

MEZI ŠÁLKY

ČÍSLO 3

LISTOPAD 2012

ZDARMA

JAK MĚ DOSTALA RÝMA

Probudila jsem se do deštivého, mlhavého rána. Vůbec se mi nechtělo vstávat a navíc jsem dostala ohromnou rýmu. Znáte to? Máte pocit, že vám praskne hlava, nemůžete se ohrát, pořád vám teče z nosu ta protivná páli-vá tekutina. *Asi jsem někde nastydla*, byla mo-je první myšlenka.

Ale pak jsem si uvě-domila, že to bude asi jinak. Minulé týdny toho na mě bylo trochu moc. Manžel má pro-blémy v práci,

se kterými mu asi ne-dokážu pomoci, do mojí lékárny přišla spousta rozzlobených, zamračených pacientů. Opět nadávají na vyso-ké doplatky, někdy právem, někdy jenom proto, aby se konečně někde vypovídali.

A tak přišla rýma. Dává mi najevo, že už nemůžu zvládat pro-blémy svého okolí. Rý-ma mě donutila, abych se začala zabývat sama sebou, chytila se za nos a už neřešila něco, na co nemám síly.

Rýma totiž uvádí věci do pohybu, dochází k vnitřnímu očis-tění, ze kterého vycházejí duše a tělo posílení. A já jsem si znovu uvědomila, že každá nemoc je naším přítelem a učitelem, abychom se přiblížili dokonalé harmonii s přírodou a lidmi. Díky, rýmo! ■

Lenka Zemanová



NA DALŠÍCH STRÁNKÁCH:

*Jak se procházíme zvuky...
Jak podporovat imunitní systém v období chřipek...
Jak mít daleko více energie...
Jak se chovat u čajového obřadu ...
Jak o sobě vypráví čajovna...*

CO SE DĚJE V ČAJOVNĚ...

Barvy v našem životě Helena Kovářová

Jak barvy ovlivňují náš život a jak se naučit vnímat barevnou auru.
9. 11., 18:00, 100 Kč

Skrutá moc drahých kamenů

Martin Chejstovský
Jak léčit pomocí drahých kamenů.
23. 11., 18:00, 100 Kč

Křišťálové tibetské misky adventní koncert

Jan a Hana Marešovi
Podmanivé tóny mís
vykouzlí předvánoční atmosféru.
30. 11., 18:00, 100 Kč

Výstava v čajovně
po celý listopad:
Milan Mikoláš -
Nádhera andělů

AKCE PRO ZROZENEC VE ZNAMENÍ ŠTÍRA:

1+1 přívěsek nebo náušnice ZDARMA

Podmínkou je doklad s uvedeným datem narození (24. 10. - 22. 11.).

UVNITŘ TOHOTO VYDÁNÍ:

PROCHÁZÍME SE ZVUKY	2
CO V OBDOBÍ CHŘIPEK?	2
„NIKDE ŽÁDNÁ PAVUČINKA?“	3
DEVATERO ČAJOVÉHO OBŘADU	4
O ČAJOVNĚ	4

PROCHÁZÍME SE ZVUKY

Motto: Život je vibrace a vibrace je život.

Pokud se vyladíme na vibrace života, dostaneme se ke své přirozenosti. Uvolní se tak všechny bloky a objevíme sílu bytí. Stejně jako se ryby pohybují ve vodě, my se procházíme zvuky. Zvuk je vibrace. Léčivé vibrace najdeme v přírodě - ve všem, co je v přírodě obsaženo. Jsou to minerály, drahokamy, stromy, byliny, ale i voda a vítr.

Při hraní na tibetské mísy, gongy a další nástroje je možno si na zvuk sáhnout a v těle cítit jeho vibrace. Proč se tomu tak děje? Z fyziky je známo, že zvuk se v kapalinách šíří daleko rychleji než ve vzduchu. Vibrace se v lidském těle šíří velmi rychle, jelikož je naše tělo složeno z 80% vody. Tohoto principu se právě využívá při léčení zvukovými vibracemi a při muzikoterapii. Hudba tak

může být brána jako základ pro léčení těla i duše. ■

Jan a Hana Marešovi

30. listopadu se i vy, čtenáři můžete ponořit do tajemných zvuků tibetských křišťálových mís. U nás v čajovně, od 18:00. www.zivotni-vibrace.cz



CO V OBDOBÍ CHŘIPEK?



Rakytník řešetlákový

Výbornou bylinkou na podporu imunitního systému je *Rakytník řešetlákový*. Jsou to malé, oranžové plody nakyslé chuti. Obsahují vitamíny C, A a E dále také D, K, vitamíny skupiny B, kyselinu listovou, esenciální mastné kyseliny, rutin a flavonoidy.

Rakytník je vhodný v období chřipek, nachlazení, psychického i fyzického oslabení

organismu, snížené imunity a nedostatku vitamínů. Pomáhá při poruchách metabolismu, trávicích obtížích, infekcích i v podstatě všech závažných nemocí.

Rakytník má výrazné detoxikační účinky, posiluje játra, kardiovaskulární systém a má příznivý vliv na pokožku.

V naší čajovně vám ho můžeme nabídnout ve formě sirupu, který je vhodný jak pro dospělé, tak pro děti. Nebo v podobě sušených plodů či jako pečený čaj, který si můžete připravit teplý i ledový. ■

*Petra Vernerová,
415 652 164*

NIKDE ŽÁDNÁ PAVUČINKA?

Pamatuju si, že bylo ráno. No, možná spíš dopoledne. V posteli jsem se válela už několik hodin, ale pořád se mi nechtělo vstávat. A proč taky? Venku je ošklivě, kamarádi by mě asi neviděli moc rádi a všechno mě bolí. A všude je tak hnusně!

„Crrrr! Crrrr!“ zazvonil zvonek. Nějak mě to donutilo vstát z postele. Šlápla jsem do oblečení, které jsem včera jen tak pohodila, protože se mi ho nechtělo dávat do koše na prádlo. Vedle oblečení leželo čajové moře. Na něm byla konvička s čajem od včerejška. *Doufám, že nezačal plesnivět.* Otráveně jsem vzala za kliku u dveří. Nikde, nikdo. *Co to je za blbě fóry?* Už chci odejít, ale něco se mi zablýští před očima. Krásný, průzračný kámen. Asi křišťál. *Kde se tu vzal? A kdo mi ho dal? To je fakt divné.* Nejistě jsem ho zvedla a zavřela dveře. Je tak úžasný.

Chtěla jsem ho postavit na stůl, abych se mohla kochat. Jenomže tam byly samé papíry a rozstudované učebnice. Smetla jsem je na jednu stranu. Pod papíry byl lepkavý stůl od moštu, který jsem tam omylem vylila. Ale sem ten kámen dát přece nemůžu! Ušpinil by se a nebyl by tak krásný. A navíc – on si nezaslouží být v takovém binci. Ne, ten stůl musím uklidit, než ho tam postavím! Popsané papíry jsem vyhodila, vytrídila jsem knížky, které potřebuju přečíst a dala jsem je do jednoho rohu. Mastný a lepkavý stůl jsem pořádně vyčistila. *Ted' už by to šlo.* Neumaže se. Křišťál jsem položila do středu stolu. To je nádhera!

Chtěla jsem si sednout na židli, abych ho mohla obdivovat s větším pohodlím. Jenomže tam bylo další špinavé oblečení, které jsem nosila před týdnem. *No tak to ne!* Rozhlídla jsem se po pokoji a viděla jsem další tři hromady oblečení – na zemi, na kousku postele, kde jsem zrovna nespala a na skřínce. Všechny kusy jsem sebrala a odnesla do pračky. Ted' už si můžu sednout a obdivovat krásu křišťálu.

Ale vždyť je tu tolik prachu! A moje postel není ustlaná. Koš přetéká odpadky a v každém rohu jsou pavučiny. Ten křišťál je tak krásný a to okolí tak hnusně! Tady jeho krásu pohlcuje všechnen ten odpad! A už běžím pro prachovku, ustýlám postel, vyhazuju odpadky do koše a srovnávám knížky.

Prohání se tu moucha a tak otvírám okno. Proudí sem čerstvý vzduch. Zdá se mi, že kamínek září



snad ještě víc. *Kdo mi ho mohl před ty dveře dát? Ale počkat! Ještě já sem nezapadám!* Jsem tak špinavá a mám mastné vlasy... a zuby jsem si čistila asi před týdnem. Pádím do koupelny. Ale ta je taky tak zaneřáděná. A to už drhnu všechny kachličky a sprchu. Čistím si zuby a lezu do vany. Vlasy si umyju dvakrát šamponem.

Cítím se skvěle! Je kolem dvanácté a tak začínám mít chuť na oběd. No, i v kuchyni to není dvakrát příjemné. Na stole jsou zbytky jídla, které nevypadají zrovna vábně, a všude je spousta drobečků. Rychle všechno zametám, otírám a vyhazuju.

Udělám si nějakou mňamku! Hm - nefunguje sporák. V čem to může být? Aha, ještě na něj jsem zapomněla. Je celý lepkavý. Beru drátěnku a pořádně čistím, dokud mastnota nemizí. Jak to, že jsem si toho dřív nevšimla? Mám najednou tolik energie! A ještě výborný oběd.

Mamka přichází z práce a nestačí se divit. „Ahoj mami! Pojď se na něco kouknout!“ Táhnou jí za ruku do pokoje a na stole září křišťál.

„Úplně se to tu rozzářilo! Když tu nejsou ty odpadky... Páni!“ rozplývá se mamka.

„No jo, to ten křišťál!“

„Hmmm... kdepak, to ty! Ty ted' záříš!“ Já?

„Crrrrrrrrr!“ 6:30. Budíček. To byl ale divný sen! Rozhlídnu se po místnosti – a naštěstí je všude čisto, nikde žádná pavučinka. Ale ten křišťál na tom stole stojí pořád...■

Kateřina Zemanová

Pozn. autorky: inspirováno knihou

Svoboda od Brandon Bays

Čajovna U sv. Mikuláše

Kde nás najdete?

Beneše z Loun 321
Louny
440 01

Sklepní prostory pod lékárnou U sv.
Mikuláše na Mírovém náměstí.

Telefon: 415 652 164
E-mail: cajovna@arsys.cz
Facebook: Čajovna U sv. Mikuláše

Budeme moc rádi za jakoukoli kritiku nebo
připomínky.

VÍCE INFORMACÍ NA:

WWW.ARSYS.CZ/CAJOVNA

„TAM, KDE MAJÍ DOBRÝ ČAJ, SE
MÉNĚ PIJE VODKA.“

Ruské přísloví

Další pokus, jak vměstnat všechny přednosti čajovny do jednoho odstavce... To aby to vás, čtenáře nenudilo a snad jste i dostali chuť na výborný čaj, kávu či čokoládu. Ale víte co, nebudu dělat čajovně prostředníka. Ona vám to jistě poví sama v krátkém dotazníku:

Jméno: Čajovna U svatého Mikuláše

Co nabízím: přes 60 druhů kvalitních čajů, výbornou čokoládu, skvělou kávu, nejrůznější mňamky, vodní dýmku, čaje, kameny, čajové náčiní a jiné nezbytnosti na prodej

Pro koho jsem: pro NEkuřáky cigaret, pro kuřáky vodní dýmky, pro mladé a naivní, ale i pro životem zkušené

Z čeho mám radost: ze zajímavých přednášek léčitelů, z dechberoucích koncertů a z obrazů nejrůznějších autorů

*Těším se na návštěvu milých lidí
Čajovna U sv. Mikuláše*



Staňte se fanoušky našich Facebookových stránek a dozvíte se všechny novinky jako první!

A navíc další informace ze zákulisí čajovny :-)

Čajovna U sv. Mikuláše

Na tomto čísle spolupracovali:

texty: Lenka Zemanová, Petra Vernerová, Kateřina Zemanová, Hana a Jan Marešovi

obrázky: Šimon Pečenka (www.simon-pecenka.cz), Josef Hejčman (josefhejzman.webnode.cz)

fotografie: Eva Fialková, archiv manželů Marešových

DEVATERO ČAJOVÉHO OBŘADU

- 1) na začátku čajového obřadu odlož svoji pýchu
- 2) nesoustřeď pozornost na čajové náčiní
- 3) nekritizuj ostatní
- 4) buď naplněn laskavostí
- 5) buď zdvořilý a klidný
- 6) vnímej krásu přítomného okamžiku ve společenství ostatních bytostí
- 7) buď skromný a pokorný, jako všichni zastánci buddhistického učení
- 8) konáš-li čajový obřad pro sebe, pak zdá se být prodchnut osamělostí
- 9) neusiluj stát se znalcem čajového obřadu

