

MEZI ŠÁLKY

ČÍSLO 32

DUBEN 2015

ZDARMA

DUBEN - UDĚLEJTE NĚCO PRO SVÁ STŘEVA



Nastává nám nejkrásnější období v roce – jaro. V dubnu se zaměříme na očistu střev, která si naši péči opravdu zaslouží.

Věděli jste, že naše střeva jsou největším imunitním systémem v těle? Existují v nich ochranné bariéry ve střevní stěně a navíc jsou osídleny střevní mikroflórou. To jsou přátelské bakterie, které se živí choroboplodnými zárodky a plísněmi.

Dobře fungující střeva nám zajistí dokonalé strávení živin. Střeva také obsahují takzvaný enterální nervový systém, který se podílí na tvorbě hormonu štěstí serotoninu, a proto správně pracující střeva velmi ovlivňují naši psychiku a dobrou náladu.

Během dubna proto doporučujeme popíjet 2 až 3 šálky bylinné směsi na střeva a trávení. Tato směs obsahuje mátu, meduňku, heřmánek, lékořici a skořici, což jsou bylinky, které zlepšují trávení a navíc mají hojivý a protizánětlivý účinek na střevní sliznici.

Do stravy zařaďte psyllium, což je vláknina z indického jitrocele. Buď ji nasypete do nápoje, jogurtu, do polévky nebo na chleba s máslem. Denní dávka je 1 až 5 lžiček vlákniny. K psylliu je třeba pít hodně tekutiny, vždy jednu velkou 200 ml sklenici ke každé dávce. Psyllium ve střevě na sebe naváže veškeré škodliviny a usazeniny a vyčistí střevo jako vysavač.

Střeva také potěšíme tím, že budeme jíst hodně vlákniny v ovoci a zelenině, vyřadíme bílý cukr a bílou mouku. Také dostatečný pohyb a pitný režim je pro naše střeva velmi žádoucí.

Lenka Zemanová

AKCE V ČAJOVNĚ

Židovské tradice a zvyky: Náboženská praxe
Jan Grunt

Druhá přednáška se zabývá zvyklostmi charakteristickými pro každodenní život - například návštěva synagogy, předpisy o jídle a modlitební zvyklosti.

7.4., 18:00, 80 Kč

Navyšování vibrační úrovně bytosti v praxi
Jaroslava Háková

Jak obstát v současném světě a najít duševní klid, rovnováhu a štěstí.

10.4., 18:00, 100 Kč

Šamanství a drahé kameny

Jana Folprechtová
Léčivá síla kamenů a šamanské techniky pro zdraví.

17.4., 18:00, 100 Kč

Židovské tradice a zvyky: Židovské svátky
Jan Grunt

O židovských svátcích, šabatu, významných a postních dnech.

5.5., 18:00, 80 Kč

Výstava v čajovně po celý duben:

Jana Faixová –
„Andělská krása“, akrylové obrázky andělských bytostí

UVNITŘ:

LÉČBA	2
PARAZITÓZ	
BYLINKOVOÝ HERBÁŘ:	3
LÍPA	
LIPOVÁ LIMONÁDA	3
RECEPT: MATCHA BERÁNEK	4

LÉČBA PARAZITÓZ (III. DÍL)

1. Antiparazitární byliny

Doba vhodná k užití antiparazitárních bylin:

Užívané půl až hodinu před jídlem

- ♦ Vhodné při zasažení parazity střeva a spodní části těla.
- ♦ Na lačno se také užívají byliny projímavé, močopudné, na uvolnění menstruace a na pohlavní funkce.

Užívané s jídlem

- ♦ Jsou-li zasaženy parazity žaludek a tlusté střevo. Doba vhodná i pro byliny trávicí, na játra a slezinu.

Užívané po jídle

- ♦ Je-li zasažena parazity horní část těla, plíce, krk, hlava.
- ♦ Doba vhodná i pro bylinky na odkašlávání, posílení nervů, srdce a mozek.

Pokyny na užívání antiparazitárních bylin

- ♦ Nesmí se podávat těhotným a kojícím ženám.
- ♦ Pelyněk nepodávat při žaludečních vředech.

Elixír Trojčátko

Lihový výtažek pelyňku, hřebíčku a oplodí ořešáku sbíraného těsně před spadnutím ořechů na zem. Je možno ho doplnit ještě lihovou tinkturou z listů ořešáku, která má silný účinek na plísň.

Bylinný preparát v tabletách VERMOPHYT

Obsahuje tymián, satirejku zahradní, černuchu setou, tykev obecnou, hřebíčkovec vonný, oman pravý.

Používá se na léčbu roupa dětského, škrkavek, tenkohlavce bičíkového, měchovce, hádě střevního a tasemnic.

2. Chemická antiparazitika

V České republice je registrován jediný preparát s obsahem mebendazolu – Vermox. Je určen k léčbě střevních parazitů jako je roup dětský, tenkohlavce bičíkový, škrkavka dětská, měchovci, hádě střevní, tasemnice.

3. Léčba pomocí aplikace léčebných frekvencí na přístroji Zapper a plazmový generátor

Tyto přístroje ničí choroboplodné mikroorganismy v našem těle bez negativních vedlejších účinků. Tkáněmi při aplikaci Zapperu prochází elektrické pulzy (při aplikaci plazmového generátoru radiové vlny), které rozkmitají membrány bakterií a parazitů. Dochází k protržení membrán a tím ke zničení mikroorganismů. Každý druh mikroorganismu kmitá na jiné konkrétní frekvenci. Během této léčby je velmi důležitý pitný režim a následná detoxikace.

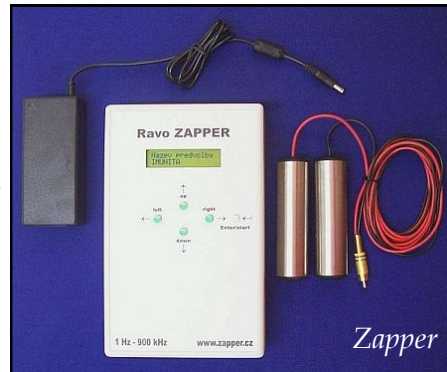
Odumřelé mikroorganismy je nutné vyloučit z těla ven. Jinak se zapouzdří a působí v těle jako alergeny.

Nejprve je nutné odstranit plísň a prvoky, kteří velmi zatěžují lymfu.

1. odstranění malých parazitů (viry a prvoci) pomocí Zapperu po dobu 20 minut na jednotlivý mikroorganismus.

2. odstranění velkých parazitů (kdybychom prováděli opačně, tak by se po vyhubení velkých parazitů ti malí vyplavili do organismu a velice by zatížili imunitní systém). Nejprve se působí frekvencemi na vajíčka, pak na larvy a nakonec na dospělé.

Aplikace plazmového generátoru kromě daleko kratší doby aplikace má ještě jednu velkou výhodu – může být totiž léčbě přítomno najednou až 5 osob i se svými zvířátky. Dosah plazmy je 5 metrů.



Z výše uvedených informací vyplývá, že problematika parazitů v našem těle je velice aktuální. Není vhodné tento problém přehlížet nebo dokonce tordit, že paraziti jsou přirozenou součástí našeho těla a neškodí v něm.

Podle zkušeností amerických i ruských vědců je velice vhodné 1x za rok preventivně odstranit parazity z těla. Tím se našemu organismu velice uleví a vše se samozřejmě projeví na zdravotním stavu.

Lenka Zemanová

BYLINKOVÝ HERBÁŘ: LÍPA

Dříve se lípy vysazovaly v každé vesnici i kolem cest. V horkých letních dnech si lidé rádi odpočinuli v jejich stínu. Posedět pod lípou, zvláště v době, kdy kvete a v její koruně bzučí stovky včel, je opravdu velice uklidňující a příjemné. Není divu, že je to náš národní strom.

Lípa vyzařuje krásnou ženskou energii a velikou moudrost. Můžeme si ji představit jako starou moudrou ženu, která už toho mnoho zažila a ráda se s námi o svá moudra podělí.

Její protějškem v přírodě je dub, který vyzařuje mužnost a sílu. Oba stromy se mohou dožít velice vysokého věku (dokonce 800 – 1000 let) a asi i proto byly vždy velmi vážené a uctívány.

Až pokvete lípa, určitě si její květy natrhejte a nasušte. V zimě Vám potom při horečce a nachlazení přijdou vhod.

Sbírají se celá soukvětí i s podpůrným listenem, nejlépe v odpoledních hodinách za suchého počasí. Květy se suší ve stínu a v průvanu bez obrácení.

LIPOVÁ LIMONÁDA

- ◆ 40 dkg cukru
- ◆ 2 ks citrony
- ◆ hrst lipového květu
- ◆ 1 ks čtyřlitrová sklenice

Do 4l sklenice nalijeme studenou převařenou vodu, přidáme cukr, na plátky nakrájený citron (bez jader) a lipový květ. Zavážeme a necháme týden na sluníčku. Přecedíme a podáváme vychlazené.

Léčivé účinky lípy:

- ◆ čaj se užívá při nachlazení, horečkách, katarrech horních cest dýchacích a suchém kašli, bronchitidě, angíně, nespavosti a nervovém podráždění, při bolestech v oblasti močových cest, podporuje vylučování žaludečních šťáv, má potopudný účinek a působí protizánětlivě

Příprava:

- ◆ 2 čajové lžičky květů přelít vroucí vodou a nechat 15 minut odstát, potom scedit
- ◆ můžeme dochutit lžičkou medu a pijeme teplý
- ◆ malé děti do 3 let – 1 šálek denně, starší děti 2 šálky a dospělí až 3 šálky za den

Čaj z lipových květů je velmi chutný a voňavý, snad i proto se lipový květ často přidává do různých čajových směsí.

Lípa – úryvek z knihy Bytosti přírody od Margot Ruis

Známe obrovskou lípu, která byla vysazena okolo roku 1300.



Již sedm set let stojí na svém místě ve vesnici. Co všechno už její děva měla možnost vidět a prožít! Zdalipak lidé, kteří v této vesnici bydlí, vědí, jaký poklad mají před okny? V dávných dobách bylo běžné k takovým starým stromům přinášet nemocné a zraněné, aby se v jejich stínu mohli uzdravit. Kdo se na chvíli posadí pod tuto lípu, pochopí proč. Lípa přivádí energii ze země vzhůru do koruny a nechává ji přes větve a větvičky protékat do okolí. Místo pod lípou a kolem ní je zcela mimořádné, panuje zde zázračně klidné a jasné zachvívání, velmi vhodné pro duchovní práci.

Hana Jánská

telefon: 606 871 335, www.bylinyprovas.cz





Čajovna U sv. Mikuláše

Kde nás najdete?
Beneše 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

PLAVEC PROTI PROUDU NESMÍ
OČEKÁVAT, ŽE SE ZMĚNÍ JEHO
SMĚR.

Lec



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

[/CAJOVNAMIKULASE](https://www.facebook.com/CAJOVNAMIKULASE)

Na tomto čísle spolupracovali:

texty: Lenka Zemanová,
Hana Jánská, Kateřina Zemanová,
blog.darjeeling.cz, <http://recepty.chytrazena.cz/lipova-limonada-3645.html>
fotografie: archiv,
Kateřina Zemanová,
wikipedie.cz,

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

Jméno: Čajovna U svatého Mikuláše

Co nabízím: přes 40 druhů kvalitních čajů, výbornou čokoládu,
skvělou kávu, nejrůznější mňamky, vodní dýmku, čaje a kame-
ny, 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 dech
beroucích koncertů a z obrazů nejrůznějších autorů

Každá návštěva mně a čajovníkům udělá radost! :)

Čajovna U sv. Mikuláše

RECEPT: MATCHA VELIKONOČNÍ BERÁNEK

S naším receptem může být váš letošní beránek nejen sladký, ale také osvěžující a navíc jasně zelený. Stačí, když do těsta přidáte citronovou šťávu a také tajnou přísadu japonských cukrářů – mletý zelený čaj matcha.

Matcha

Matcha patří k nejlepším zeleným čajům na světě – ty nejkvalitnější lístky se po usušení melou na pomalu se otáčejících kamenných mlýnech na prášek. Je plná antioxidantů, aminokyselin a vitamínů, a tak na jaře poslouží jako povzbuzující energetická bomba.

A teď jak na to:

Připravíme si všechny **ingredience:** hladkou mouku (300 g), cukr (250 g), vejce (7), máslo, citron, vanilinový cukr, hrozinky a hlavně matchu.

1. Troubu si předehřejeme na

180 °C. Formu je třeba důkladně vymazat změkklým máslem a vysypat trochou mouky. 2 celá vejce a žloutky z pěti vajec ušleháme v míse s oběma druhy cukru do pěny, přidáme citronovou šťávu i kůru a mouku.

2. Nakonec přidáme 5-10 gramů čaje matcha, nejlépe přesitého přes jemné sítko a promícháme. V jiné nádobě vyšleháme z bílků tuhý sníh a velmi lehce ho vmícháme do těsta.

3. Těsto vlijeme do „obličejové“ poloviny formy, naplníme ji asi půl centimetru pod okraj, protože pečením těsto vyběhne, přiklopíme a vložíme do trouby. Pečeme zhruba čtyřicet minut; zda je hotovo, se přesvědčíme vpichem špejle.



4. Formu vyndáme z trouby a zabalíme ji do vlhké utěrky, až úplně vychladne. Opatrně beránka vyklopíme na táč, uděláme oči z hrozinek a je to.

5. Beránka můžete posypat směsí moučkového cukru a čaje matcha v poměru 1:1.

TIP:

Podávejte k beránkovi kvalitní zelený čaj, např. japonskou senchu. Pokud si chcete vychutnat její kompaktní, nasládlé aroma, nechejte vodu proslou varem vychladnout až na 55 – 60° C. Louhujte potom jen 50 vteřin, jinak vám čaj zhořkne.