

MEZI ŠÁLKY

ČÍSLO 40

BŘEZEN, DUBEN 2016

ZDARMA

ČAJ, ČAJ, ČAJ! ALE NE LEDAJAKÝ :)

Taky vás už nebaví sychravé předjarní počasí a těšíte se na teplo? Pak vám určitě přijde vhod čaj **MASALA**, který zahřeje, zlepší náladu a je velmi příjemný na žaludek. Dokonce se skvěle hodí jako ranní životabudič po prohýřené noci.

Tento vynikající sladký kořeněný černý čaj nabízejí pouliční indiští prodavači na ulicích, nádražích a ve vlacích, kdy vyvolávají: „Čaj, čaj, čaj...“

Když Britové v 1. polovině 19. století zakládali v Indii čajové plantáže, samozřejmě chtěli také prodávat vypěstovaný čaj obyvatelům svých kolonií přímo v místě produkce. Kvalitní černý čaj byl pro ně však příliš drahý. Při zpracování ale vzniklo velké množství zlomkového čaje horší kvality. Aby se přebyla jeho trpkost a jiné chuťové nedostatky, začal se tento čaj připravovat s mlé-

kem a cukrem a ochucovat indickým kořením masala. Masala je **směs zázvoru, hřebíčku, skořice a bílého pepře**. Tato kombinace čaje, mléka, cukru nebo medu a jemně pálivého koření dodává čaji masala neopakovatelnou chuť a vůni.

Přeneste se do exotické Indie a ochutnejte tento lahodný, hřejivý nápoj plný slunce a energie.



Lenka Zemanová

CO SE DĚJE V ČAJOVNĚ?

Do srdce hor - ochutnávka útesových čajů
Vojtěch Mistr

Společně ochutnáme to nejhezčí z mých cest, popovídáme si a podíváme se na fotografie z cesty po Wuyi.

4.3., 18:00, 100 Kč

Jarní koncert na tibetské mísy
Hana a Jan Marešovi
11.3., 18:00, 100 Kč

Přírodní jarní detoxikace
Václav Vít

Jaro je ideální období na detoxikaci. Jak jí správně provést a očistit své tělo?

4.4., 18:00, 100 Kč

Různé podoby islámu
Jan Grunt

3.5., 18:00, 100 Kč

Výstava v čajovně po celý březen:

Věra Hromadová: Nový Zéland - oleje

Výstava v čajovně po celý duben:

Zdeňka Králíčková: Meditativní obrazy

V TOMTO ČÍSLE:

VLTAVÍN - KÁMEN NOVÉHO 2

PODBĚL OBECNÝ 3

KONCERT: TIBETSKÉ MÍSY 3

JARNÍ 4

VLTAVÍN – KÁMEN NOVÉHO TISÍCIETÍ

O tom, jak na naší Zemi vznikly nádherné zelené krystaly vltavínů, připomínající ušlechtilé sklo, existuje řada dohadů.

Ta nejpravděpodobnější teorie hovoří o dopadu obrovského meteoritu na území Německa.

Žářem, způsobeným dopadem gigantického tělesa, se roztavily okolní horniny a rozstříkly se do velké dálky až do oblasti Jižních Čech. Tam vznikla dnešní naleziště zejména v okolí Besednice a podél břehů řeky Vltavy. Vltavín tak vlastně představuje splynutí kosmických energií s energií země. Je to velmi vzácný kámen, protože se nachází pouze na tomto území a jeho naleziště se časem vyčerpají. Kousky roztavené skloviny tuhly ještě za letu do různých tvarů - kapek, kuliček i různých cákanců. A když dopadly na zem, byly působením vody a gravitace odnášeny a uloženy do různých vrstev. V nich působila na povrch vltavínů po miliony let voda, která na jejich povrchu vytvořila nezaměnitelnou strukturu (skulptaci).

Vltavíny jsou ceněny zejména v Americe, kde se používají při výrobě nádherných šperků.

Vltavíny nejsou nerosty. Nerost - to je vlastně látka, která má chemický vzorec a určitou krystalovou strukturu. Ne, vltavíny jako **přírodní sklo** jsou chemickou směsí s amorfni strukturou (= uspořádání částic je v těchto látkách náhodné).

Vltavín umožňuje komunikaci s vyšším já a s mimozemskými entitami (přeci jenom vznikl díky vesmíru).

Pokud ho budete držet na světle a zahledíte se do něho, může dojít k posunu vašeho vědomí. Po tomto „prožitku“ je ale nutné se uzemnit, například pomocí hematitu, jinak byste se ocitli bez pevné základny.

Vltavín je obdařen vysokými vibracemi, které otevírají a harmonizují vaše čakry. Používá se již od doby kamenné jako talisman nebo amulet, přinášející štěstí a plodnost. Podporuje také empatii a soucit. Vltavín dokáže zrušit hypnotické příkazy.

Na fyzické úrovni přináší do těla velké množství léčivé energie, posiluje imunitu, odstraňuje únavu a chudokrevnost.

Vltavín dokáže pomoci hledat příčiny a zdroje nerovnováhy vašeho těla. Léčebně se pokládá na čelo, krk nebo temeno hlavy. Protože je křehký, neměl by se čistit solí, jen umýt pod proudem vody.

A tak si udělejte radost a poříd'te si tento vzácný kámen, buď ve formě šperku, nebo krystalu. V naší čajovně vltavíny máme k dispozici z naleziště jihočeské Besednice.



BYLINKOVÝ HERBÁŘ: PODBĚL OBECNÝ

S blížícími se jarními dny se v přírodě objeví první žluté kvítky podbělu. A když se na ně podíváte... dojde vám, že jaro je opět tady!

Já za sebe musím říci, že žluté květy na mě působí jako malí smajlíci s krásným úsměvem. Rozzáří mě, jako taková sluníčka. Dodávají mi radost a dobrou náladu. Stačí se na chvílku zastavit a zadívat na ně. V tu chvíli uvnitř mě něco vesele poskočí. Cítím se jako malé dítě, radující se jen z toho, že prostě je. Všechny starosti rázem pomínou.

Podbělu se dříve také říkalo **koňské kopyto**. Možná kvůli tvaru květů, které vyrůstají na šupinatých stoncích a kopyto opravdu trochu připomínají. Listy rostou až dva měsíce po odkvětu. Mají široký srdčitý tvar a na rubu jsou bíle plstnaté.

Květy se sbírají v březnu až dubnu, listy v květnu až červenci. Sběr květů se provádí za su-

chého počasí nejlépe v odpoledních hodinách. Musíme dát pozor, aby se nám nezapařily. Suší se v tenkých vrstvách v průvanu nebo při umělém teple. Nesmí zhnědnout. Listy se suší v jedné vrstvě stopkami nahoru také nejlépe v průvanu. Po usušení by měly mít stále zelenou barvu.

Podběl je známý svými pozitivními účinky při **zánětech horních cest dýchacích**, při chronickém kašli a **chrapotu**, příznivě ovlivňuje i bronchiální astma. Může se použít i při **průjmech**, **zánětech žaludku** či **pálení žáhy**.

Nálev z listů se zevně používá při **kožních potížích** – vyrážky, ekzémy, bércové vředy, růže v obličejí.

Pokud si budete chtít udělat čaj z podbělu, připravte si raději směs z několika různých bylin, kde by měl podběl tvořit maximálně 15 procent.



Při kašli a zánětech horních cest dýchacích si k podbělu můžete přidat například jitrocel, proskurník, bez, lípu, diviznu, jablečnick nebo sedmikrásku. Podběl totiž obsahuje pyrolizidinové alkaloidy, které mohou být toxické pro játra. Smí se používat pouze krátkodobě a nejlépe ve směsi.

Úplně nevhodný je pro těhotné a kojící ženy a děti do 3 let.

Symbolika podbělu:

Po noci pokaždé vyjde slunce, objev optimismus uprostřed smutných chvíl, ty pak rychleji pomínou. (Hrabica)

Hana Jánková

POZVÁNKA NA KONCERT S TIBETSKÝMI MÍSAMI

Tibetské mísy jsou jedinečným léčivým hudebním nástrojem. Zřejmě se vyvinuly z žebřákých misek tibetských mnichů. Jsou vyrobeny ze slitiny sedmi kovů - zlato, stříbro, měď, rtuť, železo, cín a olovo. Zvukové vibrace těchto mís jsou shodné s vibracemi lidského těla, a proto mohou příznivě ovlivnit

naše zdraví. Živá hra na tyto nástroje přináší unikátní zážitek. Budete vnímat vibrace těchto nástrojů celým svým tělem. Při hře na mísy se vytváří přírodní čisté tóny, při kterých dochází k harmonizaci, relaxaci, čištění a v neposlední řadě i k léčení.

Jedná se o krátké zastavení, spočinutí, uvolnění a odpoutání

se od každodenních starostí a problémů.

Přijďte si i vy vyzkoušet léčivé a harmonizační účinky tibetských mís do čajovny U svatého Mikuláše v pátek 11. března od 18 hodin. Tibetské mísy nám představí manželé Marešovi z Prahy.





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 – 17:30
Čt 10:00 – 17:30
Pá 10:00 – 17:30
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.CAJOVNAMIKULASE.CZ

JEDINĚ PŘÍRODA VÍ,
CO CHCE.
Goethe

*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 nabízím: 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 dech beroucích 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 :-)

/CAJOVNAUSVMIKULASE

Na tomto čísle spolupracovali:

texty: Lenka Zemanová,

Hana Jánská, manželé Marešovi

fotografie: archiv,
wikipedia.cz, Jiří Zeman

NEZAPOMEŇTE NA DETOXIKACI

BŘEZEN - JÁTRA

Teď na jaře přicházejí na řadu naše játra. Ta jsou malou chemickou laboratoří našeho těla, kde dochází k **vstřebání živin**, tvorbě **hormonů a enzymů**. Játra **odstraňují** z našeho těla vše **nežádoucí** - alkohol, léky a škodliviny z krve.



♦ Ostropestřec mariánský.

Na jarní očistu ho máme k dispozici jakou součást jaterního čistícího čaje, který mícháme podle speciální receptury v naší čajovně. *Tuto chutnou směs popijíme 3 x denně 1 šálek.*

♦ Po dobu jednoho měsíce je vhodné užívat tuto bylinu v kapslích spolu se zázrač-

nou houbou **reishi**. Tato kombinace přispívá k ochraně a detoxikaci našich jater, navíc posiluje imunitu a oběhový systém. Reishi obsahuje prvek germanium, který má silné detoxikační a protirakovinné účinky.

♦ Co se týče stravy, vyhýbáme se těžkým mastným jídlům, přepáleným tukům. Zařadíme mladé jarní bylinky, sedmičárku, smetanku, řeřichu a přidáme kurkumu jako koření.

DUBEN - STŘEVA

Věděli jste, že střeva jsou největším imunitním systémem v našem 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 stravení živin.

♦ 2 až 3 šálky bylinné směsi na střeva a trávení. Tato směs obsahuje mátu, meduňku, heřmáněk, 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 nasypeme 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.

PharmDr. Lenka Zemanová