Juřicová	Zelené centrum, Bukovanského 1329/33 710 00 Ostrava	ostrava@diochi.cz 724 484 812, 724 484 811	St 9–13, ost. dny dle tel. dohody
Pardubice	Zdeňka Hevákova	Budova T-String, Masarykovo nám. 1484, 2. patro, č. dv. 210, 530 02 Pardubice	pardubice@diochi.cz 605 280 499, 466 714 263, 467 402 263	Po + Čt 9–12, 13–17 + po telefonické domluvě
Písek	Hana Grasslová	Strakonická 276, 397 01 Písek	pisek@diochi.cz 737 484 081	Po, St 17.30–20 nebo dle tel. dohody
Plzeň	Andrea Frieda Prunerová	Pražská 11 – ve dvoře, 301 35 Plzeň	plzen@diochi.cz 724 575 695	St 12–17, Čt 10–12 nebo dle tel. dohody
Praha	Alena Čermáková	Politických vězňů 15 (1. patro), 110 00 Praha 1	paha@diochi.cz 224 091 330	Po, St 14–18, Út, Čt, Pá 9–13
Prostějov	Mgr. Martina Bedřichová	Borová 370/13, 796 04 Prostějov – Domamyslice	prostejov@diochi.cz 728 036 738	
Rakovník	Iva Jirásková	Vladislavova 2584, 269 01 Rakovník	rakovnik@diochi.cz 313 511 594, 728 022 591	Po + Pá 15–17
Tábor	Iveta Vrtišková	Koželužská 140, 390 01 Tábor	tabor@diochi.cz 381 258 109	Po–Čt 9–17, Pá 9–13 1. so v měsíci 9.30–11.30
Třebíč	Leoš Poskočil	Smila Osovského 45/10, 674 01 Třebíč	trebic@diochi.cz 777 066 566, 568 845 080	Po–Pá 9.30–11.30, 12.30–17
Ústí nad Labem	Ing. Lenka Svobodová	Vaničkova 978/3, 400 01 Ústí nad Labem	usti@diochi.cz 777 115 166	St 15–17.30 nebo dle tel. dohody
Zlín	Andrea Červienková	Zdravotěka, Kvítková 80, 760 01 Zlín	zlin@diochi.cz 608 712 655	Po, Út 10–12.30, 13–17, Čt 11–12.30, 13–17

DIOCHI SLOVAKIA S.R.O.

Hviezdoslavova 11, 917 00 Trnava, tel.: +421 335 516 633, fax.: +421 335 353 941, info.sk@diochi.com

SFÉRA KLUB DIOCHI	ZÁSTUPCE	ADRESA	E-MAIL, TELEFON	OTEVÍRACÍ DOBA
Banská Bystrica	Marcela Fillová	Salón Slender Life, Námestie SNP 17, 974 11 Banská Bystrica	info.bb@diochi.sk +421 484 144 706, +421 907 800 731	Po–Pia 8–20
Bratislava	Kvetoslava Predmerská	Kozmetika Queta, Karadžičova 41, 811 07 Bratislava	info.ba@diochi.sk, +421 255 569 334, +421 911 424 322, +421 915 976 452	Po–Štv 12–17
Kežmarok	Mgr. Mária Uhlárová	Bylinkárstvo, Hlavné námestie 58, 060 01 Kežmarok	info.kk@diochi.sk +421 907 794 111	Po – konzultácie, St 10–17, Ut, Št, Pia 10–16
Košice	Ing. Mária Šárióvá	Šoltésovej 13, 040 01 Košice	info.ke@diochi.sk +421 903 609 473, +421 915 850 066	Po–Štv 13–18, Piatok – možnosť nákupu po telefonickom dohovore
Košice	Ing. Jana Tarasovová	Klub zdravia TAO, Kysucká 22 040 11 Košice	info.ke2@diochi.sk +421 918 463 681, +421 902 048 603	Po, St, Pia 10–12, 14–17 Ut, Štv po telefonickom dohovore
Nitra	Mária Olajošová	Farská 10, 1.posch., 949 00 Nitra	info.nr@diochi.sk +421 915 974 364	Po 13–17, Ut–Pia 11–17
Nové Zámky	Marta Antošová	Rákocziho 12 (5. p, č. dv. 516), 940 01 Nové Zámky	info.nz@diochi.sk +421 905 476 208	Po, St, Pia 10–17
Piešťany	Mgr. Lenka Drgoncová 921 01 Piešťany	Winterova 62, 2. poschodie /vedľa hotela Magnólia/ +421 0917 829 536	info.pn@diochi.sk	Po, St, Pia 12–18
Prešov	Mgr. Ludmila Lešková	Ludmila Regeneračné centrum (budova Allianz), Slovenská 65, 080 01 Prešov	info.po@diochi.sk +421 911 555 098, +421 918 479 122	Po–Štv 10–12 a 13–15, Pia 10–12 a 13–17
Trnava	Jarmila Ryšavá	Hviezdoslavova 11, 917 01 Trnava	info.tt@diochi.sk, +421 335 353 942, +421 915 974 363	Po–Pia 8–16, So po tel. dohovore
Zvolen	Marta Štefančíková	Divadelná 4, Obchodný dom VITMANN 960 01 Zvolen	info.zv@diochi.sk, +421 917 200 207	St–Pia 13–17.30
Žilina	Ing. Anna Birošová	M. R. Štefánika 11 (2. poschodie) 010 01 Žilina	info.za@diochi.sk, +421 917 200 178	Ut–Pia 10–13, 13.30–17, Po – konzultácie na objednávku

www.diochi.com



8159524717603951



SAGRADIN

Nepostradatelný pomocník na cestách

Přírodní bioinformační přípravek Sagradin obsahuje maximální koncentraci mízy ze stromu **Croton lechleri**, který roste v pralesích Peru v oblasti Amazonie. Extrakt z kůry tohoto stromu je již po staletí využíván indiány jako přírodní lék, především na onemocnění střev a žaludku. Sagradin má silné antimikrobiální, antibakteriální, antivysočkové a antivirové účinky. Podporuje přirozenou obranyschopnost organismu, má blahodárný účinek na léčbu oparů, drobných poranění a kožních defektů.

**silné antibakteriální a antivirové účinky
působí jako přírodní antibiotikum
hojí střevní a žaludeční onemocnění**

Informace a objednávky na: info@diochi.cz, tel.: +420 267 215 680,
www.diochi.cz, www.diochi.com
(SR: info.sk@diochi.com, tel.: +421 335 516 633)

