

MEZI ŠÁLKY

ČÍSLO 27

LISTOPAD 2014

ZDARMA

POZVÁNÍ NA ADVENTNÍ ZÁŽITEK

Nastal nám podzim, příroda se pomalu chystá k zimnímu spánku. To je výzva i pro nás. Zkusme se zamyslet nad naším způsobem života, vždyť se pořád za něčím ženeme, abychom vydělali více peněz, měli větší, dražší auto, lepší bydlení. Ale větší auto nám štěstí nepřinese. Budeme mít možná větší strach, aby nám ho někdo neukradl.

A přitom stačí tak málo – pozorovat krásný západ slunce, přečíst si pěknou knížku, poslouchat nádhernou hudbu, s rodinou podniknout dobro-

družný výlet, zahrát si společně nějakou hru

Společné krásné prožitky nám přeci nikdo neukradne, ty nám zůstanou navždy.

Na začátek adventního období máme pro vás jeden takový zážitek (na který se nedá zapomenout) připravený. Návštěvou nás poctí vzácní hosté – zpěvák a malíř **Richard Pachman** a zpěvačka **Dita Hořínková**. Přivezou adventní a vánoční písně nejen z Čech a Moravy. Jejich koncert bude nádherným poselstvím do dnešní uspěchané doby.

Jak totiž říká

Richard Pachman:

Neexistuje temnota, pokud máme světlo v sobě.



Lenka Zemanová

AKCE V ČAJOVNĚ

Léčivá síla

drahých kamenů

Bolek Studžinský

Již po 3. nás Bolek zasvětil do tajemství kamenů.

21.11., 18:00, 100 Kč

Přednáška o energiích

Václav Vtt

Jak čerpat energii z vesmíru a jak se energeticky chránit.

27.11., 18:00, 100 Kč

Adventní koncert

Dita Hořínková

a Richard Pachman

Adventní a vánoční písně nejen z Čech a Moravy.

28.11., 18:00, 100 Kč

Vánoční zvyky a věštění

Milan Doležal

5.12., 18:00, 100 Kč

Výstava v čajovně

po celý

listopad:

Stacionář Louny – fotografie

Kartárka

Marta

Gründelová

Informace o termínech v čajovně

NA DALŠÍCH STRÁNKÁCH:

KOKOSOVÝ OLEJ	2
BUDDHISTICKÉ PŘEDMĚTY: MÁLA, TIBETSKÉ PRAPORKY	2
JANTAR	3
JAK JSME KRESLILI: BAREVNÁ KRESBA	3
ČERNÝ ČAJ	4

KOKOSOVÝ OLEJ

Je zdravý, uvaříte s ním skvělá jídla, ale můžete ho použít i na vlasy a masáže. Dnes Vás seznámím s kokosovým olejem.

Kokosový olej má širokou škálu pozitivních účinků na naše zdraví. Obsahuje nasycené tuky a mastné kyseliny, pyšní se vysoký obsah vitamínu E.

- ♦ má antivirové účinky (chřipkové viry, vir žloutenky, i proti viru EBOLA)
- ♦ působí proti kvasinkám, plísním, obnovuje střevní mikroflóru,
- ♦ podporuje vstřebávání vápníku, vitamínů a aminokyselin a poskytuje okamžitou energii,
- ♦ je vhodný na výživu mozku, prokázal velmi nadějný výsledek v rámci výzkumu Alzheimerovy nemoci
- ♦ snižuje chuť na sladké, což určitě uvítají pacienti s cukrovkou 2. typu
- ♦ podporuje činnost štítné žlázy
- ♦ pomáhá léčit ekzémy, lupénku, akné
- ♦ zpomaluje tvorbu vrásek
- ♦ je vhodný na suchou pokožku,

lupy a jako vlasový kondicionér, na masáže

Kokosový olej se skladuje na temném místě, ve skle tmavohnědé, nebo zelené barvy, je třeba ho chránit před sluncem. Je tepelně stabilní, proto se nemusí uchovávat v chladničce.

Petra Vernerová



BUDDHISTICKÉ RITUÁLNÍ PŘEDMĚTY

MALA (náhrdelník, věnec)

- ♦ Je podobný křesťanskému růženci, ale má jiný počet kuliček - obvykle 108. Může jich být i méně, ale vždy násobek 9.
- ♦ Kuličky jsou vyrobeny ze dřeva, kosti nebo semen posvátného stromu bodhi.
- ♦ 108 je nejposvátnější číslo buddhistů, existuje 108 božstev, z toho 58 je hněvivých a 50 dobrých. Začátkem i koncem je kulička učitele, která symbolizuje moudrost a prázdnotu.
- ♦ Kuličky mály odpočítávají buddhisté při recitaci manter.



TIBETSKÉ PRAPORKY

- ♦ Rozvěšují se na cestách, vrcholcích hor a jiných významných místech, aby vítr roznášel modlitby natištěné na praporcích.

Mají 5 barev:

- ♦ červená = oheň
- ♦ zelená = dřevo
- ♦ žlutá = země
- ♦ modrá = voda
- ♦ bílá = kov



KOUZLO JANTAROVÉHO NÁHRDELNÍKU

Drahé kameny mě fascinují už velmi dlouho. Moc jsem se o nich dozvěděla od Mirka Kosa – vzácného přítele a geologa, hodně jsem si přečetla z dostupné literatury. Myslela jsem si, že mě už nic nového nemůže překvapit. Vím, přece, jak kameny ovlivňují svými barevnými vibracemi jednotlivé čakry, jak fungují na naše tělo, emoce a psychiku.

Nikdy ale nemůžeme říci, že už všechno víme a známe. Jednou do lékárny přišla noblesní šedovlasá dáma, na krku měla zářivý jantarový náhrdelník. Zaujal mě a tak jsem jí ho pochválila. A ona mi začala vyprávět jeho příběh. V poválečných letech trpěla **urputnými bolestmi krční páteře a hlavy**. Tenkrát nebyly léky, které by jí pomohly. Až jí přítelkyně poradila, aby vyzkoušela jantarový náhrdelník. Ráno si ho nasadila na krk, po obědě si dali s manželem kávu a koláč. Najednou zjistila, že může bez bolesti otáčet hlavou... Od té doby má náhrdelník přes den na krku.

Další informaci o jantaru jsem získala v knize ukrajinské doktorky Jeleny Svitko o přírodní léčbě. Vysvětluje, jak jantar působí na **štítnou žlázu**. Pokud jsou buňky štítné žlázy zaneseny toxiny, přestávají být funkční, a proto se musí neustále tvořit buňky nové a štítná žláza se zvětšuje. Jantarová pryskyřice má ionizační vlastnosti, což prokázal ve svých výzkumech mikrobiolog L.V. Tokin.

Když si člověk pověsí na krk jantarový náhrdelník nejlépe tmavší barvy, jeho energie proniká do buněk štítné žlázy, v nich začnou opět probíhat výměnné procesy, zbavují se toxinů a postupně se obnoví jejich funkce. Štítná žláza se začne pomalu zmenšovat.

A tak si určitě jantar poříd'te. Hodí se, když se miminku **prořezávají zoubky**, když dospělé bolí **zuby**, pak se přikládá na dásně. Jantar pomáhá také při **tenisovém lokti**, to se náplastí přilepí na bolestivé místo na 2 až 3 dny.

Jantar také dokáže **zlepšit náladu a prohrát naše tělo**.



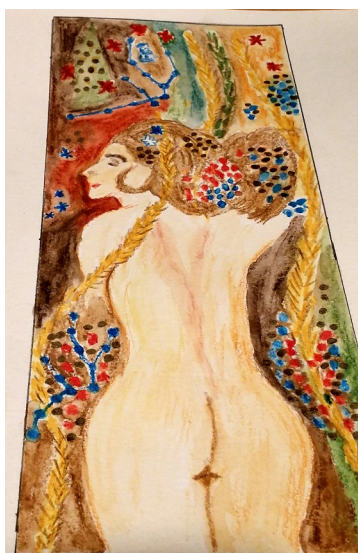
Lenka Zemanová

JAK JSME KRESLILI – BAREVNÁ KRESBA

Tak nám zase začal podzimní kurz kreslení. My, kteří jsme prošli kurzem kreslení pravou mozkovou hemisférou, zkusíme kreslit barevně. Je to něco nového, objevného.

Pomocí barev lze velmi dobře vyjádřit náladu, emoce, momentální rozpoložení... Jenom nelze gumovat a tak je třeba dopředu vše promyslet, udělat si skicu. Jak se nám to napoprvé povedlo, posuďte sami.

Lenka Zemanová





Čajovna U sv. Mikuláše

Kde nás najdete?

Beneš z Loun 321
Louny

Otevírací doba:

Po 10:00 – 17:30
Út 10:00 – 17:30
St 10:00 – 20:00
Čt 10:00 – 17:30
Pá 10:00 – 20:00 (mimo přednášky)
So 9:00 – 11:00 (během trhů)
Telefon: 415 652 164
E-mail: cajovna@arsys.cz
Facebook: Čajovna U sv. Mikuláše

DALŠÍ INFORMACE NA:

WWW.CAJOVNAMIKULAS.CZ

LÁSKA JE JEDINÁ HODNOTA,
KTERÁ SE DĚLENÍM NÁSOBÍ.

Kumránské svitky

*Tak a teď jste na poslední stránce tohoto „časopisu“.
Přes všechny ty informace o čajích, bylinkách, kamenech... pořád
jedna chybí. Ta o čajovně. Takže...*

Jméno: Čajovna U svatého Mikuláše

Co nabízíme: přes 40 druhů kvalitních čajů, výbornou čokoládu, skvělou kávu, nejrůznější mňamky, vodní dýmku, čaje a 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

Každá návštěva mně a čajovníkům udělá radost! :)

Čajovna U sv. Mikuláše



STAŇTE SE FANOUŠKY
NAŠICH
FACEBOOKOVÝCH
STRÁNEK A DOZVÍTE
SE VŠECHNY NOVINKY
JAKO PRVNÍ!
A NAVÍC DALŠÍ
INFORMACE ZE
ZÁKULISÍ ČAJOVNY :-)

/CAJOVNAMIKULASE

Na tomto čísle spolupracovali:

texty: Lenka Zemanová,
Kateřina Zemanová, Petra Ver-
nerová,
fotografie:
expect.cz, wikipedia.cz,
K. Zemanová,
archiv R. Pachmana

PŘÍBĚH ČAJE XII. DÍL: ČERNÝ ČAJ (1. ČÁST)

Během jednoho zvlášť dlouhého období dešťů došel čerstvý i nasušený čaj. Lidé spotřebovali všechny své zásoby. Tu napadlo jednu ženu, že má ve vlhkém přístěnku ještě staré, neusušené lístky. Nevypadaly sice nijak vábně, ale přesto je zkusili uvařit. Uvařený nápoj byl docela jiný. Byl tmavý a měl novou, silnější chuť. Své povzbuzující a osvěžující účinky si ale zachoval.

I když Číňané znali černé čaje asi už v 7. století, nijak zvlášť je rádi neměli. K rozvoji výroby černých čajů došlo až za panování dynastie Čching (1644-1911), protože noví vládcí Číny je měli raději než zelené čaje.

Účinek

Obnovuje energii organismu. Je vhodný při potížích se soustředěním, nedostatkem chuti něco podnikat, dále bojuje proti studeným končetinám. Je dobrým prostředkem proti zácpě.

**Účinek je dán způsobem
přípravy:**

Louhování 2-3 minuty: uvolní se kofein = povzbuzuje činnost mozku, nezatěžuje srdce a krevní oběh. Jeho účinek pomalu odeznívá. Působení kofeinu v čaji je jiné, protože se váže na třísloviny (kofein v kávě naopak rozpumpuje srdce, působí krátce).

Louhování do 5 minut: uvolní se zároveň třísloviny, které povzbudivý účinek kofeinu tlumí. Podporují činnost trávicího ústrojí, uklidňují žaludek a střeva, prospívají činnosti cév. Mohou vázat a odvádět z organismu zplodiny.

An Hui Qi Men Hong Cha (Keemun, Čchi-chung)

Patří k desítce nejlepších čínských čajů. Asi 1200 let se ve vesnici Čchi-men ("Velká brána") vyráběl zelený čaj. V roce 1875 vedla ale jedna zvláštní příhoda k objevu tohoto čaje:

V jedné vesnici žil mladý muž.

Složil všechny zkoušky, nastoupil na dráhu vysokého úředníka. Jeho otec o něj měl ale starost. "Peníze a postavení nejsou všechno. Mnohem důležitější pro člověka je, aby se vyučil v nějaké dovednosti, kterou si bude moci vydělávat celý život," pověděl mu mnohokrát. Mladík otcova slova však pramálo zajímala. Po pár letech ale musel místo opustit. V tomto těžkém čase si vzpomněl na slova svého otce a vydal se do provincie Fu-fien, aby se tu naučil pěstování čaje. Věděl, že Fu-fien má dlouhou tradici výroby fermentovaných čajů. Po několika letech práce se vrátil do rodné vesnice a začal provádět pokusy s fermentováním zdejších čajů. Námaha se vyplatila. Brzy vyvinul 16 různých pracovních postupů a získal vynikající černý čaj. Jeho čaj vešel rychle ve známost a poptávka rostla.

