

Měníme svět po kapkách



6/2021
listopad–prosinec

Bulletin informační a celostní medicíny

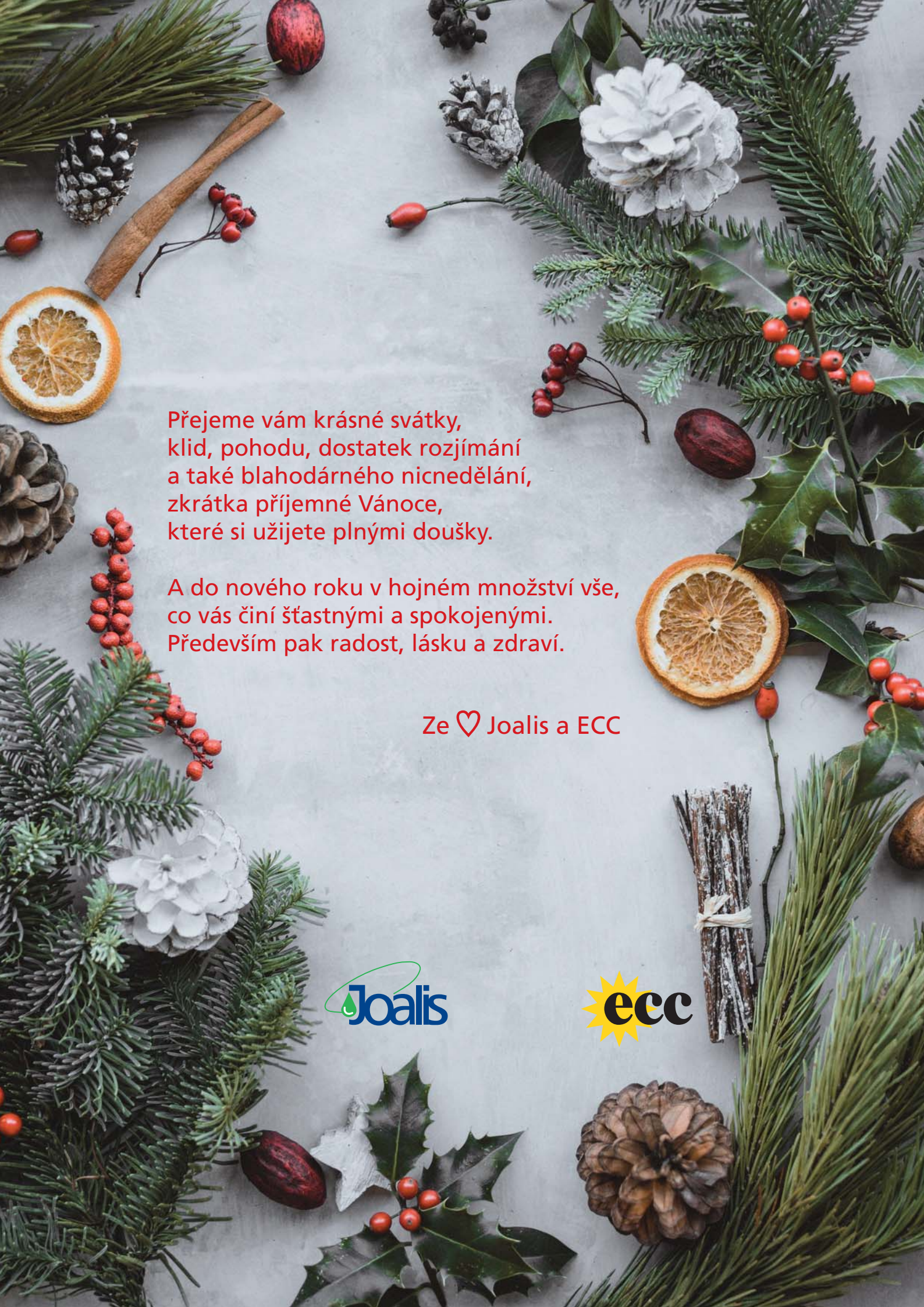
Únava, varovný signál

Mužská energie
má charakter
hromu a blesku

**Tajemné
Chříby**

Čakry
jemné měniče energie





Přejeme vám krásné svátky,
klid, pohodu, dostatek rozjímání
a také blahodárného nicnedělání,
zkrátka příjemné Vánoce,
které si užijete plnými doušky.

A do nového roku v hojném množství vše,
co vás činí šťastnými a spokojenými.
Především pak radost, lásku a zdraví.

Ze ♥ Joalis a ECC





Obsah

4 NOVINKY

Aktuality ze světa Joalis

5 JOALIS TÉMA

Únava: varovný signál k odpočinku anebo ke změně

12 TOXINY A PŘÍPRAVKY JOALIS

Vypadávání vlasů a detoxikace vlasových cibulek

18 ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA

Čakry – jemné meniče energie, I. část

20 NAŠE ZKUŠENOST

Strach z covidu je velkou zátěží pro ledviny

23 PEL MEL

To nejzajímavější z médií

24 KRÁLOVSKÁ CESTA KE ŠTĚSTÍ

Mužská energie má charakter hromu a blesku

28 ZAJÍMAVÁ MÍSTA

Tajemné Chřiby – divočina kousek za Brnem

30 ASTROLOGICKÉ OKÉNKO

Co nás čeká podle hvězd?

32 BAMBI KLUB

Zapomenuté dětské hry

34 KALENDARIUM

Připravované akce

Vážení a milí příznivci
informační medicíny
a čtenáři našeho
bulletinu,



když jsem dnes velmi brzy
ráno zasedla k počítači,
abych napsala tento úvodník, jasně mi
vytanula vzpomínka na psaní letošního
prvního editoria. Neříkáte vám také,
že to nějak moc rychle letí? I letošní rok se
nese v duchu různých více či méně
nápadných manipulací, všemožných (spíš
nemožných) nařízení a omezení. Ale víte,
co považuji za hlavní? Umět se v nich
rychle zorientovat; kde je to nutné, tam se
lehce zapojit, zkrátka pěstovat si um
adaptace na nové situace. O tom jsou
ostatně i plíce, které podle čínského
pentagramu drží nyní pomyslné žezlo.
Takže zhluboka dýchejme, neztrácejme
víru v lepší zítřky a užívejme si vše, co
máme. Věřte, že toho není málo.

Co nás čeká v letošním posledním čísle?
Otevírá ho skvělý článek Marie Vilánkové
na téma únavy (a našeho komplexu
Fatig®), následně se v druhém dílu
příspěvku Vladimíra Jelínka dočteme
další zajímavosti o detoxikaci vlasů.
V rubrice Alternativní medicína jsme si
„zapůjčili“ článek maďarského kolegy
o čakrách a pokračujeme také v seriálu
Pavla Jakeše na téma „rok s covidem“ –
tentokrát na téma ledviny. V Královské
cestě ke štěstí se podíváme na sílu mužské
energie a Bambi nás přeneseme do dětství
a zapomenutých dětských her. Po přečtení
tohoto článku jsem všemi hrami zavalila
svého pubertálního syna a posunula se
tak na stupních divnosti ještě o fous výše.
Nechybí ani tip na další zajímavá místa
a Alitina hvězdná předpověď. Myslím, že
se máte na co těšit!

Příjemné čtení, mějte se krásně a užijte si
nádherné svátky! Já Vánoce miluji, tak
jsem je lehce vetkala i do tohoto čísla,
snad mi to odpustíte.

Linda
Maletinská

Vaše Linda

Bulletin informační a celostní medicíny

6/2021 listopad–prosinec

Redakční rada: Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková
Šéfredaktor: Linda Maletinská, l.maletinska@joalis.eu, tel. 723 944 267

Grafická úprava: Martina Hovorková

Jazyková korektura: Stanislava Kučová

Vydavatel: Joalis s. r. o., Orlická 2176/9, 130 00 Praha 3, IČO 25408534, www.joalis.cz

Tisk: KR print s. r. o., Vinohradská 1336/97, 120 00 Praha 2

Distribuce v ČR: Economy Class Company s. r. o., Na Výhledech 1234/8, 100 00 Praha 10,
www.eccklub.cz, eccpraha@joalis.cz, tel.: 274 781 415

Expediční centrum: U Řepické zastávky 1293,

386 01 Strakonice, ecc@joalis.cz, tel.: 383 321 741

Evidován pod č. MK ČR E 14928. ISSN 2464-8442

Bulletin je vydáván pro interní potřebu.

Společnost Joalis s. r. o. má certifikovaný systém
řízení kvality dle normy ISO 9001.



Rozkvetlý kalendář na rok 2022

Tajemství informační medicíny, takový je název našeho nového stolního kalendáře, který je plný krásných květů a rostlin. Na každé stránce je připraveno motto nabádající k zamyšlení a jsou v něm také představeny všechny emoční přípravky informační medicíny Joalis, vyskládané v souladu s principy pentagramu.

Věříme, že se vám náš nový kalendář bude líbit a stane se příjemným společníkem na celý příští rok.



Evolution – rádi jsme vás viděli

Letošní ročník podzimního festivalu Evolution probíhal už konečně naživo a nově byl zpestřený o sobotní přednášku Marie Vilánkové na téma informační medicína. Ačkoliv se festival odehrával v o dost skromnějším módu, než jsme bývali zvyklí, bylo příjemné vidět váš zájem o naši metodu, přednášku i Joalis celkově. Děkujeme!

Dárkové balení a pozornost navíc

Vánoce jsou samozřejmě také o dárcích, a proto jsme si i my jeden připravili. Až do konce prosince od nás dostanete jakoukoliv kúru zakoupenou na e-shopu www.joalis.cz dárkově zabalenou a s pozorností v podobě svíčky, čaje či vánočního františka navíc. Udělejte radost sobě i svým blízkým!



IM
Informační
medicína

Informační medicína s novým logem

Na některých materiálech jste měli možnost zaznamenat unikátní symbol, zajímavý obrazec. Jedná se o nové logo informační medicíny. V nás evokuje nekonečno, propojenost (vše souvisí se vším), pospolitost, někdo v novém logu vidí matematickou Möbiovu pásku, každopádně se tento symbol k naší výjimečné metodě velmi hodí.

Únava:

varovný signál k odpočinku anebo ke změně



Unavený se někdy cítí každý. Není divu, je to důležitý tělesný a duševní signál k tomu, abychom přestali s danou činností, odpočinuli si a umožnili organismu regenerovat, odklidit toxiny a infekce. Problém je, když začneme být unavení více, než bychom chtěli a potřebovali. Únava trvající déle než pár týdnů je důrazným varovným signálem okamžitě začít řešit svůj zdravotní a psychický stav. Pokud únava trvá více než půl roku, mluvíme o chronickém únavovém syndromu, který je obvykle spojen s rozsáhlejším chronickým zánětlivým stavem způsobeným infekcí, autoimunitou nebo jinými příčinami. Emočně je únava spjata hlavně se smutkem, principem adaptace a změn v nových situacích.

Proto je teď v pořádku, že téměř po dvou letech, kdy se objevil nový koronavirus a prakticky každému nějakým způsobem zasáhl do života, cítíme únavu asi všichni. Se začátkem listopadu se také dostáváme do nejtemnějšího období roku. Slunce vychází pozdě a zapadá brzy. Rostliny odpočívají, většinou stromů opadávají listy, nic moc nekvete a rostliny se ve vegetativním klidu připravují na další jaro. Pozdní podzim, přechod do zimy je ne náhodou obdobím principu kovu a plic, dýchacího ústrojí. Emocí okruhu plic je smutek, důležitá základní emoce. Pomáhá nám zvyknout si na změny, nové situace, ztráty lidí, věcí, příležitostí v našich životech. Je to emoce, **kteřou tělo reaguje na nepříznivé události a pomáhá nám smířit se stavem věcí, se sebou, s ostatními, s naším osudem. Při smutku klesá fyzická i duševní výkonnost. Proto bývá smutek často za únavu zaměňován.** Pokles výkonnosti při smutku má důležitý význam. Šetříme energii na to, abychom ji mohli

li vložit do přemítání o našem životě. Ten se změnil a my jsme smutní, protože se musíme smířit s tím, že bude jiný, než jsme si naplánovali. Jestli lepší nebo horší, to ve smutku nevíme. Zatím se loučíme s plány, které jsme si vytvořili, citově se odpoutáváme. Také se nám nechce nikam chodit, seznamovat se s novými lidmi, zahajovat nové projekty. To je důsledek ochranné funkce smutku a únavy, chránit nás před nástrahami světa v době snížené akčnosti.

Únava a smutek

Smutek musíme do hloubky prožít, aby mohly vzniknout plány nové a posunuli jsme se do principu vody, ledvin. **Smutku a únavě, která ho doprovází ruku v ruce, je třeba dopřát dostatek času a prostoru pro odpočinek, přemítání a snění. Teď je na to ideální čas.** Sama příroda nás vybízí, abychom zastavili a všechny ty nevyřešené, nashromážděné smutky nejen z celého před-

chozího roku, ale i z dřívějších let, pustili do svého vědomí a prožili. Pozdní podzim je obdobím plíc, principem kovu. Kov je symbolem řádu, ochrany, zvyků i rituálů. Ty jsou pro náš život obrovsky potřebné a mohou být pevným bodem v emoci smutku a při únavě. Zastavují nás v našem shonu a umožňují emočně prožít určité období. Je velká škoda,

V přírodě vše probíhá cyklicky. I my jsme součástí různých cyklů, denních, měsíčních, ročních, ale i cyklů ovlivňujících delší časová období. Podle čínského kalendáře, který vychází z čínského pentagramu, nás čeká posledních pár měsíců v období principu kovu. Toto dvouleté období je spojeno s příchodem nové koronavirové infekce, prakticky

covid pasy obrovské zlo a měli by je odmítnout jak očkování, tak neočkování, jsem vysvětlovala v poslední době na všech přednáškách. **Co je pozorováno, to je ovlivněno. To je fyzikální zákon z kvantové fyziky a platí na všech úrovních.** Nechtěným efektem pozorování, a to i nepřímého skrze různé aplikace, je „zamrznutí“ v čase a zablokování přirozeného vývoje nás i celé lidské společnosti. Nenechte se chytit do pastí rozdělení společnosti, hádek, smutku a únavy. Kov nás obrazně v tomto období vybavil zbraněmi, často logickými argumenty, ochranným štítem, a také si z něj máme odnášet zpracovaný princip svobodné vůle. Respektujte prosím svobodnou vůli každého člověka, všichni máme právo si o sobě a svém těle rozhodovat sami. A to platí na obě strany – očkování versus neočkování. Posouváme se do principu vody – spojení a oddělení, poučení z minulosti, strachu nebo inspirace. Ledviny také velmi souvisí s únavou – nejistota, strach, úzkosti jsou vel-

Smutku a únavě, která ho doprovází, je potřeba dopřát dostatek času a prostoru.

že jsme je ze života vytlačili. **Období dušiček, adventu je protkáno mnoha rituály a zvyky. Řád nám pomáhá úspěšně projít následujícím obdobím ledvin a neutupit se ve strachu a úzkostech z nové situace.** V principu kovu si máme vytvořit zbraně, které nás ochrání v nových vodách a dodají nám pocit bezpečí.

hned, když začalo, se vir postupně a masivně rozšířil do celého světa. Došlo k řadě omezení, což je pro kov velmi symbolické. Zároveň kov symbolizuje i svobodnou vůli. Doba je velmi náročná, často jsme smutní a unavení z názorového rozdělení v rodině a mezi přáteli. Očkování, neočkování, covid pasy jsou výbušná společenská témata. Proč jsou

Nejčastější příčiny únavy:

- **Duševní, psychické příčiny** – dlouhodobý stres, emoční nerovnováha, přílišná starostlivost, úzkostlivost, špatná přizpůsobivost (adaptabilita), nezpracovaný smutek, pocity viny.
- **Dlouhodobá a enormní pracovní zátěž**, nemožnost nebo neschopnost opravdového odpočinku, často spojeno s chronickým stresem.
- **Poškození imunity a chronický infekční zánět** – typicky některá z obtížněji řešitelných infekcí jako borélie, chlamydie, herpetické viry (hlavně EBV), enteroviry, koronaviry...
- **Prodělaná virová infekce s množstvím mikrobiálních ložisek** – při stresových situacích a jiných imunitních oslabeních dochází k reaktivaci ložisek a opakované chronické infekci, obvykle jsou poškozeny mitochondrie.
- **Větší množství mikrobiálních ložisek** – typicky jsou to ložiska, která poškozují vnitřní orgány, poškozují mitochondrie a proces buněčného spalování.
- **Problémy se spánkem** – spánková apnoe, nervově a psychologicky zapříčiněná nespavost.
- **Zatížení nervového systému různými toxiny**, zejména retikulární formace a nervové struktury související se spánkem.
- **Zánětlivá onemocnění, obvykle autoimunitní nebo alergické povahy** – roztroušená skleróza, revmatoidní artritida, autoimunitní poškození hormonálních žláz, záněty střev (Crohn, ulcerózní kolitida...), závažnější ekzémy, astma...
- **Problémy krve, krvetvorby, anémie nebo naopak polycytémie** (zvýšení počtu červených krvinek) – zvýšení hustoty krve a změny jejích vlastností, nedostatek kyslíku a živin ve tkáních nebo neschopnost je efektivně předávat buňkám.
- **Problémy s krevním oběhem a dýchacím systémem** – dostatek kyslíku a živin je klíčový pro přeměnu energie z živin, srd-



ce je ústředním orgánem pro kolování a přeměnu energie, úzce spojeno s psychosomatikou, nedostatek radosti blokuje energii. Srdeční selhávání, vysoký krevní tlak je také často spojen se zvýšenou únavou.

- **Nádorová onemocnění** – vznikající nádor spotřebovává velké množství energie, obzvláště cukru, podílí se na imunitním vyčerpání.
- **Hormonální problémy a nerovnováha** – diabetes, poruchy štítné žlázy.
- **Metabolické problémy, porucha metabolismu cukrů a tuků** – množství metabolitů zatěžuje krev, zhoršuje její schopnost přenášet krev a živiny, poškozují vnitřní orgány a zásadně přispívají k překyselení.
- **Překyselení organismu** – souvisí s poruchou střevního prostředí, zátěží vylučovacích orgánů (plíce, ledviny, játra), emočního zatížení (vliv na dýchání a vylučování), poruchy metabolismu.
- **Zátěž toxiny, které poškozují mitochondrie** – různé virové a vnitrobuněčné infekce, léky, hlavně antibiotika, chemické látky, geosmog a elektrosmog...

mi vyčerpávající emoce vedoucí k těžké únavě. Nevytvářejme si strachy, co vše se může stát, a vědomě zažívejme drobné denní radosti. Je jich okolo nás plno, všimějme si jich. Radost a láska spojená s principem srdce je lékem na smutky, strachy a únavu. Pokud nezažíváme radost, naše podvědomí blokuje přívod energie (tenké střevo) a její distribuci do orgánů (srdce, krevní oběh) a my pocítujeme únavu. Také je třeba udržovat se v emoční rovnováze, aby naše imunita pracovala optimálně. Únava je velmi důležitý



signál, že došlo k emoční nebo tělesné rozkolísanosti, narušila se rovnováha a je třeba vrátit se do tělesné a duševní harmonie. V následujícím období je důležité příznaky únavy nepodceňovat.

Nejčastější příčiny dlouhodobé únavy

Podobně jako u stresu nemusí být únava nutně negativní, naopak například stres doprovázející úspěšnou zkoušku se promění v radost, také únava ze sportovního výkonu, náročné, ale krásné procházky, dokončení práce, je určitým způsobem příjemnou odměnou, která nám umožní opravdu si odpočinout, hluboce regenerovat. To má velmi příznivý vliv nejen na zdraví, psychiku a emoční stabilitu. Trénujeme, učíme se, jsme z toho unavení, ale máme radost z výsledku, odpočineme si a jdeme do dalšího cyklu nových zkušeností a zážitků. Tak to má být. **Problém je, když je tento cyklus narušen a my trpíme dlouhodobou únavou.** Obvykle je regenerace narušena, když dokončenou práci nedoprovází radost z výsledku, naše podvědomí necítí smysl v tom, co děláme. Proto nás některé i náročné výkony v konečném vý-

Přípravek Fatig® řeší tyto příčiny únavy:

- **Imunitu a neschopnost odstranit chronické, vyčerpávající infekce** – hlavně virové a intracelulární bakterie, které zpravidla napadají nervové, ale i imunitní buňky – herpetické viry, borélie, mollicuty, chlamydie, retroviry, kvasinky... Odstraňuje i všechny energoparazitické bakterie.
- **Odstranění neuroinfekcí a rozbourání jejich manipulativní sítě** – podobně jako v Imunu jsou soustředěny infekce poškozující imunitu, tak ve **Fatigu®** jsou soustředěny nejčastější neuroinfekce – borélie, viry klíšťové encefalitidy, herpetické viry, enteroviry, polyomaviry, retroviry, toxoplasma.... Při použití **Fatigu®** neočekáváme, že organismus odstraní všechna ložiska a zvládne chronickou infekci těchto mikroorganismů, ale rozbití sítě je důležité pro regeneraci nervového systému a odpadnutí hluboké únavy.
- **Imunokomplexy včetně prionů** – ukládání imunokomplexů do tkání vede k chronickému zánětu, zhoršení prokrvení a u mikrobiálních také k tlumení specifické imunity, priony narušují imunitu a jsou významným neurotoxinem.
- **Nervové a emočně psychické příčiny související s tříděním informací a aktivací organismu** – detoxikace retikulární formace a dalších nervových struktur.
- **Protinádorovou imunitu a odstranění poškozených buněk**, souvislost s nadměrnou spotřebou sacharidů těmito buňkami a nedostatek glukózy pro nervový systém.
- **Chemické látky, radioaktivitu** – toxiny poškozující mitochondrie, buňky a způsobující chronický zánět.

sledku nabíjejí, a naopak i opakované drobné povinnosti, které vnímáme jako zbytečné, otravné, nás mohou vysilovat.

Pokud pocítujeme únavu, znamená to, že naše podvědomí vyhodnotilo, že nám schází dostupná energie, ta je nadměrně spotřebovávána a nezbyvá jí dostatek pro jiné činnosti. Použitelná energie se vytváří procesem spalování živin v mitochondriích, pro dokonalé spalování bez kyselých metabolitů je důležitý přísun kyslíku. Základem zdravé buňky jsou zdravé mitochondrie. Poškození jejich genů vede ke stárnutí, chřadnutí, degeneraci buněk. Jen pro zajímavost, mitochondriální geny jsou děděny jen po matčině linii. Proto také pro vitální sílu, výkonnost, délku života, inteligenci, ale také pro sklony k degeneraci, rakovině je důležitější dědičný vliv matky. Pro zdravé mitochondrie je důležitý pravidelný pohyb různé intenzity, vhodná strava, krátkodobé půsty. Klíčový je zdravý metabolismus (inzulinové receptory), hormonální systém (hormony štítné žlázy, hlavní hormony) a také dostatek odpráhuji-

cích „uncoupling proteinů“ zajišťujících správnou propustnost mitochondriální membrány. Na mitochondrie je zaměřen přípravek **LipoSlim**, kterému se budeme věnovat v některém z dalších čísel bulletinu. Ale při řešení některých dlouhotrvajících typů únavy je jeho použití také velmi důležité.

Trvalejší únava může mít celou řadu různých příčin. Prakticky jakýkoliv zdravotní a psychický problém je doprovázen únavou.

Komplexní pomoc: přípravek Fatig®

V portfoliu přípravků máme k dispozici **komplex Fatig®**. Vzhledem k tomu, že seznam nejčastějších příčin, uvedený na protější straně, zahrnuje prakticky celou oblast detoxikace – imunita, nervový systém, psychika, chronické infekce, mikrobiální ložiska..., je nemožné komplexem postihnout celou problematiku únavy. **Fatig®** je navržen tak, aby řešil pouze vybrané příčiny. ►

Fyzická únava a zakyselení

Fyzická únava je obvykle **spojena s pohybovým systémem**, s našimi svaly, klouby, ale fyzicky **vyčerpat můžeme i nervový systém, mozek, smyslové orgány**. Fyzická únava je vnímána jako slabost, tíha, nedostatečná síla, nepřesnost pohybů, nejistota v pohybu. Pokud fyzickou únavu překonáváme, tak dojde k třesu, pocitům nevolnosti, závratím... **Fyzická únava je velmi spjata s vyčerpáním energetických zásob** ve svalectech, játrech a v nervovém systému. Molekuly, glieové a nervové buňky si také drží energetické rezervy ve formě glykogenu a při únavě jsou spotřebovány. Také jsou vyčerpány zásoby nervových přenašečů a musí být přesunuty zpět do buněk, což vyžaduje energii. Při opakované činnosti, kdy se aktivita střídá s uvolněním, je schopnost rychle energii dočerpávat z tukových zásob závislá na našem metabolismu. A to je podstata tréninku. Opakováním náročných činností zlepšit metabolické a fyzické schopnosti tak, aby namáhané svaly a další orgány pracovaly co nejefektivněji a metabolismus plynule dodával energii čerpáním, přesunem a přeměnou tukových zásob na využitelnou buněčnou energii. Využitelná energie vzniká spalováním živin v mitochondriích za přítomnosti kyslíku. Bez kyslíku klesá účinnost spalování a anaerobní metabolismus je jen dočasným, akutním řešením situace.

Acidobazická rovnováha

Při spalování, procesu přeměny energie, vzniká celá řada odpadových metabolitů. Jedním z důležitých je například kyselý laktát, který vzniká při zpracování cukrů při nedo-



ku narušení bílkovin a je tak ohrožena komunikace mezi buňkami včetně propustnosti, imunita, přenos potřebných látek. Také překyselení zasahuje do hospodaření s ionty intra i extracelulárně a narušuje činnost srd-

imunitní, alergické, imunokomplexové...). Některé mikroorganismy také při svých metabolických procesech vytvářejí kyselé látky. Při jejich extrémním přemnožení může dojít až k sepsi (lidově otrava krve), kdy metabolický rozvrat související se zakyselením může až nenávratně poškodit orgány. Kyselé látky produkují zejména bakterie a některé plísňe. Při chronickém zánětu dochází k nekontrolovanému rozpadu buněk a jejich obsah se vylévá do okolí, dochází k oxidativnímu vzplanutí imunitních buněk, zvyšuje se jejich spotřeba kyslíku a na obranu produkují řadu toxických látek. Tkáň vlivem zánětu oteká a je sníženo její okysličení. Dochází tak ke **zvýšení kyselosti a kyselého pH je příčinou vnímání bolesti**.

Acidobazickou rovnováhu ve velké míře ovlivňují vnitřní orgány – plíce, ledviny, střeva, játra. Infekce slinivky, střev, jater narušují metabolické procesy a vzniká velké množství kyselých látek. **Dýchací systém je nejdůležitějším místem pro vylučování kyselých metabolitů.** Zároveň za-

Často jsme největším toxinem způsobujícím naši únavu my sami a naše chování vůči vlastní osobě.

statku kyslíku. Při fyzické práci, sportovním výkonu se metabolity včetně laktátu hromadí a **vzniká zakyselení způsobené metabolismem**. Proto cítíme únavu, která nás nutí zastavit, odpočinout si a vyloučit všechny kyselé metabolity. Je třeba dopřát svalům normální krevní průtok a kyselé metabolity odplavit. Velká část je jich vydychána plícemi a zbytek se vyloučí přes ledviny močí. **Organismus je na zakyselení velmi citlivý, protože ho zásadně ohrožuje.** Dochází

ce, nervového, hormonálního a svalového systému. Kyselé látky toxicky poškozují neurony, dochází k vyčerpávání orgánů, otoku plic, přetížení srdce... **Překyselení je našemu vědomí signalizováno jako únava.** Protože narušení acidobazické rovnováhy má celou řadu příčin, tak i fyzická únava jich má kromě sportu a práce celou řadu.

Zásadní vliv na acidobazickou rovnováhu mají kromě vylučovacích orgánů také chronické infekční a jiné záněty (auto-

jištějí přívod kyslíku pro dokonalé spalování. Také **naše strava** bez dostateku různorodé vlákniny, zvýšený příjem alkoholu, léků, masa spolu se stavem střevního mikrobiomu způsobuje **výrazné zakyselení a způsobuje dlouhotrvající únavu**.

Hustá krev a únava

Díky zajímavému výzkumu u pacientů s chronickým únavovým syndromem se zjistilo, že řada z nich má **problémy s vlastnostmi krve, která je příliš hustá**. Ideální krev je „řidká“, aby měla dostatečnou kapacitu pro přenos živin, potřebných látek, odvod metabolitů a dokázala pomocí červených krvinek přenést dostatek kyslíku. Jakékoli problémy s červenými krvinkami ovlivňují přenos kyslíku. Červené krvinky detoxikuje přípravek **Hipp**. Nedostatek kyslíku ve tkáních je vnímán jako únava a nedostatek vůle k činnosti. Krev může být jednoduše zhuštěná také **nedostatkem tekutin, nevhodnou stravou** – velkým množstvím masa, bílkovin, solí, močopudnými látkami (alkohol, káva...) a také stresem. Při stresu se tělo připravuje na boj a zvyšuje se srážlivost krve, jak se říká „*strachy mu tuhne krev v žilách*“. **Někdy mohou únavu ovlivnit i takové banality jako je dostatečný pitný režim a vhodná, pestrá strava.**

Duševní únava – ženy, pozor na tzv. „multitasking“

Možná ještě horší než fyzická únava je únava duševní. Tu vnímáme jako vyčerpá-

ní, ospalost, neschopnost se soustředit, zhoršuje se paměť, nastupuje podrážděnost, roztržitost, také dochází k horšímu spánku a obtíže se prohlubují. Obvykle ji doprovází i snížení schopnosti se adaptovat. Změna plánu se více dotkne unaveného člověka. **Duševně unavený člověk má problémy udržet emoční rovnováhu a podle toho, kde je jeho „slabé“ místo v pentagramu, může dojít k emoční zátěži.** Úzkost ze zítřejšího dne a pocit, že nic nestíhám, zvýšená podrážděnost, záchvaty vzte-

sobily, že jsme si na sebe nechali naložit více, než zvládneme. **Pro hospodaření s energií je klíčové, jestli jsme si velké množství práce (včetně duševní) dobrovolně zvolili, protože je v souladu s našimi niternými cíli, nebo nám byla někým naložena, případně ji děláme, protože by to tak „mělo být“.**

Velké množství i drobných, samo o sobě nenáročných úkolů nás může zásadně vyčerpat. Obvykle mají ženy kromě své práce na starosti domácnost, děti, nakupují,

Pokud pociťujeme únavu, znamená to, že naše podvědomí vyhodnotilo, že nám schází dostupná energie.

ku, hádky kvůli maličkostem, pocity apatie, bezradě až deprese, neschopnost prožít radost, cynismus..., projevy duševní únavy mohou být různorodé.

Příčina duševní únavy leží v nervovém systému, především v mozku. Ten může být ovlivněn zánětem, mikrobiálními ložisky nebo dalšími toxiny, **často jsme největším toxinem my sami a naše chování vůči naší osobě.** Dlouhodobý stres, přetěžování, sklony k autoimunitnímu, sebedestruktivnímu chování, přílišná starostlivost, velká zodpovědnost, workholismus, neřešené rodinné problémy nám berou velké množství energie. Často životní okolnosti způsobí, že máme mnoho práce a ještě více starostí. Samozřejmě, pod tím jsou emoční zátěže a porušené jednotlivé principy pentagramu, které způ-

vaří, vozí děti na kroužky a často se dostávají do velkého stresu a vyčerpání. Protože toho mají moc, tak často dělají více věcí najednou. Vaří, přitom se učí s dětmi, do toho zvoní telefon... Někdy stačí i práce na počítači, něco píšete, do toho přijde mail, vzpomenete si, že potřebujete něco objednat, k tomu zas telefon... **Ženy obvykle mají pocit, že to zvládnou, že tzv. multitasking – práce na více úkolech – je jim vlastní. Je zde ale velké riziko vyčerpání.** Mozek ve skutečnosti ve vědomí nepracuje současně, ale přepíná z jednoho úkolu na druhý. Přechod z jednoho úkolu na druhý vyžaduje určité množství energie. Čím vícekrát přepneme, tím více energie spotřebujeme. Proto je méně náročné udělat jednu věc a pak se pustit do druhé. Samozřejmě – žehlit, a přitom věnovat ener-



Informační složení přípravku Joalis Fatig®:

- **LiverDren®** – játra jsou centrem metabolismu, odbourávají kyselé metabolity (ketolátky, laktát), dusíkaté zplodiny a regulují způsob jejich odbourávání přes močovinu, důležité pro imunitu a zvládnutí chronických infekcí.
- **VelienDren®** – detoxikace okruhu sleziny je velmi důležitá pro virovou a také specifickou (získanou) imunitu, odstranění virových ložisek a chronických infekcí je zásadní pro správnou činnost mitochondrií.
- ***RespiDren®** – dýchací systém je důležitý pro přívod kyslíku a odvod kyselých metabolitů. Princip plic ovlivňuje schopnost adaptace a zvládnutí smutku.
- **ImunDren** – speciální, pomocný dren, součást Imunu a dalších přípravků, detoxikace imunitních buněk, lymfatické plaky, mandle, brzlík, kostní dřev, apendix, komplement, části sleziny.
- ***Mezeg®** – detoxikace gliového systému, důležitý pro imunitu a metabolismus nervové soustavy.
- **Nádorové a poškozené buňky** – odstranění poškozených, nádorových buněk, nádory způsobují těžkou únavu.
- **Formatio reticularis** – detoxikace retikulární formace, aktivní a útlumové sítě.
- **Emoce®** – detoxikace amygdaly a dalších struktur souvisejících se zpracováním emočních odpovědí.
- ***Embase** – princip radosti, důležitý pro dočerpání energie.
- **Nodegen®** – zasunutá traumata, psychocysty, ovlivňují princip srdce, prožívání, nevyřešené problémy brání ve spontánním prožívání radosti – souvisí s narušeným kolováním energie.
- **Antichemik** – chemické látky, poškozují buňky i mitochondrie, způsobují zánětlivé stavy.
- **Ionyx** – radioaktivní látky, poškozují mitochondrie, způsobují zánětlivé stavy.
- ***IK Mix** – imunokomplexy, ukládají se do tkání a vzniká zánět, typicky v endotelu, navazují se na červené krvinky.

Neuroinfekce a energetičtí parazité

- **Herp®** – herpetické viry, napadají imunitní, nervový systém, zásadně ovlivňují imunitu, způsobují chronické záněty, působí onkogenně.
- **FSME** – viry přenášené krev sajícím hmyzem, způsobují záněty nervové soustavy, ovlivňují soustředěnost, psychiku, způsobují únavu.
- ***Koronaviry** – napadají také nervový systém, hlavně emoční centra, imunitní buňky a další orgány.
- **Hepatitisidy** – viry způsobující hepatitisidy, záněty jater.
- **Retroviry** – obvykle napadají imunitní buňky, jsou jednou z důležitých příčin nádorů.
- **Polyomaviry** – onkogenní viry, napadají močový trakt, ledviny, lymfatický systém, centrální nervovou soustavu.
- **Enteroviry** – schopnost množit se ve střevech, některé napadají nervový systém, slinivku (diabetes), játra, záněty svalů...



- **Morbillivirus** – způsobuje spalničky, imunosupresivní působení.
- ***Vesiculovirus** – vysoce nakažlivé puchýřkaté onemocnění, virus napadá nervové buňky.
- **Spirobor®** – destruktivní vliv na imunitu, napadají nervový systém, produkují celou řadu toxinů a manipulují s námi k pasivitě.
- **Mollicut** – kromě jiného způsobují zánět periferních nervů, pronikají do mozku, poměrně odolné vůči antibiotikům.
- **Chlamydy** – chlamydie jsou vnitrobuněční parazité, neumějí vytvářet vlastní energii a spotřebovávají tak buněčnou, rickettsie, anaplasmy, ehrlichie poškozují imunitní buňky, červené krvinky, endotel, kostní dřev...
- **Brucella** – intracelulární bakterie, přežívá v imunitních buňkách, napadá řadu orgánů.
- **Francisella** – vnitrobuněční, intracelulární parazit. Když je imunitní buňka fagocytována, dokáže v ní dlouhodobě přežít a vznikají mikrobiální ložiska přímo v imunitních buňkách.
- ***Bartonella** – napadají lymfatickou a nervovou tkáň.
- ***Streptococcus pneumoniae** (pneumokok) – vniká ze středušší, ale i z dutin, dýchacího systému – způsobuje poruchy sluchu, zraku, mozečku, změny intelektu.
- ***Listeria** – intracelulární bakterie, napadá játra, krevní řečiště, z CNS hlavně meningy a mozeček.
- ***Corynebacterium diphtheriae** (záškrt) – postihuje hlavně periferní nervy a mozek.
- ***Haemophilus influenzae** – opouzdřené respirační bakterie, častou příčinou meningitidy.
- **Candida** – kvasinky se podílí na překyselení organismu, produkují řadu toxinů s vlivem na únavu, napadají meningy.
- ***Toxoplasma** – jednobuněčný parazit, vytváří ložiska v mozku, psychické problémy, únavový syndrom, migrény.

Abelia Fatigis = analogická k lihovému komplexu Fatig®
Sirupová verze pro řešení únavy a nedostatku vitality.

* Tyto toxiny byly do přípravku doplněny v poslední době pro zlepšení jeho účinnosti.

gii něčemu dalšímu je v pořádku, tam zpomalení tempa, větší riziko chyb až tak nevádí, ale třeba v práci může být tento přístup velmi vyčerpávající.

Retikulární formace RF – aktivátor a tlumič

Kromě emočních a stresových toxinů hraje roli v duševní i fyzické únavě zátěž nervových struktur různými toxiny. Únavu zásadně ovlivňuje tzv. **retikulární formace**. Je to soubor mnoha (u lidí až 100) propojených jader (*nuclei*) v oblasti zadního mozku (mozkového kmene). **Tvoří velmi složitou síť, která se rozprostírá od prodloužené míchy k horním částem středního mozku**, zasahuje až do talamu. Je považována za centrální aktivátor mozku. Tato síť dokáže tlumit a aktivovat celý organismus a také vybrané orgány. Má řadu různorodých funkcí.

Toxiny v této oblasti mohou zásadně ovlivnit nejen fyziologické procesy, ale mají **velký vliv i na naše emoce a únavu**. Toxiny mohou vést k nadměrné dráždivosti, to vede k introverzi. Naopak extrovertní lidé mají snižnou dráždivost RF a neustále vyhledávají nové podněty. U lidí s chronickým únavovým syndromem je typické, že mají poškození a léze v RF. Také toxiny v RF souvisí s **ADHD** hyperkinetickou poruchou s hyperaktivitou. Její poškození je typické pro narkolepsii, obrny, Parkinsonovo onemocnění. Někdy bývá **poškozená u předčasně narozených dětí**, děti jsou pak pláčivé, nespavé. V takovém případě doporučujeme přípravek **Fatig®** použít i u miminek, aby došlo ke správnému dovyvinutí RF. Podobně ji poškozuje kouření

a jiné toxiny během těhotenství. Některá z jader (zahrnuto i v **Depren**) se podílí na **spuštění migrény**.

Únava jako příznak onemocnění

Obvykle únava doprovází řadu vážnějších

Tento stav je nazýván **chronickým únavovým syndromem** a může mít řadu příčin. Kromě chronických zánětů, virových zátěží může být příčinou přecitlivělost a **alergické zánětlivé reakce** na chemické látky, potravinová aditiva, pesticidy, průmyslové exhalace. Někdy vznikají chronické záněty zdánlivě bez příčiny, obvykle může hrát roli

Někdy nás může zásadně vyčerpat i velké množství drobných a nenáročných úkolů.

onemocnění, jako jsou autoimunitní poruchy, zhoubné nádory, chronické alergické záněty, neurologická onemocnění. Pro tento typ únavy je typické, že trvá řadu týdnů, měsíců. Někdy se podaří onemocnění odhalit, léčit a únava se zlepší. U některých chronických stavů se ale příčiny neodhalí nebo je léčba neúčinná a vznikne chronická únava.

pracovní nebo domácí prostředí, kancelářské budovy s klimatizací plné elektroniky, skryté plísňe podlah, neobvyklé alergenů.

Přípravek Fatig® je velmi komplexním přípravkem, je zaměřen na důležitou část příčin dlouhotrvající, chronické únavy. Samozřejmě – zatěžující únavě přede-

Retikulární formace je důležitá pro:

- **Udržování tonu (napětí) těla**, rovnováhy a ovlivňuje pohyb.
- Převádí ušní a oční signály do mozečku a **ovlivňuje cílení pozornosti**.
- Je důležitým producentem rytmických signálů, které **řídí rytmus dýchání a trávicího traktu**.
- Podílí se na **vnímání bolesti**, převádí signály z těla do mozku a může je blokovat.
- **Ovlivňuje spánek a vědomí** – spoluřídí přes thalamus, které signály se dostanou do mozkové kůry a vědomé pozornosti, řídí bdění a spánek. Její poranění může vést ke kómatu.
- Některá jádra řídí **přechody mezi různými fázemi spánku**, je důležitá pro kvalitní spánek.
- **Zajišťuje proces adaptace**, pomáhá ignorovat opakující se podněty a zároveň být citlivý na ostatní.
- **Řídí kardiovaskulární systém**, průtok krve v organismu.
- Řadu dalších funkcí...

jdeme tím, že budeme žít v emoční rovnováze. K tomu nám pomůže nejen detoxikace, ale pochopení a prožití toho, jak emoční rovnováhu udržet. Jedním důležitým **faktorem, který nám může emoční rovnováhu rozhodit, jsou manipulace**, ty vedou ke změně prožívaných emocí. Pozor, unavený člověk mnohem snáze podlehně manipulacím. Přejí vám, ať si přes advent odpočínáte, rozjímáte, abyste manipulace dokázali prohlédnout a byli vůči nim odolní. Jde o vás, o vaše zdraví, o vaši duši. Přejí vám krásné Vánoce.

Mgr. Marie Vilánková



2. díl

Vypadávání vlasů a detoxikace vlasových cibulek

V minulém díle detoxikace vlasů jsme se podívali, jak funguje růst vlasu, z čeho je složen, jaké mohou být příčiny vypadávání vlasů. V dnešním článku si přiblížíme jednotlivé příčiny detailněji.



Psychosomatický stres – ledvinový okruh

Každé zákoutí našeho těla potřebuje jemné pohyby, vibrace, které tkáň svým způsobem vyživují stejně jako fyzické živiny. Co není v těle bez jemného chvění, není stabilní, začne stagnovat a kumulovat v sobě toxickou zátěž, v krajním případě pak nakonec odumírá.

Člověk je oživovaný také blahodárnou energií *čchi* (v Indii *prána*, v Egyptě *Ka*), která tato jemná chvění ztělesňuje. V mnohých publikacích se dočteme, že vlasy souvisí s okruhem orgánů ledvin. Ale jak?

Pojítkem pro pochopení propojenosti ledvin a stavu vlasů jsou emoce, které jsou spojovány s okruhem orgánů ledvin. Mezi „ledvinové“ emoce patří strach, nejistota, obava, pocit, že se něco nezvládá, úzkosti, stavy přehnané poslušnosti.

Cítí-li člověk pocit nebezpečí, jednou z přirozených reakcí organismu může být stažení se do celkové pasivity a s tím související útlum aktivity orgánů okruhu ledvin. U zvířat u těchto ustrnutí dochází k předstírání smrti, u člověka může dojít ke ztrátě vědomí. Pokud jste někdy drželi v ruce malé ptáče, jistě mi dáte za pravdu, že se ani nehnu a vypadalo jako mrtvé, protože se vůbec nehýbalo a nedýchalo.

Vlasu pomáhají vibrace

To samé, i když v menší míře, se může dít s člověkem, který se ocitne v dlouhodobější životní situaci ohrožení nebo přinejmenším jeho podvědomí vyhodnotí vzniklou situaci jako ohrožující. Nastupující „ledvinové“ emoce strachu tlumí činnost organismu, a člověk se často přistihne, že dýchá mělce a povrchně. Vzniklá situace doslova sebere člověku dech. Staré texty o čínské medicíně praví, že ledviny ovlivňují dechovou fázi výdechu – *čchi výdechu*, tedy člověk nemůže plně vydechnout, aby se posléze plně nadechnul čerstvého vzduchu. Když tělu chybí dostatek kyslíku, nemá ani potřebnou energii, zvláště když tento stav trvá delší dobu.

Pokožka hlavy je velmi citlivá na stres. Ten může být na jedné straně toxický (účinkují fyzikální toxiny) a na druhé straně psychosomatický. Aby mohl vlas v každém okamžiku optimálně vyrůstat z vlasové cibulky nad pokožku, potřebuje jemné pohyby, vibrace, oživované právě dechem.

Optimální podmínky pro růst vlasů můžeme demonstrovat na příkladu sítky, do kterého nasypeme jemný písek. Pokud nebudeme sítkem jemně pohybovat, písek oky síta nepropadne nebo propadne velmi málo. A nyní si představme pokožku hlavy jako pomyslné sítko. Když se pokožka hlavy jemně nechvěje, má vlas vznikající ve vlasové cibulce menší šanci na protlačení se ven, a to se ještě děje u většiny vlasů proti působení gravitační síly. V důsledku toho se vlasová cibulka ucpe vznikající vlastní vlasovou hmotou, vlas vypadává a cibulka se smršťuje.

Naštěstí není tento případ vypadávání vlasů nevratný. Vlasová cibulka totiž neumírá, jen se stane neaktivní a čeká na okamžik, až stresová

situace pomine a dotyčný člověk se zase rozdechává. Ostatně aplikace mnohých dechových technik na řešení okamžitých stavů úzkosti je v současné době uznávaným prostředkem také v klinické psychoterapii.

Prodyšné švy

Lebka jako celek není pevný a kompaktní útvar, ale jednotlivé lebeční kosti jsou spojeny **lebečními švy – suturae cranii**. V ideálním případě se mají tyto jemné spoje („klouby“) lebky také pohybovat, a to v důsledku pohybu *vitálního vzduchu*, který při každém uvolněném nádechu prostupuje dutou trubicí (*šušumnou*) směrem vzhůru až nad hlavu. Při výdechu jde pozornost myslí oproti tomu v ideálním případě dolů až do země. Lebeční švy u většiny lidí ve stáří srůstají a lebka se tak stává jedním celkem. Toto neplatí u malého procenta lidí (mužů je o něco více než žen), těmto výjimečným lidem většina lebečních švů nikdy nesroste! Tato skutečnost je velice dobře pozorovaná při antropologických výzkumech. Na základě svých pozorování na Verself terapiích se odvažují tvrdit, že tito lidé mají otevřenou *šušumnu*, často aniž by o tom vůbec věděli. Důsledek toho je, že žijí své realizované životy a jsou právě těmi osobnostmi, jakými mají doopravdy být.

Vitální vzduch (v buddhistické literatuře někdy označovaný jako *pránický vítr*) je schopný jemně se vytlačovat přes krk až do hlavy, a tím něžně rozechvívá pokožku hlavy a s každým nádechem a výdechem zajišťuje její pohyby tolik potřebné pro zdravý růst vlasů.

Na detoxikaci lebečních švů používáme přípravek **CraniDren**. Zvláště toxiny či infekční ložiska, například borelie nebo jiné, mohou mít velký vliv na psychiku člověka a doslova „zamykají“ lebeční mikropohyby. Ve zvýšené míře to platí o toxinech v lebečních švech – suturách v horních partiích hlavy; lidé s těmito zátěžemi mohou mít pocit „ucpaného myšlení“.

Vypadávání chlupů může v důsledku stresu probíhat i na jiných partiích těla. Touto partií může být například pubické ochlupení. Při detoxikační strategii je vždy vhodné zamyslet se nad psychosomatickým stresem projektovaným do konkrétní tělesné partie podél páteře. Zde se nabízí varianta pro detekování vhodnosti přípravků na Salvii, vhodný je například přípravek **Nodegen® SXT**.

Tip na „ledvinové“ ztráty vlasů

Tento „ledvinový“ druh vypadávání vlasů je daleko častější u žen než u mužů, u nichž ve vypadávání vlasů hrají roli zejména mužské hormony, které vedou k zániku vlasové cibulky. Proto bývá nadměrné vypadávání vlasů u žen (na rozdíl od mužů) většinou vratným procesem. Pokud vzniklá psychosomatická situace přinášející stres a obavy, strachy odezní, vrátí se dechový model do normálu a vlasy začnou opět růst. V tomto může informační metoda Joalis v mnohém prospět a výše popsané procesy zbavování stresu urychlit. Je jasné, že účinky vnitřní detoxikace na stav kvality a množství vlasů je možné pozorovat až v dlouhodobém časovém horizontu. Náš tip na detoxikaci vlasů v tomto prvním případě vypadávání je: **Streson® + UrinoDren® (UrHerb) + Cranium® (MiHerb)**.*

- **Streson®** je vhodný přípravek, neboť pomáhá vypořádat se se stresem. Příčiny stresu ovšem mívají hlubší povahu, proto **Streson®** může pomoci jenom dočasně a bude potřeba u klienta pracovat s hlubšími vrstvami jeho psychiky. Exkurze do nezpracovaných nepříjemných zážitků z minulé doby nebo dětství může zprostředkovat přípravek **Nodegen®** se všemi jeho podkapitolami. O něm pojednává *Průvodce lidským tělem i duší 4 – Nodegen®: Rádce při zranění duše*. Můžeme také aplikovat jiné emoční přípravky Joalis nejlépe podle detekování na přístroji Salvia. Třeba jednoduchým způsobem tak, že přípravky týkající se emocí vkládáme jeden po druhém do misky přístroje a sledujeme výchylku. Rozhodovacím kritériem může být u zkušeného poradce míra výchylky ručičky indikátoru.

- **UrinoDren® (UrHerb)** volíme, protože okruh orgánů ledvin nepracuje ve stavu stresu, obav a strachu optimálně. Je dokonce velice pravděpodobné, že se v důsledku stresu mohou v tomto okruhu kumulovat toxické látky a metabolity nebo zde dokonce

mohou vznikat infekční ložiska v nejrůznější podobě. Detoxikování okruhu orgánů ledvin představuje smysluplné zásahy na fyzické rovině a „náповědu“ imunitnímu systému, aby se věnoval konkrétním cizorodým škodlivým substancím.

- **Cranium® (MiHerb)** vybíráme, neboť toxiny nebo infekční ložiska v samotném mozku mohou svým místním působením stále udržovat stav strachu. To platí ve zvýšené míře u detoxikace amygdaly, centra strachu. Její detoxikační alternativu zajišťuje přípravek **Anxinex®**.

Ústředním energetickým orgánem těla je páteřní kanál. V indické tradici je vnímán jako vzduchová trubice, kterou proudí vitální vzduch. Tato pomyslná trubice o průměru

několika centimetrů** má v ideálním případě vést energii od plosek nohou, přes hráz až nahoru, kde má v celé délce nezúžená trubice pokračovat přes krk hlavou až na nejvyšší bod na hlavě, kde se otevírá do koruny, jež na sebe může přijímat nejrůznější podoby.

* V případě nadměrného padání vlasů z psychosomatické příčiny nebude samotný přípravek na detoxikaci vlasové cibulky **CapiliDren** až tak důležitý a můžeme ho vynechat. V mnohých případech vypadávání vlasů však může dojít k souběžné významné intoxikaci vlasové cibulky, proto je jeho volba na zvážení zkušeného poradce.

** Tyto informace jsem posbíral na základě dlouhodobé práce s obrazy Verself. Mnozí lidé, kteří se dostali do pokročilejší fáze vnímání svého energetického vnitřního těla, skutečně popisují uvnitř páteře dutou trubku a vnímají její konkrétní průměr. Muži většinou vnímají trubici o větším průměru, ženy o menším. Zpočátku se tento „kanál“ jeví z velké části připadl jako ucpaný, málo průchodný nebo ušpiněný. To se má změnit až v dalším procesu psychosomatické detoxikace a smysluplného protahovacího a posilovacího cvičení spojeného s rehabilitací – srovnáním vývojových nedostatků páteře.



Intoxikace chemickými a radioaktivními látkami nebo probíhající infekce

Každý z nás může ve svém životě zažít vyšší intoxikaci radioaktivní nebo jinou chemickou látkou a přiotrávit se. Vlastně úplně každá látka se může stát jedem, záleží jen na její koncentraci v těle. Při přesažení kritické hranice se může člověk ocitnout až na pokraji smrti.

V informační medicíně hovoříme většinou o malých a velmi malých koncentracích konkrétních toxinů, které se svým působením ocitají v pestrém toxickém koktejlu (nejedná se tedy většinou o jeden toxin, který způsobuje problém, ale o více spolupůsobících toxinů).

kami. Zde máme na mysli nikoliv působení záření gama, které produkují radioaktivní zdroje mimo tělo člověka (např. rentgen), ale látky, které vstoupily do organismu, zabudovaly se tam a ničí ho zevnitř, a to na konkrétním místě svého výskytu. Tyto látky uvnitř působí jednak alfa zářením (razantnější a ničivější úder jader helia na kratší vzdálenosti do jednoho milimetru) a jednak beta zářením (výstřely elektronů s menší razancí než u alfa záření, ale do větší vzdálenosti). Organismus musí nutně tato vnitřní lokální poškození začít opravovat, aby zachoval stav

Antimetal nebo speciálním **Antimetal Pb**. Organismus má ve své imunitní reakci velmi málo šancí rozpoznat olovo s radioaktivními vlastnostmi od izotopu olova stabilního, proto se provádí **celková detoxikace olova** z organismu. To má mnohé jiné další pozitivní zdravotní důsledky z dlouhodobého hlediska.

Tenkrát holkám ještě rostly vlasy, to bylo před tím vejbuchem... Tenkrát hochu ještě ozáření hrozilo leda vod slunce... zpívá Michal Prokop ve své známé písni *Kolej Yesterday*. Zajímavé je, že píseň vznikla dva roky před černobylskou havárií v dubnu roku 1986.

Před psaním tohoto textu o detoxikaci vlasů jsem zcela záměrně k našemu tématu vlasů znovu shlédl film Miloše Formana *Hair – Vlasy* z roku 1979. Ve filmovém snímku mají všichni mužští herci bujnou kštici. Pokud začneme pozorovat ve filmech mužské herce a jejich vlasy u filmových snímků natočených před a po roce 1986, nelze si rozdílu ze statistického hlediska nevšimnout. K mému osobnímu setkání s cesiem¹³⁷ v roce 1986 se přiznávám v *Joalis průvodci 2 – Mozek, nervová soustava a jejich detoxikace*, str. 10 a 11. V ten rok „po tom vejbuchu“ mi skutečně velmi významně vypadaly vlasy, protože jsem se jednoduše pohyboval na konci dub-

Pokožka hlavy je velmi citlivá na stres. Jak na toxický, tak psychosomatický.

V případě náhlého vypadávání vlasů se však o jeden konkrétní druh toxické látky (se kterou jsme se setkali v nadměrné míře), může jednat. Má-li postižený člověk dostatek vitálních sil, tak v mnohých případech si tělo řekne samo, zejména když je imunitní systém již „naučený“ na likvidování dané zátěže z předešlé zkušenosti. V mnohých případech však tuto zkušenost nemá a je vhodné ho k tomu povzbudit v podobě příslušného informačního přípravku Joalis. V dalším textu se budeme věnovat pouze běžným toxinům, se kterými se v praxi setkáme často. Zcela optimální je, má-li člověk provedené toxikologické vyšetření z odborného pracoviště. Z praxe však víme, že je to velmi vzácné, snad proto, že zbavování se jedů z životního prostředí není v popředí možných terapií nabízených klasickou medicínou.

To tenkrát holkám ještě rostly vlasy...

Jednou z příčin náhlého vypadávání vlasů může být kontaminace **radioaktivními látkami**.

slučitelný s životem – **homeostázu**. Radioaktivní látky poškozují genom člověka tím, že jeho vnitřní struktury neustále rozbíjejí rozstřelováním. Tyto látky souhrnně označujeme jako genotoxické. Ve vodě rozpustné sloučeniny těchto chemických látek se dostávají až do samotných ledvin a také jsou pro ně značnou zátěží. Důsledkem tohoto toxického stresu ledvin může být právě nadměrné vypadávání vlasů. Toxicitou radioaktivních látek jsem se již systematicky zabýval před deseti lety a jejich detoxikační program je již velmi dobře zapracovaný do přípravku **Ionyx**.

Hlavními radioaktivními látkami, kterými se má smysl zabývat z hlediska rozšířenosti a častosti výskytu u lidí, je dodnes aktivní černobylské cesium izotop Cs¹³⁷, a izotop olova Pb²¹⁰, který vzniká rozpadem vdechovaného a všudypřítomného radonu zvláště v uzavřenějších sklepních prostorách. Jim a dalším radioaktivním látkám a jejich systematické detoxikaci bude věnovaný další díl *Joalis průvodce lidským tělem i duší*. Radonové olovo budeme detoxikovat přípravkem



Kazuistika:

*Žena, věk 19 let, z Německa. Diagnóza roztroušená skleróza. Hlava zcela bez vlasů. Salvií byla detekována významná přítomnost olova včetně toho radonového. Žena ani její rodiče netuší, kde a v jaké době mohlo ke kontaminaci dojít. V první kúře užívala přípravky **UrHerb** + **Streson**® + **Antimetal Pb**. Po dvou měsících od první návštěvy příznaky, které vedly ke stanovení diagnózy RS, zcela ustoupily. To znamená, že diagnóza nemohla být správná, RS je závažné systémové onemocnění nervového systému, které vyžaduje i jiné metody léčby než je detoxikace. Žena absolvovala další tři detoxikační kúry, **Antimetal Pb** jsme zopakovali po půl roce od prvního užití. Jako „bonus“ ženě za rok a půl od první návštěvy vlasy zcela dorostly. Vývoj růstu vlasů v čase nebyl rovnoměrný po celé hlavě, ale dorůstaly postupně v dalších nových „ostrůvcích“, až do plného pokrytí hlavy.*

na a v květnu 1986 v nesprávnou dobu na nesprávném místě a nikdo nás před tím v komunistickém Československu tenkrát nevaroval. Něco podobného se stalo také mnohým mým spolužákům z vysoké školy. Nikdo z nás tenkrát nevnímal, že by vypadávání vlasů mohlo mít nějakou souvislost s radioaktivním spadem po havárii. Vlastně jsem si ty okamžiky výrazně připomenul až v detoxikačních projevech na **Ionyx Cs**, který jsem užíval v roce 2007. Problém černobylského cesia je ten, že organismus vůbec neví, že by se ho měl zbavovat, protože je chemicky velmi podobné esenciálnímu minerálu draslíku. A stopová množství stabilního prvku cesia v půdě tady byla odjakživa, to znamená, že stabilní cesium bylo, je a bude v organismu běžně přítomné u každého člověka.

Přípravky **Antimetel (Antimetel Pb)** a **Ionyx (Ionyx Cs)** patří do zlatého fondu informačních přípravků Joalis. Nikdo z lidí žijících na této zeměkouli nemůže říci, že by v sobě tyto toxiny vůbec neměl, individuální je jen míra jejich koncentrace. Tyto prvky (kovy) na nic nepotřebujeme, jen se organismu *pletou* do jeho chemických reakcí a metabolismu *esenciálních prvků* jako je vápník v případě

olova nebo draslík v případě cesia. Pokud přimějeme organismus k jejich postupnému vylučování, vždy *homeostáze* lidského těla jenom prospějeme. Tyto detoxikace doporučuji aplikovat každému člověku, pro kterého se detoxikace těla stala životním stylem. Budou mít rozhodně vliv na kvalitu vlasového porostu.

Ztráty vlasů po chemoterapii

Vypadávání nebo úplná ztráta vlasů bývají průvodním jevem při **chemoterapeutické léčbě** nádorových onemocnění. Standardním přístupem při aplikaci detoxikačních přípravků Joalis je, že nezasahujeme do onkologické léčby v průběhu užívání chemoterapeutik. Tyto léky jsou totiž také výraznými jedy pro samotné rakovinné buňky, jejich eliminace z těla může mít velký význam. V průběhu onkologické léčby má cenu optimalizovat činnost orgánů ledvin, jater a lymfatického systému, tedy snažit se zprůchodnit přirozené odvodné detoxikační cesty. K tomu můžeme použít přípravky **UrinoDren[®]**, **LiverDren[®]** a **Lymfatex[®]**. Práce na

psychickém stavu je pro onkologického pacienta též velmi důležitá.

Jiná situace nastane po dokončení chemoterapeutické léčby. Tedy kromě detoxikace základních orgánů můžeme podpořit zrychlené vyloučení chemoterapeutických reziduí přípravkem **AntiDrog**.

Kvalitu vlasů také může zhoršovat užívání běžných léků s paralelními zatěžujícími účinky na ledviny. Souběžně s užíváním léků od klasického lékaře můžeme optimalizovat činnost ledvin přípravky **UrinoDren[®] (UrHerb)** a **AntiDrog**, doporučuje se užívat dohromady v kúře.

Ledviny mohou však také zatěžovat stopová rezidua všudypřítomných pesticidů a herbicidů nebo diskutabilních látek používaných v potravinářství – na ty je vhodný přípravek **Toxigen[®]**.

Kvalitu vlasů mohou zhoršovat také infekční onemocnění, a to jak probíhající akutní, tak chronického rázu. To většinou souvisí s oslabením imunitního systému v krátkodobém nebo dlouhodobém časovém horizontu. Pro podporu správné funkce imunitního systému použijeme přípravek **Imun**. Dále je při chronickém průběhu zdravotních obtíží vhodné zamyslet se nad mikrobiologickou zátěží.

Hormonální změny – aktivita mazových žláz ve vlasových cibulkách

Součástí vlasových cibulek jsou mazové žlázy, jejichž úkolem je vlas promaštovat a tím ho chránit před vlivy vnějšího prostředí. Lipidové tmely jsou zároveň stavebními prvky samotného vlasu. Metabolismus tuků obecně zajišťují játra. Játra také syntetizují z výchozí látky *cholesterolu* mužské pohlavní hormony. Ty jsou běžně přítomnou součástí mazových žláz na povrchu těla obecně, ty vlasové nevyjímaje. Je normální, že se v průběhu dospívání začnou vlasy mastit daleko více. Pokud se ovšem vlasového mazu v důsledku hormonální aktivity vyprodukuje v mazové žláze vlasu více, než se může spotřebovat, může nastat případ, že se vlasová cibulka ne-spotřebovaným mazem ucpe a zatmelí se. V důsledku toho většinou vlasová cibulka odumírá. Tento případ vypadávání vlasů nastává často u mužů. Avšak ojediněle se v detoxikační poradně můžeme s tímto případem vypadávání vlasů setkat také u žen s velkým množstvím mužských pohlavních hormonů.

Jiná situace nastává pro ženu v období těhotenství a po porodu. Toto období velké hormonální proměny může být také obdobím nadměrného vypadávání vlasů, v určitých případech již vlasy v době po porodu (nebo porodech) nedosáhnou původní kvality. Správně vedená detoxikace hormonál-

ního systému v době před otěhotněním nejen nastoluje optimální podmínky pro zdravý vývoj dítěte a jeho nervového systému, ale též výrazně přispívá ke gynekologickému a hormonálnímu zdraví ženy matky.

V tomto „jaterním“ případě detoxikace vlasů můžeme jako první vstup do detoxikace použít kúru s těmito přípravky: **LiverDren[®] (LiHerb)** + **CapiliDren** + **Cranium[®] (MiHerb)**.



LiverDren® (LiHerb) použijeme, protože játra jsou orgánem metabolismu lipidů a také syntetizují prekurzory (výchozí látky) pohlavních hormonů. Správně fungující játra jsou v ruku v ruce s kreativním sebevyjádřením vlastní osobnosti včetně přirozených sexuálních potřeb.

CapiliDren aplikujeme, neboť v optimálním případě může zásahem imunitního mechanismu dojít ve vlasové cibulce k detoxikaci nadměrného mazu a tím k jejímu uvolnění pro ideální růst vlasu.

Cranium® (MiHerb) použijeme kvůli programu detoxikace hypofýzy, která je zodpovědná za spouštění nebo zastavování hormonálních změn v organismu. Souběžně můžeme použít také specializovaný přípravek **Hypotal**, nebo ho necháme až do následujících

detoxikačních kúr po využívání přípravku **Cranium® (MiHerb)**.

Detoxikace v rámci přípravy na těhotenství, a tedy i s ním související hormonální změny ženy, by měla být daleko komplexnější. Typy na detoxikaci pohlavních orgánů ženy a s nimi souvisejícím hormonálním systémem, naleznete v *Průvodci 1 – Základní orgány a jejich detoxikace* na straně 69.

Játra může poškozovat také nadměrné užívání léků nebo jejich vedlejší účinky, například těch na snižování cholesterolu, imunosupresiv, léků na akné nebo hormonální substituční terapie. Na detoxikaci od odpadních reziduí léků můžeme použít kombinaci **LiverDren® (LiHerb) + AntiDrog**. Tím se může v některých případech stav vlasů zlepšit.

Autoimunitní reakce – alopecie

Pokud se v člověku nahromadí příliš vnitřního napětí, které dotýčný nedokáže vhodnými způsoby vybit v podobě akce – sportu či zdravé hádky s lidmi, kteří frustraci vyvolávají, pak může dojít k vybití vnitřního napětí v podobě ničení svých tkání prostřednictvím vlastních protilátek. V člověku je tedy přítomen a aktivován princip sebe-destrukce. Název přípravku **Nodegen®** je vlastně složeninou anglického *no degeneration*, a tak je jeho posláním zastavit degeneraci organismu také v podobě vlastní protilátkové destrukce. Tato nutná „stopka“ probíhá na úrovni opravy psychosomatické výbavy, která má v ideálním případě vést k uvědomění si vlastní ceny, budování sebelásky a sebeúcty.

V případě vlasů může dojít k tvorbě auto-protilátek vůči vlasovým cibulkám, přesněji proti některým jejich částem. Dochází pak, a to v dnešní době stále častěji, k jevu, že vlasy vypadávají na hlavě v nepravidelných ostrůvcích, zatímco na jiných částech hlavy

jsou. Tato diagnóza se nazývá odborně alopecie – *alopecia areata*.

Také klasická medicína uznává, že alopecie se může spustit po významné psychosomatické události – po velkém stresu. Může jím být nečekaná nevěra, rozchod, úmyslná šikana ve škole nebo na pracovišti, nesplněná nadměrná očekávání rodiče, partnera či učitele a mnohé další. Pokud se na základě těchto spouštěčů propojí pocit „*nejsem dost dobrý, hezký, výkonný*“, spolu se silným vztekem na sebe sama, že se situací vlastně nedokážu nic udělat, pak může být alopecie na světě. Člověk se ve výše uvedeném pocitu zničeného vnitřního světa může dokonce „uvěznit“ na několik let.

V případě alopecie můžeme navrhnout do první kúry tyto přípravky: **CapiliDren + Autoimun® + Streson®**.

CapiliDren proto, že je třeba odstranit autoprotilátky z vlasových folikulů. To se dokonce může zajistit také prostřednictvím syntézy vlastních nových protilátek proti protilátkám sebedestruktivním, tedy patologickým. Jedná se tedy o protilátky na autoprotilátky ve vlasových cibulkách.

Kazuistika:

Chlapec, 10 let, velké ostrůvky pleši, vlasy chyběly v 95 %. Lékařské výsledky v pořádku, chlapec si stěžuje na bolesti kloubů, kožní onemocnění se v rodině nevyskytuje. Pozitivně Salvií testovaná borelie, silná imunitní slabost, zátěž očkování a výrazný

psychosociální stres. Po několika kúrách se na hlavě začaly objevovat nepravidelné ostrůvky pevných vlasů. Poradkyně s chlapcem pracovala také kineziologicky a postupně odhalovala podstatu jeho problémů. Žil sám s matkou, která pracovala jako servírka, zůstal v noci doma bez ní a velmi se bál. Matka si našla nový vztah a plánovala stěhování s chlapcem do Itálie, čímž by přišel o poslední jistotu – milovaného dědu a kamarády. Po rozhovoru matka pochopila synovo trápení, pořídila mu domácí zvíře, aby nebyl po nocích sám, a od stěhování upustila. Vlasy postupně dorůstaly až do plné kštice, na chlapci by nikdo nepoznal, že někdy vlasy neměl.



Autoimun® volíme, protože se budeme snažit přemluvit vnitřní svět člověka, aby jedinec neničil sám sebe.

Streson® proti stresu, který je s touto obtíží spojený. Pro odblokování spouštějící stresové situace použijeme souběžně nebo následně přípravek **Nodegen®**. Na zvážení zkušeného poradce je výběr vhodné podkapitoly z možností, které speciální přípravek **Nodegen®** nabízí. V případě šikany nebo podobného nátlakového jednání či srážení autoritou můžeme zvážit použití **Nodegen® PSYCH** nebo **Nodegen® EDUC**. V případě rozchodu, nevěry nebo náhlého úmrtí v rodině můžeme vyzkoušet přípravek **Nodegen® RELT**, který je vhodný zejména na konsolidaci podobných událostí.



Chronický zánět cibulek – přítomnost infekčních ložisek

Vlasová, vousová nebo chlupová cibulka se může zanítit a způsobit velmi nepříjemnou chronickou obtíž. Klasická medicína rozpoznává celou řadu těchto folikulitid. **Zánět vlasových** a chlupových váčků obecně se může objevovat kdekoliv na těle, nejčastěji se však objevuje na obličeji a na hlavě. Může vzniknout také na „mechanicky“, oděrem namáhaných místech jako je podpaží nebo oblast třísel.

Folikulitida je zánět vlasových váčků, ze kterých vyrůstají vlasy a chlupy. Nejčastější příčinou bývá bakteriální nebo plísňová zátěž. A jedná se dokonce o zátěž samotných folikulů, nikoliv jen o zátěž „dceřiného“ orgánu.

V případě folikulitidy můžeme navrhnout do první kúry tyto přípravky: **Imun + CapiliDren + Nobac® (Yeast)**.

Imun pro optimálně fungující imunitní systém. Správně nastavená imunita zdaleka není jen o tom, zda bývá či nebývá často nemocný, ale jedná se o schopnost organismu přirozeným způsobem se ubránit jakékoliv infekci a cizorodé látce obecně.

CapiliDren kvůli tomu, aby byl správně fungující imunitní systém „naveden“ do prostoru vlasové či chlupové cibulky, kde zánětlivé ložisko předpokládáme.

Nobac (Yeast) volíme z výběru podle buď podle detekce na přístroji Salvia, nebo podle pozitivního mikrobiologického nálezu klienta.

Vír ve vlasech

Vír ve vlasech na zadní horní straně hlavy má každý člověk. Většina lidí má tento vír pra-

votočivý (*energie v podobě elektricky nabitých částic proudí dovnitř podle zákona elektromagnetického pole*), u menšiny lidí je levotočivý (*energie v podobě elektricky nabitých částic proudí ven*). Někteří lidé mají vlasové víry dva.

O vlasových vírech a směru jejich otáčení se vede celá řada debat jak ezoterických, tak

jak se rozdílně elektricky nabitě vrstvy rychlým přestupem elektronů mezi sebou vybíjejí.

To, že ve vlasech vzniká vír, potvrzuje přítomnost velmi jemného rotujícího elektrického (elektrostatického) pole. Na Verself terapiích jsem viděl již mnoho *energetických těl* konkrétních lidí. Klienti se díky této technice



ryze vědeckých. Některé vědecké výzkumy ukazují, že lidé s levotočivým vírem bývají daleko častěji leváci než lidé s pravotočivým vírem. Levotočivý vír se také v některých studiích statisticky spojuje s homosexualitou (neznámá to, že lidé s pravotočivým vírem nemohou být homosexuálové) Pravdou je ovšem, že směr otáčení vlasového víru je dán již z prenatálního vývoje.

Vlasy mají elektrostatické vlastnosti – mají schopnost nést na svém povrchu elektrický náboj – volné elektrony. To jsme si vyzkoušeli všichni, když nám při česání hřebenem z určitého vhodného materiálu vlasy vstávají z hlavy a „přilepují“ se ke hřebenu. Někdy dokonce můžeme slyšet jemné praskání – to

mohou seznámit se svým energetickým tělem. Pravdou je, že někteří lidé vnímají úniky nebo naopak přijímání proudů energie (má charakter zřetelných energetických, někdy až teple nebo naopak studeně působících proudů) v různých směrech. Zharmonizovat tyto proudy není vůbec jednoduché, vyžaduje to velkou vědomou změnu člověka, která mu zasáhne do života a do současných sociálních vazeb.

Na internetových fórech jsou vlasové víry čteně probírány a mnohým ženám vír ve vlasech vadí. S takovými požadavky nedokáže informační medicína Joalis vůbec nic udělat, protože jsou podle nás proti přirozenému řádu věcí.



*mají tendence k folikulitidě vracet, ale jen v daleko menší míře. Původní kúra z předešlého roku **Imun + CapiliDren + Nobac®** byla opakována a do následného užívání přidány přípravky s psychosomatickým obsahem – **Emoce®** a **Nodegen®**.*

Kazuistika:

Muž ve věku 25 let. Zánětlivá a bolestivá ložiska vousových folikulů. Obtíže přetrvávají již dva roky. Je léčen kortikoidními mastmi. Ty dané obtíže mladého muže pouze zmírňují. Na obrázku vlevo je stav před začátkem detoxikace Joalis. Muž má na svém obličeji v oblasti výskytu vousů aplikovanou kortikoidní mast. Po dvou detoxikačních kúrách je obličej zcela čistý a bez zánětu. Kortikoidy již není třeba vůbec aplikovat. Na obrázku vpravo je stav po jednom roce od poslední návštěvy, kdy se dané potíže

Slovo závěrem

Každý člověk potřebuje ke svému životu jemné vibrace a hřejivé doteky druhých lidí. Každý člověk s plně vyvinutými kladnými osobnostními vlastnostmi má bytostnou touhu se druhých lidí fyzicky dotýkat.

Pokožka hlavy je velmi citlivá na doteky a na stres nebo může svým stažením reagovat na neuspokojení základních citových potřeb. Pokud se cítíte vystresovaní, můžete zkusit třeba jednou zajít na jemnou masáž obličeje a hlavy v oblasti vlasů. Masér dokáže jemnými pohyby a aplikací vhodných olejů vlasovou pokožku dokonale prokrvit a úlevně zrelaxovat. Navíc se může jako bonus dostavit velký příliv energie a vitality.



Ing. Vladimír Jelínek



I. časť

V oblasti zásobovania éterickej roviny energiou, jej regulácie a rozdelenia, si ľudia obdarení schopnosťou vidieť, už pred storočiami všimli vibračné frekvencie, ktoré absorbujú a rozptyľujú energiu ako kolesá. Náuka, týkajúca sa éterickej roviny aury, spolu s čakrami, jemnými meničmi energie, sa rozšírila predovšetkým v Ázii (India, Čína, Tibet). Čím rýchlejšie je prúdenie energie, tým rýchlejšie sa tieto kolesá točia. Názov čakra (v sanskrite koleso) sa používal už pred tisícročiami.

V týchto systémoch rozdeľovania energie rozlišujeme kolesá otáčajúce sa doľava a kolesá otáčajúce sa doprava. Z pohľadu tela je energia odovzdávaná do svetelnej siete univerza, keď sa čakry otáčajú v smere chodu hodinových ručičiek doprava. Keď sa kolesá z pohľadu z tela otáčajú proti smeru hodinových ručičiek doľava, systém prijíma energiu zo svetelnej siete univerza. Každá čakra predstavuje jemné energetické centrum. Klasická indická náuka pozná sedem hlavných a päť vedľajších čakier.

Poruchy pohybu čakier upozorňujú na poruchu rovnováhy celého systému energetického zásobovania, ktorá môže mať až rozsah energetickej blokády. V podstate nie je ani veľmi dôležité, v akom smere sa čakry otáčajú. Oveľa podstatnejšie je, či sa vôbec otáčajú, alebo zostávajú nehybné, pretože nehybné čakry poukazujú na energetickú blokádu. Nasleduje vymenovanie siedmich hlavných čakier od panvy až po vrchol hlavy, ktoré sú v úzkej spojitosti s endokrinným systémom.

1. Koreňová čakra: v oblasti panvy, medzi genitáliami a konečníkom.
2. Sakrálna alebo slezinová čakra: v oblasti pohlavných orgánov a podbrúška.



3. Čakra solárneho plexu alebo pupočná čakra: nad pupkom.



4. Srdcová čakra: v oblasti srdca.



5. Hrdlová čakra: uprostred hltana.



6. Tretie oko alebo čakra čela: uprostred čela, nad obočím.



7. Čakra temena alebo korunná čakra: na vrchu hlavy, nad vrcholom hlavy a lupienkom.



Endokrinné žľazy s vnútorným vylučovaním zásobujú prostredníctvom systémov telesných tekutín celý organizmus informáciami, pomocou prenášačov informácií, nazývaných hormóny. Hormóny fungujú ako katalyzátor, to znamená, že sa jednotlivých biochemických procesov látkovej premeny nezúčastňujú priamo, ale bez ich prítomnosti by tieto procesy nemohli prebehnúť. Čakry, žľazy s vnútorným vylučovaním a činnosť hormonálneho systému majú z hľadiska zásobovania organizmu informáciami kľúčový význam. Čakry sú v neustálom pohybe a menia smer svojho otáčania zodpovedajúc polarizácii energie. Ich frekvencia sa mení podľa počtu prvkov tvoriacich bunku (= skladovanie) a podľa energetickej roviny. Čím vyššiu polohu má rovina, tým je energia jemnejšia a rýchlosť otáčania vyššia.



Čakry sa popritom pod vplyvom pozitívnych impulzov (životná energia, myšlienky, city, slová a činy) aj predlžujú, zatiaľ, čo pod negatívnym vplyvom sa uzavrujú. Ich dlhotrvajúce uzavretie môže spôsobiť blokády a prekážky v prúde energie zdola nahor. Aj čakry majú svoje telesné frekvencie.

Aktivácia čakry vždy súvisí s predchádzajúcim stavom vedomia. Nevyrovnané ľudské konanie ukazuje, ako málo svoje čakry používa, a ako málo ich uvedomele aktivujeme, keďže často konáme iba na základe jednostranných sebeckých zásad. To jednoznačne poukazuje na absenciu psychosomatického faktora v kultúre západu.

Keďže sa čakry nazývajú aj centrami psychiky, u niekoho je potrebné prebudiť ich psychicky. U iných jednoznačne zodpovedajú svetu vnímania dotýčaného. Môžeme hovoriť aj o jemných rezonančných orgánoch, ktorých rytmus a pulzovanie určujú naše vzory vnímania a vizualizácie.

Prebudením čakier sa samostatne integrujú energie vyšších oktáv vedomia. V tomto zmysle nazývame aktivovanú čakru aj prebudenou a neaktivovanú neprebudenou.

Všetky živé systémy, a tak aj čakry, sú vzájomne prepojené prostredníctvom viditeľne úspornej

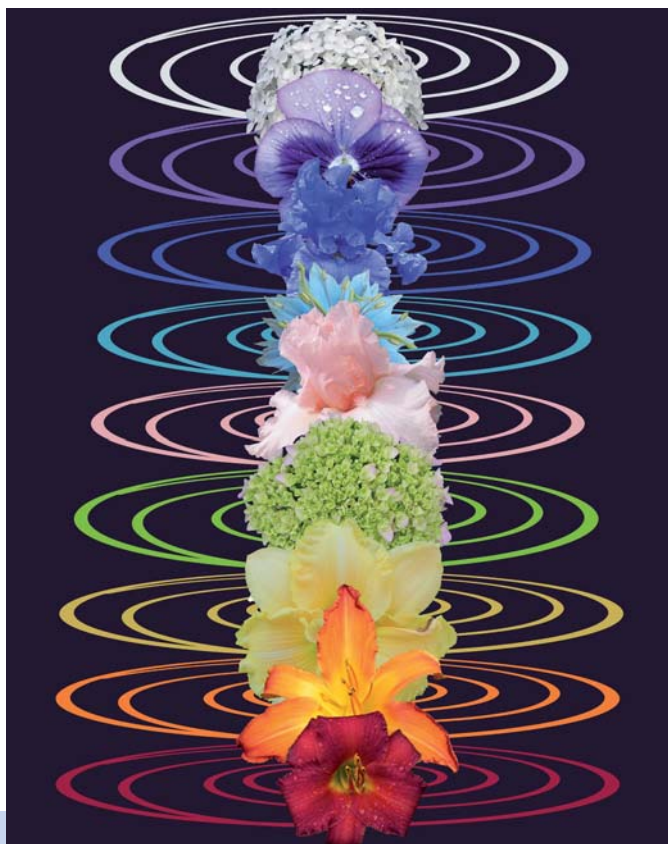
zobrazované ako lotosové kvety. Sú to spoločné orgány s mimozmyslovými časťami človeka, a ako také majú v tele špecifickú úlohu.

Čakry sú centrami sily. Ak je ich činnosť harmonická, podobne ako transformátory menia energie organizmu a kozmu, a takto ich vzájomne vymieňajú. V prednej časti tela prebieha prijímanie energie, zatiaľ čo v zadnej časti prebieha odvádzanie použitej energie.

Čakry vznikajú tam, kde sa určité toky energie neustále križujú. Tie

to kanály sa nazývajú nádi (sanskrit) alebo meridiány. Ich prostredníctvom prebieha prúdenie energie v astrálnom tele. Tradícia ich počet stanovuje na sedemdesiatdväsiť. Podobne ako v žilách prúdi krv, prúdi v tejto jemnej sieti energia. V miestach, kde sa križuje sedem kanálov, sa nachádza jeden z osemdesiatich ôsmich tisícov akupunktúrnych bodov. V bodoch, kde sa ich križuje štrnásť, sa nachádza jedna z dvadsaťjeden vedľajších čakier. V priesečníkoch dvadsaťjeden energetických dráh sa nachádzajú hlavné čakry.

Sedem hlavných čakier je činných v rovnakom frekvenčnom rozsahu ako sedem farieb dúhy. Pri absencii duševnej rovnováhy sa ich frekvencia zmení: čakry sa točia priveľmi rýchlo alebo sa spomalia, čo človek, obdarený schopnosťou vidieť čakry, vníma



Rovina	Čakra	Frekvencia	Prejav
Spirituálna	7. Korunná čakra	100	Svetlo, kozmická energia
Mentálna	6. Čakra tretie oko	95	Číslice, písmená, mantry
Citovo - duševná	5. Hrdlová čakra	90	Farby, vône, hudba
Psychická	4. Srdcová čakra	85	Bezvýhradná ľudská láska
Energetická výmena	3. Čakra solárneho plexu	70	Mandaly
Energetická	2. Sakrálna čakra	55	Dýchanie, strava, pohyb, tantra
Fyzická	1. Koreňová čakra	45	Šport, tréning svalov

zásady, ktorá plne a koherentne funguje nasledujúcim spôsobom. Symboly a svetelné čiastočky farieb, bohaté na kozmické informácie, nazvime ich teraz svetelné enzýmy, hologramy pamäti a farebných tvarov cestujú. Čakry ich preložia a pretvoria na usilovných prenášačov informácií buniek.

Jedným z prejavov tohto spôsobu biologickej činnosti je vzájomné pôsobenie a synergia. Ak raz bola čakra prebudená, aj ostatné čakry sa stanú činnými, asi tak, ako keď hodíme kameň do pokojnej vody s hladkou vodnou hladinou. Vznikajú koncentrické kruhy, ktoré sa vzájomne prelínajú, takto si odovzdávajú informáciu.

Záverom

Slovo sanskritského pôvodu „čakra“ v slovenčine znamená „koleso“. Čakry sú kvôli svojmu tvaru lievika alebo kalicha kvetu často

ako zmenu farby. Tieto zmeny ovplyvňujú aj éterické telo, respektíve jeho prostredníctvom aj telo fyzické, a tak môžu časom spôsobiť zdravotné ťažkosti a choroby.

Po nastolení duševnej rovnováhy sa opraví aj fungovanie čakry, energetické zásobovanie tela a môžu začať fungovať aj samouzdravovacie mechanizmy. V éterickom tele čakry zodpovedajú za prúdenie životnej sily a za energiu, udržiavajúcu zdravé fungovanie tela.



Dr. Sándor Rideg
psychiater, primár,
lekár tradičnej čínskej medicíny

Dr. Róbert Rideg
prírodný liečiteľ, fytotherapeut





Ledviny (shen, šen) považuje čínská medicína za jeden z nejdůležitějších orgánů těla. Říká o nich, že jsou „kořenem“ jin-jangu všech vnitřních orgánů a pramenem života. Jejich význam je dán schopností uchovávat nejen vrozenou životní sílu, ale i hmotu, ze které se člověk rodí a žije. Díky této uchované energii je vlastně schopen se i dále reprodukovat.



Strach z covidu je velkou zátěží pro ledviny

Proto dostaly ledviny přívlastek „prenatální základ“ (sien-tchien č pen) člověka. Ledviny uschovávají esenci jin, která je považována za kořen těla a základní substanci, z níž se začíná formovat budoucí tělo po spojení esencí muže a ženy. V počátku zrodu člověka se nejprve vytváří esence, za jejíž pomoci se začne tvořit mozek a mícha, kosti jako kmen, cévy jako trasy výživy, šlachy jako zpevnění, maso jako stěny, a po utužení pokožky začnou vyrůstat chlupy a vlasy.

Okruh ledvin je „vodní“

V rámci pentagramu patří k systému ledvin močový měchýř, kosti a kostní dřeň, klouby, prostata, štítná žláza, zuby, vaječníky, děloha, mozek, mícha, vlasy – vlasové folikuly, a močová trubice. Okruh ledvin spadá pod prvek vody. Ledviny přijímají esenci z pěti řídících orgánů cang (játra, srdce, slezina, plíce, ledviny) a z šesti dutých orgánů fu (žlučník, tenké střevo, žaludek, tlusté střevo, močový měchýř, trojitý ohřívač). Síla (esence) ledvin je nepostradatelná pro rozmnožování,

zrání, růst a vývoj (vývojové etapy zrození, růst, zrání, dospělost, stáří a smrt). Podrobnosti k tématu najdete v prezentaci, kterou jsem měl letos na LŠ v Beskydech.

Z tohoto vztahu mezi esencí ledvin a vývojem organismu vyplývá, že i různé růstové poruchy mohou mít původ v onemocnění ledvin, nebo v jejich už vrozené oslabenosti. Například nedostatek esence ledvin se projevuje ve vývojové linii – opožděným vývojem (tkání, systémů,...), předčasným stárnutím, měknutím kostí atd. Dostatku energie ledvin a jejich esence jsme vděční za správnou funkci tzv. esenciálních „úschoven“ pěti základních orgánů. Při nedostatku esence se oslabuje spolupráce těchto pěti základních orgánů, které přitom funkčně ovládají celý náš organismus.

Ledviny oslabuje strach

Esenci ledvin nejvíce oslabuje stres a nezpracované emocionální konflikty. Ze všech těchto emocí je největším problémem právě STRACH. Strach je v malém množství potřeb-

ný, motivuje nás k obraně, k aktivaci pudu sebezáchovy atd. Pokud je úroveň strachu nepřiměřeně silná a trvá dlouhou dobu, může nám způsobit neopravitelná (patologická) poškození základních tkáňových systémů, jako jsou nervy, svaly, kůže a pojivo.

Tato skutečnost se naplno projevila právě v covidové době. Nepřetržité zprávy o počtu nakažených a zemřelých vyvolaly u velké skupiny lidí stavy beznaděje, apatie a frustrace z vlastní zranitelnosti. Tito lidé následně nedokázali najít žádný důvod k radosti ze života a v současné době se tak léčí v krizových centrech na psychiatriích. Případně trpí tzv. postcovidovým syndromem, který je podle posledních informací z 50 % hodnocený jako psychosomatická zátěž, a tudíž je léčba odkázána zase jen na psychiatrii.

Největší dopad na děti a seniory

Mladá generace, která byla naučená žít v určitém řádu, se najednou ocitla v naprostém chaosu. Hlavním problémem, který jsem vi-

děl i na svých vnoučatech, byl fakt, že učení vlastně trvalo celý den, a dokonce se nepřiměřené množství úkolů řešilo i o víkendech. Druhým negativním faktorem je zvýšení závislosti dětí na PC, tabletech a mobilech. Tato skutečnost změnila i jejich ochotu bavit se s kamarády naživo, chodit s nimi sportovat atd.

Děti se tak staly samotáři, kteří nemají (nepotřebují) pohyb, přibírají na váze, nemají dostatečný pitný režim, bolí je hlava a záda, jsou neustále unavení (fyzicky i psychicky), rozladění a podráždění. Nedostatek pohybu na čerstvém vzduchu vede k horšímu okysličování organismu, zejména mozku a svalů. Projevu se to tak i na jejich vývoji. Dětem, které jsou zavřené doma, chybí vitamín D3 a hormony radosti – dopamin a serotonin. S nadvahou se objevují poruchy štítné žlázy, diabetes, obezita, poruchy růstu a mentálního vývoje. Tyto děti se zkrátka změnily a teprve čas ukáže, jaké jsou dlouhodobější dopady. Domnívám se, že už to nikdy nebude stejné. Děti, které jsem měl již velice dobře stabilizované s problémy ADHD, hyperaktivitou, epilepsií, poruchami chování a učení, se mi velice zhoršily.

Nepříjemné je také výrazné zhoršení klientů (bez ohledu na věk) s onkologickými diagnózami, převážně karcinomy prsu, gynekologie, krve, štítné žlázy a prostaty. Na všechna tato nádorová onemocnění mají velký vliv také orgány spadající pod okruh ledvin. Právě silně prožitý strach je tím faktorem, který je výrazně oslabuje.

Bez radosti ze života, bez víry v něj a svou budoucnost se nedá žádná energie do těla

uložit. Spolupráce ledvin a slinivky je tak vystavena stále se opakující otázce: „proč?“

- Proč bych to měl dělat, vždyť to nemá žádný smysl.
- Proč něco plánovat, vždyť to třeba zase všechno zavřou.
- Proč se mám jít ven proběhnout, když tam stejně nikdo nebude.
- A mnoho dalších....

Covid vzal mnoha lidem to nejceněnější – radost ze své existence a víru ve svůj vlastní život.

Seniory nejvíce trápí sociální odloučení

Izolovanost seniorů, změny zaběhlých zvyklostí a nedostatek možností každodenního kontaktu se členy rodiny, zejména s vnoučaty, je zbavuje chuti do dalšího života. Pro starší lidi je nesmírně důležité zachování rituálů, pohybové aktivity, možnost osobně se stýkat s vrstevníky, udržet si schopnost vykonávat samostatně osobní (sociální) potřeby bez omezení. Mít se jednoduše zase na co těšit, cítit možnost, že další den je důležité prožít atd., je tím základním kořením pro chuť do

Přítomnost stresu se projevuje zejména:

- únavou
- bolestmi hlavy
- poruchou soustředěnosti
- neschopností dostatečně přijímat živiny
- neochotou k jakémukoliv fyzickému pohybu

Začínají se dostavovat opakované záněty:

- ledvin
- kloubů, páteře
- páteře
- gynekologického ústrojí
- plic
- svalů
- žaludku

konfrontace se smrtí, vyčerpalo natolik, že už nenašli dostatek sil překonat strach a tento „boj“ sami vzdali.

Esenci ledvin nejvíce oslabuje stres a nezpracované emocionální konflikty.

života. Mnoho klientů toto dlouhé odloučení umocněné často i proděláním onemocnění covid-19 s hospitalizací, kde na ně doléhala

Při rozhovorech se zdravotníky jsem skoro vždy dostával stejnou odpověď: „*Kolem nás chodila smrt a strach z ní nás nesmírně vyčerpával. Uklidňovat někoho, ať se nebojí, že jsme tu s ním a že to spolu zvládneme, když jsme mnohdy věděli, že to nedopadne, je něco strašného, bezmoc. Jenom roušky a obleky dokázaly ukrýt slzy a smutek na našich tvářích. Byla to zkušenost, kterou nikomu nepřejeme.*“

Většina klientů (i z řad zdravotníků), kteří přišli do poradny po rozvolnění, si mi stěžovala, že neví, co dělat, čemu věřit, jak vůbec žít v nejistotách s těmito zkušenostmi, jak plánovat budoucnost, když hrozí, že se to má zase všechno vracet. Z klientů je cítit opravdový strach, beznaděj.

Proto jsem nabyl přesvědčení, že práce poradce je nyní nenahraditelná, a možná je informační medicína jednou z mála metod, která může klientovi poskytnout důležité informace a naději. Informace potřebné pro pochopení, co se s ním vlastně děje a jak z této situace ven. Náprava všeho, čím jsme prošli, spočívá v tom, že přestaneme v sobě i v ostatních lidech žít (šířit) strach, obavy





a nejistotu. Musíme jim dát naději, víru a řád, který jim pomůže udělat ten první krůček k samostatnosti, a hlavně víru v sebe sama.

Řád je nutný zejména u klientů, kteří ztratili schopnost plánovat budoucnost.

- Začít se musí pohybem, protože co je v pohybu, to je živé.

Při měření v poradně jsem často zjišťoval, že klienti si nejvíce zatížili všechny typy nervových buněk, a to hlavně ve vztahu ke svalovým buňkám. Stresem a strachem zatížené nervové systémy mají velice výrazný spasmický dopad na svalové skupiny buněk, a to zejména v oblasti pohybového a zažívacího

pomocí dotazů na základní čtyři tkáně (svaly, kůže-epitel, nervy, vazivo).

Nejčastěji jsou v zátěži nervy – svaly, které potom výrazně ovlivňují kvalitu sliznic a kůže, na kterých se následně vyskytují záněty projektované z infekčních ložisek. Infekční ložiska mohou být v těchto sliznicích přítomna už velice dlouhou dobu. Jsou to většinou opakovaně prodělané záněty, které se často objevovaly v dětství a během života vymizely. Jedná se zejména o angíny, chřipky, alergie, ekzémy, záněty ORL a další. V infekčních ložiscích se často nacházejí *Streptococcus Aureus*, borelie, herpetické viry, FSME a další. Na tyto mikrobiálně a stresově zatížené tkáně se covid velice rád naváže.

Přeji vám a vašim klientům, abyste se co nejrychleji dostali do své komfortní zóny a našli tolik energie, kolik jí jen budete potřebovat na znovuzískání radosti ze své vlastní existence. Přeji vám také velké množství lásky a přátel, kteří vám určitě pomohou tohoto cíle dříve dosáhnout.

Na tuto cestu budete potřebovat i přípravky Joalis.

Pokud se vám nepodaří v „přiměřeném“ časovém úseku dosáhnout vnitřní harmonie a nezačnete mít rádi sebe a svůj život, riskujete přetížení jater, která se mohou potom obrátit agresí proti vám. To může vyústit v autoimunitní (sebedestruktivní) potíže, ale o tomto nebezpečí si povíme zase příště, v článku o jaterním okruhu.

Z Brna vás všechny zdraví a krásný sluncem prohrátý podzim vám přeje
váš Pavel Jakeš



Foto: www.unsplash.com

Bez radosti ze života se nedá žádná energie do těla uložit.

- Další zásadou je pravidelná strava, přísun tekutin a spánku.
- Dobré je začít krátkodobými cíli, které jsem schopen lehce splnit.
- Snažit se navázat ztracené kontakty a hledat nové (mít si s kým popovídat a mít se komu svěřit)
- Nesnažit se vyřešit problémy sám.
- Vyhledat potřebnou pomoc, pokud cítím, že to sám nezvládám (nebát se o ni říct).

Všechny uvedené body jsou potřebné na to, aby mohlo dojít k začátku uzdravení duše i těla.

aparátu. Blokuji tak jejich výživu a tím i následnou regeneraci.

Kromě opakovaných zánětů to jsou i poruchy trávení a vyprazdňování (průjem, zácpa, moč, atd.).

Všechny tyto zmíněné faktory mají společného jmenovatele, a to je prodělaní dvoutleté anabáze spojené s coronavirovou pandemií. Proces harmonizace je ve všech případech velice individuální a také trvá u každého klienta jinak dlouhou dobu. U případů, kde je hlavním spouštěčem strach a zatíženým je tak zejména okruh ledvin, začínám měření

Malý seznam přípravků, které byste určitě neměli při výběru opomenout:

Deuron®, UrinoDren®, GynoDren®, ArtiDren®, OsDren, Vertebra, VerteDren, Vegeton®, NeuroDren®, Cranium®, Enternal, VelienDren®, VeHerb, Gastex, GasteDren, Digest, PankreaDren®, Calon®, ColiDren®, Pranon®, RespiDren®, Anaerg®, EpitelDren, FasciDren, Conectid, Hepar, LiverDren®, CorDren®, Infomin, Infovit, OroDren, TonDren, Gripin® Scor, Herp®, a samozřejmě všechny emoční přípravky.

Mezi prací na směny a nádory může být souvislost



V mozku máme unikátní biologické hodiny. Udávají čas vyplavování všech důležitých hormonů do krve a zároveň hlídají pravidelné střídání bdění a spánku. Tématem se dlouhodobě zabývá bývalá předsedkyně Akademie věd ČR Helena Illnerová.

RNDr. Helena Illnerová, DrSc. se svým týmem jako první realizovala podrobnou studii, jak jsou rytmy v šišince řízeny biologickými hodinami a jak je jednou minutou světla lze u hlodavců zpozdít nebo předběhnout až o tři hodiny. Vědci zároveň dokázali, že centrální hodiny v mozku se skládají minimálně ze dvou oscilátorů – ranního a večerního. Všechny organismy se tedy synchronizují prostřednictvím světla za úsvitu a za soumraku. Oba tyto oscilátory se domlouvají.

Centrální biologické hodiny v mozku jsou nejdůležitější a jsou synchronizovány střídáním světla a tmy. Ovlivňují stovky biologických hodin po celém těle. V ledvinách, v játrech, ve slezině, ve varlatech... Jednotlivé orgány se násilným změnám vnějšího času přizpůsobují s různou rychlostí, a tím se mohou desynchronizovat mezi sebou, a to je ten kámen úrazu.

Když je lidský časový systém desynchronizován s vnějším prostředím i navzájem mezi sebou, např. při letech přes časová pásma, při směnném provozu či nevhodným svícením, tak to ovlivňuje mnohé další ukazatele. Může to vést k psychickým poruchám, k depresím, ke kardiovaskulárním i metabolickým poruchám. A je zde i zvýšené riziko nádorových onemocnění.

Mikrobiom úst a naše zdraví

Mikrobiom je nedílnou součástí našeho zdraví a obranyschopnosti. Nejčastěji se o něm mluví v souvislosti se střevy, avšak stejnou důležitost mají i bakterie v našich ústech.

„Jde o mikroorganismy neboli soubor bakterií, kvasinek, hub, virů a protozoí (prvků) vyskytujících se v lidském těle i na něm. Odhaduje se, že jde asi o 100 bilionů organismů. Zdravý mikrobiom je pro naše zdraví zásadní,“ vysvětluje zubní lékařka Jana Karbusická.

Mikroorganismy žijící v našich ústech ulpívají na jazyku, dásních, zubech, ale dostanou se i na tváře. Problém nastává tehdy, když se v ústní dutině přemnoží bakterie škodlivé. „Kromě potíží, jako jsou zubní kazy, záněty dásní či parodontitida, mohou škodlivé bakterie v ústech způsobit záněty kloubů, pohlavního ústrojí, onemocnění srdce či dokonce zápal plic,“ uvádí Zuzana Heiník Bělová ze společnosti BELdental specializující se na péči o zuby a ústa.

Podle odborníků je rizikem kouření, které narušuje složení bakterií i pH v ústech, dále nezdravá strava, některé léky, alkohol, stres, ale i posedlost čistotou. Vyhýbat bychom se měli kyselým nápojům a důležité je snížit množství cukru. „Bakterie v ústech přeměňují cukry na organické kyseliny, které odvápní zubní sklovinu, což zvyšuje riziko vzniku zubního kazu,“ vysvětluje zubní lékařka.

Imunitu po návratu do školy svěřte včelám

Návrat do dětského kolektivu a počínající podzim znamená pořádný nápor na imunitu. Naštěstí existuje celá řada způsobů, jak tělesnou i duševní kondici posílit.

Jednou z tradičních metod je nasazení medové kúry a dalších včelích produktů. Balzám pro tělo představuje propolis. Ten v úlech funguje jako přirozená dezinfekce a tmel. Je tak silný, že dokáže dokonce mumifikovat uhynulé včely. Materičí kašička, kterou produkují mladé včelí dělnice, je zase výživou pro včelí larvy, a hlavně potravou samotné včelí královny po celou dobu jejího života. Skvělou podporou imunity je tedy i kvalitní med v kombinaci s propolisem a materičí kašičkou. Další účinky pak získává přidáním výtažků z bylin či vitamínu C.



 Zdroj: www.tyden.cz, www.idnes.cz
(příspěvky jsou redakčně kráceny)



Mužská energie má charakter hromu a blesku

Až doposud jsme se v našem seriálu Královské cesty ke štěstí věnovali zprůchodnění a vyčištění ústředního páteřního kanálu (šušumny) pomocí ženské síly Kundaliní. Ta jemně vyvěrá ze spodní části páteře a silnějším proudem energie stoupá vzhůru. Doputování kundaliní až do nejvyššího místa na hlavě a dotknutí se pomyslného Nebe je provázeno otevřením Koruny, která se stane přímo součástí hlavy – lebky (viz článek v předchozím čísle bulletinu). Energetické tělo se tak otevírá do prostoru směrem vzhůru. Člověk se po této události může stát více intuitivní, přicházejí k němu silné a smysluplné nápady, stává realizovanou bytostí.



Koruna není konec, ale začátek

Podle mého názoru se po dosažení Koruny otevírá jiný, vyšší stav fungování mozku, který dále nebude podporován pouze živinami přicházejícími krevním řečištěm, ale bude doslova vyživován vibracemi – jemnou energií a snad také jemnými proudy nabitých částic – elektronů, které si budou hledat cestu tkáněmi ve směru nejmenšího elektrického odporu ve zprůchodněné šušumně.

Cesta *od Země k Nebi* je cestou Ženskou, cestou Kundaliní. Jsem přesvědčený, že touto cestou musí na začátku práce s energiemi projít každý člověk, bez ohledu na pohlaví, než se bude moci dotknout Nebe, mužské síly, která je daleko impulzivnější, daleko silnější a průbojnější než je tomu u síly ženské. Mužská energie proudí obráceným směrem – *od Nebe k Zemi*.

I po dosažení Koruny podvědomí (Verself) stále podává náměty v podobě obrazů, symbolů a zvuků pro další proces učení a vstřebávání těchto vyšších energií.

Když Kundaliní dostoupá až na vrcholek hlavy a má tendenci vystoupit do prostoru těsně nad hlavou, začnou se obvykle člověku

při Verself objevovat mužské symboly – prvky.

Symbyly vnímané ve vizuálním prostoru těsně nad temenem hlavy mají ochrannou úlohu – mají člověka energeticky chránit, ale zároveň ho inspirovat a naplňovat novými a smysluplnými idejemi.

Pokud v některých z prvních rezonancí Verself terapií zjistím, že se v prostoru nad hlavou nacházejí nečisté symboly nebo symboly, které tam vůbec nepatří, není dobré postupovat v terapiích dále, dokud dotyčný člověk vědomě nezmění určité postoje a „nesundá“ obrazy do nižších pater těla, kde je jejich pravé místo. O jaké obrazy se například může jednat?

V první řadě se může jednat o živlové symboly, které nemají v prostoru nad hlavou co pohledávat. Místa pro živly jsou posazeny do partií podél páteře, jak bylo popisováno v bulletinu č. 1/2020 – *Živly mají v těle člověka svoje přesné umístění*. Prvním úkolem, než je možné vůbec postupovat Verself cestou směrem vzhůru, je vědomá změna vnitřního zarytého životního nastavení – přesvědčení. Tuto změnu není nikdo schopen za dotyčného člověka zrealizovat, musí se rozhodnout jedině on sám.

Příklady žvlů na nesprávném místě

Žena ve věku okolo 30 let atraktivního vzhledu. Nemůže si najít stálého partnera a všemi způsoby se o to snaží. Pochází z neuspořádaných rodinných poměrů. Dá se předpokládat, že absentuje dobrý mužský vzor – jejího otce. Při Verself rezonancích při pohledu do prostoru nad hlavu vnímá nad sebou zřetelnou ohnivou kouli. Element ohně přitom patří do těla na jediné bezpečné místo prostoru pupku – čakra 3A. Dotyčná je jakoby mimo sebe, slovní pokyny při Verself rezonancích si interpretuje po svém, velmi krkolomně a nepřirozeně. Občas jí musím slovní pokyn vysvětlit třikrát, než mu porozumí. Jediná možnost jejího posunu v psychosomatickém prostoru je „sundání“ ohnivé koule skrze šušumnu dolů do prostoru pupku. Pokud by se o to žena pokusila a připustila by takovou možnost, právě Já za ni tento přesun v jednom okamžiku provede samo, dojde tedy k podobné explozi symbolů, jaké byly popisovány v jedné z předchozích kapitol... Tuto ženu jsem ale podruhé již neměl možnost rezonovat...

Jiný případ je existence zřetelného elementu vody v prostoru čakry 7B – tedy v prostoru nad hlavou. V minulosti jsem jej zazna-

menal u dvou žen – jedna v tomto prostoru vnímala symbol ledově studeného vodopádu, druhá vnímala nad hlavou sprchovou růžici s tekoucí studenou vodou. Pro člověka znalého spojitosti žvlů a emocí není třeba

Dalším případem je pohledný muž ve věku asi 45 let s tureckými a italskými kořeny. Při Verself rezonancích má velmi barvitě obrazy, není však vůbec schopen se „podívat“ do prostoru nad hlavou. Bojí se toho. Muž je léčený

Jsem přesvědčený, že ženskou silou si musí projít každý člověk, který chce pracovat s energiemi. Bez ohledu na pohlaví.

podotýkat, že tyto symboly vykrešlují skryté strachy – úzkosti v nejvyšších patrech lidské bytosti. Element vody má jediný bezpečný příbytek v místě podbřišku – v místě druhé čakry. U jedné z žen se průchod vody dolů šušumnou do prostoru podbřišku podařil – měl jsem ji na rezonancích třikrát. Tento přechod popisovala jako náhlý, udál se v jeden konkrétní okamžik, několik týdnů od chvíle, kdy se žena rozhodla pro změnu. Dotyčná dokonce pocítově vnímala, jak voda stéká pomyslnou trubkou středem těla směrem dolů. Zároveň si je tato mladá žena vědoma velké psychické proměny – zbavila se obtěžujících, vtíravých a ustrašených myšlenek „co se stane, když“...

alkoholik s dlouhými abstinenčními periodami, dokud se ovšem opět poprvé nenapije... Pak do svého alkoholického kolotoče opět padá a jeho okolí popisuje, že se mu zcela změnila osobnost a stává se někým úplně jiným. Ve střízlivém stavu je muž v komunikaci velmi milý a příjemný. Muže jsem měl na rezonancích pouze jednou a tak nevím, jestli mu lze touto cestou vůbec pomoci, protože bez pohledu nad sebe sama – na prostor, který člověka doslova přesahuje – nemůže dotyčný vůbec dohlédnout na klíč k řešení svého životního stavu. Za tohoto muže nemůže nikdo udělat změnu, jen on sám. Pokud odpovědnost za řešení svého stavu přenesl na jiného člověka, tak nikdy nemůže podle mého názoru dosáhnout cíle. ▶

Mužskými symboly – prvky, které jsem zaznamenal na Verself rezonancích, byly například:

- bílá barva nebo bílé symboly vnímané nad hlavou
- stříbrné motivy vnímané nad hlavou
- bílý nebo stříbrný plášť
- obrazy blesků a záblesků energie
- stříbrné nebo zlaté hvězdy na noční obloze
- obrazy galaxií a mlhovin
- svítlna – stříbrná, kovová baterka svítící zlatě směrem dolů
- Jezulátko s bohatě zdobeným pláštěm – oblekem
- raketa Falcon (pozn. Falcon je anglicky Sokol – egyptský hieroglyf pro mužskou sílu)
- bílá koule jakoby levitující v energetickém proudu „vodotrysku“ nad hlavou
- bílý kolibřík kmitající křídly a visící v prostoru nad hlavou na jednom místě zpívající nepřetržitě vesele jako skřivan
- mléko nebo smetana stékající z prostoru nad hlavou dolů do šušumny
- kouzelnický plášť okolo člověka; plášť temně fialové barvy posetý stříbrnými hvězdami a dávající pocit ochrany
- a další



Nesprávné modely chování otce mohou být překážkou k přijetí univerzální Mužské Nebeské síly

Osobnostní vady rodičů – jak otce, tak matky – se mohou v budoucnu stát závažnou překážkou pro přijetí Univerzální mužské a Univerzální ženské síly. Pokud bude chtít jedinec vstoupit do svého energetického těla a posunout jej k vyšším dimenzím, jistě bude muset překonat rodové bloky svého otce a matky. Přiznejme si pravdivě, že velká většina z nás pravděpodobně měla jako své vzory rodiče nerealizované ve smyslu jejich pochopení a vstřebání Univerzálního otce a Univerzální matky uvnitř sebe sama.

Uvedu konkrétní příklad:

Jednou jsem měl na Verself rezonancích ženu ve věku asi 50 let. Na prvním sezení vnímala v místě čakry 6B, tedy ještě dostatečně



tyčnou ženu vyzval. Pokud jsem si jistý, tak *něco malého* poradím klientovi na základě svých dřívějších zkušeností, jinak mu spíše neradím. Hodnotné je, když si klient se svými symboly během optimální doby čtyřiceti dní *pohraje* ve své vnitřní mysli sám.

zklamání musela jako malá zažít při odhalení pravdy. Její *tatínek* už nadále nemohl být tou absolutní nadzemskou autoritou, za jakou ho dříve přirozeně považovala. Tento pocit zklamání v jejím podvědomí bohužel zůstal až do pozdního věku a s velkou pravděpodobností do ní mohl zasadit obecnou nedůvěru k mužům – k mužské síle. Pokud tento „špunt“ v podobě epizody s otcem nebude žena z prostoru mezi mozkovými hemisférami schopna odstranit a smazat jeho skličující obsah, nikdy nebude schopna doputovat k čisté Univerzální mužské síle a ke své vlastní integritě... A přesto věřím, že tato žena svého otce jinak milovala se všemi jeho chybami i s touto osudovou *ohnivou* epizodou.

Pro první odbloky těchto starých do podvědomí zasutých skličujících epizod je vhodné použít celý systém přípravků **Nodegen®**, který je popsán v *Joalis průvodci lidským tělem i duší číslo 4 – Nodegen®: Rádce při zranění duše*. Pro výše uvedený případ by byl vhodný přípravek **Nodegen® RELT**.

Osobnostní vady rodičů se mohou v budoucnu stát závažnou překážkou pro přijetí ženské síly kundaliní.

hluboko pod vrcholkem hlavy, obraz svého otce. Tento obraz byl zjevným blokem pro postup fyzického proudu energie směrem k vrcholu hlavy. Při soustředění se na obsah v nižších čakrách bylo zřejmé, že dotyčná žena má nevyrovnaný element ohně. Z nějakého důvodu se jevil na konci terapie jako přirozené oba tyto symboly – obraz otce a ohně – spojit a k tomu jsem také tuto do-

Dotyčná žena mi na závěr Verself terapie sama řekla, že ji přesně napadlo, co znamená to spojení jejího otce a ohně: Když byla malou holčičkou, založil její otec při vypalování louky požár, který podle jejích slov nebyl malý, ale nikterak fatální. Otec se k založení požáru nejen nepřiznal, ale svedl ho na děti, tedy na klientku jako malou holčičku. Asi si každý z nás dokážeme představit, jaké pocity

O jaké obrazy – vizualizace se může jednat:

- Injekční stříkačka jako páteř. Stříkačka směřuje pístem nahoru a vývodem na jehlu dolů do oblasti hráze. Klient vnímá pohyb pístu uvnitř stříkačky nutící ho do fáze nádechu s určitou mírou odporu, stejně tak jako s výdechem směrem dolů. Tento obraz se člověku zjevil krátce po prvním otevření koruny.
- Bílá neposedná kulička, která se tak akorát vejde do duté trubky a člověk se má naučit dechem s ní pohybovat nahoru a dolů.
- Štětky na čištění lahví vnořené do šušumny shora do hlavy. Dotyčná intuitivně nechala při cvičení Verself pohybovat štětkou v oblasti krku a šíje, které vnímá jako nejvíce ztuhlé.
- Zlatá Koruna tvoří jakýsi zlatý trychtýř skrze celé tělo až do oblasti hráze a rotuje skrze tělo jako vrták – při nádechu jedním směrem a výdechu druhým směrem.



Jakmile energie vystoupá do koruny, musí také sestoupit

Proudy energie mají správně v energetickém ústředním kanálu člověka pulzovat. S nádechem pomalu z chodidel do oblasti hráze, dutou šušumnou v prostoru páteře přes břicho, hrud', krk až do úst, kde můžeme zažívat sladké pocity „ochutnávání“ sladkého pránického Nektaru (jazyk má být přitom jemně položený za zuby na horní patro) a pak konečná fáze nádechu až do prostoru koruny a nad hlavu. To všechno při vnímání jemného vánku uvnitř šušumny od prstů na nohou a chodidel až po temeno hlavy.

Výdech sleduje mysl pomalu z prostoru nad hlavou obráceným směrem a přes celou délku šušumny a pak z hráze do nohou a chodidel. Můžeme si dokonce představovat, jak při této vizualizaci odcházejí všechny tmavé psychosomatické nánosy do Země.

A tento cyklus nádechu a výdechu pak opakovat znovu a znovu po celý život...

Na Verself rezonancích se dokonce objevují návody na cvičení – mentální a vlastně také fyzické čištění již částečně zprůchodněné šušumny.

Vlastnosti mužské energie

Mužská Nebeská energie je klidná a zdánlivě nehybná a stálá síla. Má barvu stříbra nebo bílou. Tato síla je však výbušná, má tendenci se zrychlovat a dokáže explodovat jako blesk a hrom. Po vybití nahromaděné energie pro smysluplnou a oprávněnou akci se však dokáže rychle zklidnit. Umí se jasně rozhodnout ano nebo ne a nic mezi tím. Je ochranná a dokáže ochránit svůj protipól – ženskou sílu – Zemi. Dokáže vstoupit do zlaté, dynamické a barevné dimenze ženské síly a má tendenci se s ní spojit, rozpustit se v ní a nechat se jí inspirovat a utvářet si v tomto prostoru bezpečné zázemí.

Mužská síla, přestože zdánlivě nic nedělá a nepohybuje se tak rychle jako ženská síla, dokáže postřehnout jemný impuls, kdy je třeba jít do rychlé akce a NĚCO konkrétního udělat, změnit, rozhodnout nebo dát nějaké činnosti směr.

Na závěr kazuistika:

Muž ve věku 40 let. Původem z USA, ale dlouhodobě pobývajících v Čechách. Má velký zájem o vnitřní práci a na svých cestách za poznáním po různých částech světa navštěvoval různé meditační a jógové kurzy. Sám sebe na



první Verself terapii popisuje jako nevnímavého v porovnání s jinými účastníky podobných kurzů. S tímto stavem není spokojen, ale není schopen jej změnit, přestože by chtěl.

Na první Verself rezonanci nevnímá obrazy, nedokáže se na sebe naladit. Přesto se nám podaří již po půl hodině najít klíč

Překvapením bylo, že se tento muž po dvou měsících opět ozval, že chce ve Verself rezonancích pokračovat. Již po projití prvních bodů bylo jasné, že si doporučení z předešlých rezonancí vzal k srdci. V prostoru na krku se již začaly objevovat symboly blesků a bylo jasné, že se mu *nějaká podstatná* změna

Mužská Nebeská energie je klidná a zdánlivě nehybná a stálá síla stříbrné nebo bílé barvy.

k odemknutí brány k jeho vnitřním obrazům. Vnímá dětské obrazy a typicky mužské obrazy – různé druhy kovového nářadí a praktické předměty.

Na třetí rezonanci již vnímá proud energie odspoda nahoru, ovšem s jedním místem úniku energie v krční oblasti směrem ven kolmo na páteř a na pupeční šňůře směrem dovnitř těla opět kolmo k páteři. Přímochaře mu tuto skutečnost objasňují: „*V oblasti pupku si od někoho berete energii a v oblasti pod hrdlem vám uniká z těla ven.*“ Muž se zjevně zarazil, protože jsem se ho zřejmě něčím dotknul... Měl jsem pocit, že se začervenal, jako kdyby byl při něčem přistižen. Mohly mě napadat mnohé rozumové důvody, odkud si energii bere a proč mu jinde uniká, ale z Verself praxe vím, že taková hodnocení nemají pro vzájemnou komunikaci a posun klienta žádný význam. Po pravdě: myslel jsem si, že tohoto muže vidím naposledy, protože moje doporučení znělo přestříhnout pupeční šňůru a ucpat místo úniku energie a v místě pod hrdlem ucpat únik a otočit směrem vzhůru... A do toho se každému člověku nechce, protože mu vlastně takový stav může v některých případech energeticky vyhovovat...

postoje podařila. V prostoru pod a nad temenem hlavy se muž vytvořil trychtýř a po tomto okamžiku se muž rozplakal štěstím a dojetím. Nechal jsem ho v tomto stavu deset minut, aby si tento okamžik vychutnal. Poté mi sdělil, že v prostoru nad sebou viděl Vesmír – hvězdy a obrazy galaxií.

Po této události objednal na Verself rezonance svoji partnerku z Michiganu. Tato žena se esoterickými naukami nikdy příliš nezabývala, ale cvičí jógu, je v životě šťastná a dělá, co ji baví... Cítí se naplněná. Po Verself rezonanci bylo hned jasné, že je uvnitř sama sebe již realizovaná (aniž by o tom nějak přemýšlela) a vnímá přirozeně a spontánně jemné proudy energií ve svém těle. Přesto ji Verself rezonance přinesla několik obrazů spíše abstraktní povahy, které jí mohly něco sdělit, napovědět pro její další CESTU.

Domnívám se, že změna energetického těla mladého muže a dosažení mužské nebeské síly v něm jim oběma velice zkvalitnila vztah muže a ženy a mohli tak pootevřít ještě další dimenze partnerského soužití a spojení, ale o tom bude řeč v závěrečné kapitole.

Ing. Vladimír Jelínek





Divočina kousek za Brnem

Pohoří Chřiby představuje tajemnou krajinu plnou bukových lesů, skal a studánek, využívaných už v pravěku. Hodně lidí ze západní části republiky přitom zná Chřiby jenom nevědomky, když při cestě z Brna do Uherského Hradiště a třeba dále na Slovensko projíždějí horský úsek cesty plný zatáček se spoustou motorkářů, kteří si je užívají – a často tady končí svoji pozemskou pouť ve svodidlech.

Lesnaté kopce, přes které se klikatí hlavní silnice, se dříve jmenovaly Hříběcí hory, dnes Chřiby – a působí dojmem vyššího pohoří, než jakým skutečně jsou. Zdejší vrcholky nedosahují ani 600 metrů nad mořem, přesto mají skutečnou horskou atmosféru. Pojďme si představit jejich nejzajímavější energetická místa.

Klimentek a Kazatelna

Na výpravu do Chřibů nejčastěji vyrážíme z parkoviště u Křížku nad městem Koryčany. Většina lidí odtud směřuje jen na hrad Cimburk a zase zpět, ale to přicházejí o ta nejlepší energetická místa, skrytá v okolních lesích. Moje nejoblíbenější trasa odtud vede na hradiště svatého Klimenta, kterému místní říká Klimentek. Zdejší kostel prý založil sám věrozvěst Metoděj na místě slovanského posvátného háje, a toto místo pak určil i jako svůj hrob. Ten zatím nikdo nenašel, plochý vrchol kopce je ale předmětem úcty pohanů, katolíků i pravoslavných křesťanů, kteří si na tomto místě nijak nepřekážejí. Před výstupem na celkem nenápadný kopec, obkroužený pravěkými a pak i středověkými valy, se vždy očistíme u vydatné studánky na sever-

ním úpatí. Je zasvěcená Gorazdovi, kterého si Metoděj vybral za svého pokračovatele. Na vrcholu kopce Klimentek věnujeme pozornost krásným starým stromům, které slouží jako spojnice mezi sférami univerza, hlavně mezi světem naším a světem našich předků.

Z Klimentka pak obvykle vystoupáme na tajemný vrchol, zvaný Ocásek. Kombinace skal, starých stromů a vlídných přírodních bytostí zde vytváří neopakovatelnou atmosféru, lákající k meditaci.

Při cestě k parkovišti nás pak čekají ještě dvě kultovní skály. Kazatelna je fotogenický skalní blok s vytesanými schůdky a křížem. Kdysi se tady ale dělávaly obětní obřady a energie zejména dole pod skalou nemusí citlivějším jedincům vyhovovat. Zato nedaleký pískovcový skalní blok Kozel je místem radosti, tady pořádali Keltové i Slované své hostiny se zpěvy a tanci, ke stejnému účelu můžeme využít místo i my.

Holý vrch, Buchlov a Barborka

Tři posvátné kopce vedle sebe vytvářejí unikátní pohledovou scénérii, jsou vidět z celého údolí řeky Moravy kolem Uherského Hra-

diště a staly se symbolem Chřibů. Na prostřední ze tří kopců, Buchlov, proudí davy turistů na tamní hrad, kterému se ale citlivější lidé spíše vyhýbají. Severní skalnatý kopec Barborka zase láká milovníky záhad, kteří se shodují, že tady hlavně v noci natolik straší, až to pro případné návštěvníky nemusí být bezpečné.

A jižní kopec, zvaný Holý vrch, bývá navštěvovaný nejméně. Ve zdejší úchvatné přírodní rezervaci najdeme hlavně milovníky bukového pralesa a také příznivce archeologie. Celý vrchol kopce je obkroužený valy z doby bronzové, kdy zde vzniklo rozsáhlé hradiště, poskytující úkryt obyvatelům nížiny v případě válečného nebezpečí. Genius loci Holého vrchu je paradoxně nejpříjemnější ze všech tří posvátných kopců. Můj tip proto zní – netlačte se mezi davy návštěvníků na Buchlově, radši vystoupejte do posvátného háje mezi úchvatné buky na protějším Holém vrchu.

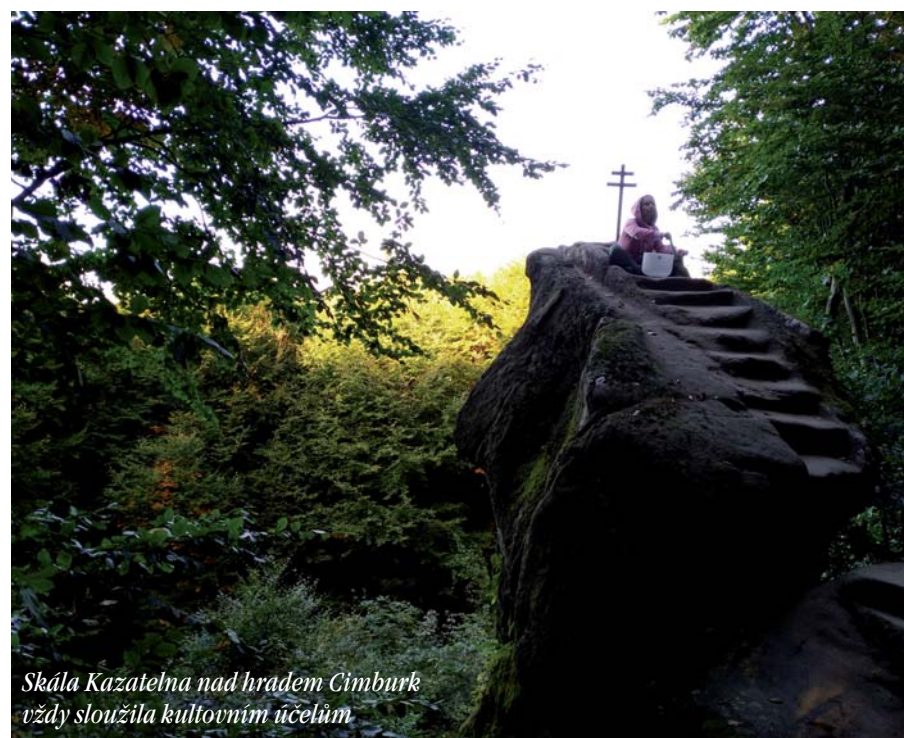
Střílky

Život horského městečka na svazích Chřibů ovlivnily dvě důležité události. První byla výstavba barokního hřbitova se sochami andělů smrti, který je světovým unikátem a jezdí za ním návštěvníci z celého světa. Druhou událostí bylo založení jógového meditačního centra v místním zámku, které zde působí dodnes. Obchod uvnitř zámku i rozsáhlá veganská restaurace před ním jsou otevřeny také pro veřejnost, i já se zde často a rád zastavuji při cestách na Slovácko nebo do nitra Chřibů.



Skálu Kozel dnes hojně využívají horolezci i pohané ke svým obřadům

Chříbské vrcholky nedosahují ani 600 metrů nad mořem, přesto mají skutečnou horskou atmosféru.



Skála Kazatelna nad hradem Cimburk vždy sloužila kultovním účelům

Haluzice

Říčka Kyjovka protéká celou centrální částí Chřibů a těsně před tím, než se dostane z hor do ploché krajiny u Kyjova, vytváří krásné hluboké údolí, jakýsi přírodní posvátný amfiteátr. Uvnitř severních svahů Haluzického údolí je speciální horské mikroklima, na sluncem ozářených jižních svazích směrem ke Kyjovu už najdeme skvělé vinice. Uprostřed Haluzického údolí vzniknul v posledních 20 letech meditační areál, o který se stará duchovní učitelka Karaimi. Často se sem sjíždějí desítky účastníků kurzů a stovky účastníků přírodních obřadů, kteří si vychutnávají zdejší mimořádnou atmosféru.

Ať přijdete do Chřibů z kterékoliv světové strany, jejich tajemnému kouzlu snadno podlehnете i vy. 🌿

*Mgr. Jan Kroča
průvodce po léčivých
místech a poutních stezkách
www.jankroca.cz*



Sklonek roku očima hvězd

Podle postavení planet nás koncem roku čeká hluboká emocionální transformace, rozpor svobody a omezení, ale také odblokování a uvolnění všemožných vnitřních překážek, především v oblasti srdeční čakry.

LISTOPAD

Období vodního znamení Štíra (do 22. listopadu) a ohnivého Střelce dělají listopad měsícem hlubokého prožívání, noření se do svého nitra, někdy až na samotné dno, od něhož se poté odrážíme a míříme vzhůru ke světlu a rodíme se znovu, na nové úrovni... Proměnou prochází náš přístup ke světu, k životu, máme šanci osvobodit se od mnohých zastaralých či přímo škodlivých názorů a přesvědčení.

Listopadu 2021 dodá obzvláštní sílu planeta Mars, která se zde, v místě své vlády, nalézá od 30. října až do 13. prosince. Jeho spojení s Merkurem v sedmém stupni Štíra ve dnech kolem 10. října přinese jednoznačné a hluboké pochopení, prozření a zároveň i rozhodnutí a vůli dát svému životu nový, mnohem smysluplnější směr. Čeho se to konkrétně bude týkat, poznáme také dle domu horoskopu, v němž se tato prožitková „informační pěst“ bude nalézat. Obě planety budou zároveň v kvadrátu se Saturnem ve Vodnáři. Razantní a šokující zjištění „jak se věci doopravdy mají“ jako by se na chvíli zkřížilo s dlouhodobými plány, předem zadaným směrem, kudy se ubírat. Může dojít ke snaze zjištěné informace zkreslit, možná i k obzvláště intenzivnímu omezení svobody slova.

Velkou zkouškou a zásadní událostí měsíce bude zřejmě opozice Marsu ve Štíru s Uranem v Býku v úplňkových dnech kolem 18. listopadu, ke konci období Štíra.

V tyto dny budeme mít možnost jasně zřít to, co se ukrývá za „zvláštními“ událostmi uplynulých dvou let! Pro jednotlivce to bude možnost uvědomění si potřeby či přímo zásadní a radikální změny, spojené především s tématem obživy, způsobu vydělávání peněz. Co všechno jsme ochotní udělat pro své pohodlí, pro své zajištění? Jak dokazujeme okolí svou hodnotu a nakolik je nám v tom opravdu dobře? Jaké nezdravé návyky, třeba i stravovací, můžeme již opustit? Mocná energie odhodlaného bojovníka za pravdu (Mars ve Štíru) a na druhé straně pomalé více či méně nenápadné změny směrem k otupení a zotročení lidstva (Uran v Býku). Tyto dny mohou být

jedny z nejdůležitějších v tomto roce Saturna, roce cesty ke svobodě.

Na konci tohoto revolučního měsíce, již v období Střelce, tj. ve dnech kolem 30. listopadu, se Mars dostane do trigonu s Neptunem a my si budeme moci užít a vědomě prožít fenomén „božího bojovníka“. Tato konstelace nastává přibližně jednou za rok a umožňuje nám dostat své konání do souladu s vesmírnými zákonitostmi – spíše uvolněně plynout, přijímat a odevzdávat než se snažit vše kontrolovat a násilně ovládat. Trigon Mars ve Štíru s Neptunem v Rybách může též pomoci s ukončením všemožných závislostí a radikálním odpuštěním!

Magický úplňk Slunce ve Štíru/Luna v Býku nastane 19. listopadu (přesně v 10.00, jeho energie si můžeme „užívat“ od 17. listopadu ve 3.19 do 19. listopadu v 15.34) nám otevře tzv. „Koridor neboli chodbu zatmění“, poměrně náročné transformační a očištné čtrnáctidenní období, trvající až do novu 4. prosince. Je to doba, kdy bychom neměli dělat zásadní rozhodnutí a naopak dobře procítit, případně i přehodnotit rozhodnutí předchozí.

Zásadně nevhodné je toto období pro tak klíčové události, jako jsou svatby, koupě domu či bytu, start podnikání atd.!

Dopřejme si dostatek času pro sebe: své tělo, mysl a emoce očišťujeme, proplachujeme se energií všeobjímající Lásky a radosti bez jakékoliv vnější příčiny. Odpouštějme, pouštějme, rozpouštějme vše, co už nepotřebujeme. V tomto období (druhá polovina listopadu) je též každým rokem aktivizováno mystické znamení Hadonoše a koridor zatmění mu tentokrát dodává obzvláštní sílu!

V úplňkových dnech, přesně 19. listopadu v 8.07, se Venuše v Kozorohu dostává do pozitivního propojení (trigon) s Uranem v Býku. Tato konstelace nám může být jakousi oporou v očištném a osvobozujícím procesu. Protože jde o zemský trigon, budou nám umožněny zcela konkrétní změny a posuny vedoucí k mnohem uspokojivějšímu prožívání života v těle. Urychlíme svůj emocionální vývoj, otevřeme svá srdce, milujme všechny a všechno, ovšem začínejme u sebe!

XII PROSINEC

Prosinec, v němž převažuje období Střelce (do 21. prosince), přináší každoročně možnost řádně si v hlavě i v srdci srovnat své celoroční zážitky a zkušenosti, dobře jim porozumět; samozřejmě s pomocí „duchovního doprovodu“, tj. nebeských a kosmických vlivů. Tento proces, jak známo, vrcholí ve dnech kolem zimního Slunovratu, tj. vstupu Slunce do znamení Kozoroha, který tentokrát vychází přesně na 21. prosince v 17.00. Ocitáme se jakoby nahore, ve stavu nadhledu, a můžeme se tedy dozvědět odpovědi na mnohé dosud nezodpovězené otázky, nechat si vysvětlit a osvětlit význam životních situací a událostí, které se nám staly či se v nich aktuálně nalézáme.

Novoluní ve Střelci nastane přesně 4. prosince v 8.44, jeho energie budou mít vliv od 3. prosince v 13.14 do 5. prosince v 12.32. V těchto dnech se jaksí vynoříme z „koridoru zatmění“ a téměř doslova se budeme moci rozzářit, rozsvítit zevnitř, očistění a otevření novému, lepšímu a radostnějšímu způsobu života...

Projevujeme aktivně štědrost, sdílejme své zkušenosti, ovšem přidejme do pokrmu, který ostatním nabízíme, též dostatek tolerance, pochopení, soucítění.

Mars vstupující 13. prosince do znamení Střelce přinese do našeho soukromého i společenského života optimistickou energii a dodá nám víru v lepší zítřky, potřebu kázat, vysvětlovat, aktivně se společensky projevovat. Spojení Marsu se sestupným lunárním uzlem ve dnech kolem 15. prosince (přesně ve 22.11) nám pomůže využít a vědomě uchopit za uplynulých 18 let nashromážděné poznatky, prožitky z dalekých cest, zkušenosti, posvátné znalosti a opřít se o zdravé duchovní tradice a jasněji tak uvidět, kudy vede naše další cesta „žáků v čase“.

V těchto dnech bude obzvláště vhodné začít či oznámit světu svou aktivní veřejnou činnost zaměřenou na osvětu a léčení, případně i cestování – přednáškové cykly, kurzy apod. Toto období, obzvláště do úplňku 19. prosince, bude též vhodné pro plánování dalekých cest či poutí.

Venuše se na několik měsíců zdrží v druhé polovině znamení Kozoroha (kauzální tělo) a ve dnech kolem 11. prosince, dále 25. prosince a nakonec 3. března 2022 se dostane do spojení neboli konjunkce s Plutem. V těchto dnech a v podstatě i během celého několikaměsíčního období budeme procházet hlubokou emocionální transformací, odblokováním a uvolněním všemožných vnitřních překážek, především v oblasti srdeční čakry! Podle domu horoskopu, kde se tato konjunkce ve 26. stupni Kozoroha bude nalézat, můžeme předvídat, v jaké konkrétní životní oblasti se tento fenomén projeví.

Klíčovou astrologickou událostí prosince bude ovšem třetí kvadratura Uran-Saturn ve vánočních poúplňkových dnech, přesně 24. prosince v 9.16. Poslední „soubor svobody a omezení“ se tedy odehraje na konci roku, v přísném čase Kozoroha, a přinese výsledek procesu, který byl jakýmsi leitmotivem roku 2021. Co znamenala tato náročná napjatá konstelace planet, jak jsme ji zvládli a ustáli jako celek i jako jednotlivci a zda jsme ji využili pro svůj rozvoj, to se dozvíme právě ve výjimečně silných dnech kolem zimního Slunovratu.

V posledních prosincových dnech se s námi také rozloučí náš „učitel svobody“, Jupiter ve Vodnáři. Příště se s ním setkáme opět za 12 let. Do znamení Ryb vstoupí přesně 29. prosince v 6.09 a nový rok Jupitera 2022, rok poznání a hlubokého prozření, může začít...

www.alitazaurak.cz

Výklad horoskopu, přednášky a kurzy astrologie, cestování, galerie obrazů...



Dejte vale stresu!

Stres známe asi všichni. Lékaři klasické i alternativní medicíny shodně doporučují se tomuto jevu vyvarovat. Každý ví, že nám škodí, ale téměř nikdo neví, jak se ho zbavit.

CO PLATÍ NA STRES?

Stres je reakce těla na změny. Pokud se chcete naučit stresové situace zvládat s větší lehkostí, pěstujte odolnost vůči stresu, a obklopujte se dostatkem radosti. Právě tato emoce je velmi léčivá a dodává našemu bytí pomyslnou lehkost. Nezapomínejte na pravidelný pohyb – zejména na čerstvém vzduchu.



NÁŠ TIP

Kúra složená ze tří přípravků – **Streson® + UrinoDren® + Cranium®** harmonizuje psychiku a zklidňuje nervovou soustavu. Přípravky se vzájemně doplňují a zesilují tak svůj účinek.



Streson® s vitaminy B6 a B1 přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání a také k normální psychické činnosti.



UrinoDren® obsahující vrbovku malokvětou podporuje normální funkci močové soustavy.



Cranium® s vitamínem B1 a biotinem napomáhá k normální činnosti nervové soustavy.

Propojení síly informací s účinky bylin

Více na www.joalis.cz





Zapomenuté dětské hry

Každá generace přináší do světa nové podněty.

Některé se ujmou a předávají dál, jiné zapadnou v propadlišti dějin. Současná generace dětí však vlivem velké změny životního stylu společnosti o řadu zajímavých her přišla spíše nedopatřením.

Přikláníme k názoru, že řada pozapomenutých dětských her by stála za resuscitaci. Proč? Protože nezřídka pomáhají zlepšit fyzickou kondici dítěte, představivost, paměť, stmělí kolektiv, podporují organizovanost i schopnost spolupracovat nebo naopak vytvořit rychle strategii k dosažení kon-

krétního cíle. Jaké hry se z českých hřišť téměř vytratily?

Krvavé koleno

Drastický název maskuje klasickou honičku. Vylosuje se jedno z dětí, které představuje krvavé koleno a určí se (obvykle od jedné do 12), v jakou hodinu Koleno vyrazí na lov. Na předem vytyčeném prostoru (obvykle dětské hřiště) se pak děti rozprostrou a volají: „*První hodina odbila, lampa ještě svítila. Druhá hodina odbila, lampa ještě svítila...*“ Jakmile se dostanou k číslu, které je startem, zavolá dítě, které představuje krvavé koleno: „*Lampa zhasla!*“ a honí. Ten, koho odchytil, je novým Kolenem.

Divoké praskání aneb pámelník

Bílé kuličky dozrávající od poloviny srpna jsou lákadlem pro každou generaci. To lahodné *prásk*, když se na kuličku šlápne, potěší každou věkovou skupinu. Kreativnější je-

dinci zkoušeli i vytvářet různé praskací symfonie či obrazce. Pozor, kuličky samotné jsou jedovaté, proto praskat, ale nepojídat.

A-ri-zo-na

Hra, která se hodí zejména na výlety pro zoufalé rodiče, kterým děti stávkují a nechťejí šlapat. Jednoduchou říkačkou a s ní spojenými cviky lze cestu oživit a dítě motivovat k pohybu. Pro připomenutí: „*Jedna a dva a tři a čtyři a pět a šest a sedm a osm a devět a deset a klobouk* (pravá ruka na hlavu) *a hůl* (ruku vedle sebe jako byste drželi) *a chleba* (máte jako položený chléb na levé ruce) *a sůl* (sy-pete špetkou sůl) *a Arizona* (čtyři rychlé kroky). *Dopředu dozadu na bok a zpět* (nejprve jednou nohou a v dalším kole střídáte nohy)“. Celé dle potřeby opakujeme.

Honzo, vstávej

Další chytáčka, tentokrát bez běhu, ale zato s podporou fantazie. Jedno vybrané dítě se postaví proti zbývajícím na opačný konec

hřiště a postupně vyvolává. „*Honzo, vstávej*.“ První dítě se ptá: „*Kolik je hodin?*“ „*Pět slepičích*,“ odpovídá. Příslušné dítě se pohne o patřičný počet. A pokračuje se... Kroky mohou být mravenčí, sloní, gepardí, račí, veverčí, zajíčí... Fantazii se meze nekladou. Vyhrává ten, kdo se první dostane k zadávající.

Výdech až na dno: Hutututututu

Pokud potřebuje dítě prohloubit svůj dechový fond, je tato hra právě pro něj. Děti se rozdělí do dvou družstev, přičemž se mezi nimi udělá čára, která reprezentuje hranice území. Vždy jedno družstvo vyšle průzkumníka, který se musí nadechnout a při překročení hranic s výdechem vydávat: „*Hutututututu...*“ Jeho cílem je plácnout, jako při hře na babu, libovolný počet jedinců a včas, tedy dříve, než mu dojde vzduch (není schopen již vydávat tututututu), se vrátit na své území. Druhé družstvo se jej naopak snaží chytit a zabránit mu se na své území vrátit = jakoukoli částí (stačí rukou) sáhnout na své území. Pokud se jedinec dostane zpět, jdou s ním i všichni, kterých se dotkl. Pokud se mu to nepovede, zůstává jako nový člen příslušného družstva.

Rybičky, rybičky, rybáři jedou

Trošku drsnější verze hry na honěnou či „přetlačovanou“, která v pamětnících vyvolá vzpo-

meň. Hraje se, dokud nejsou všechny rybky pochytány.

Král vysílá své vojsko

Hra Rybičky má obměnu ve verzi Král vysílá své vojsko, která fungovala na principu dvou družstev. Jedno vždy vyslalo svého rytíře, který měl prorazit hradby (spojené ruce bránícího království). Ti jedinci, kteří hradby neudrželi, se přesouvali pod prapor konkurenčního království. Pokud hradby zůstaly

neproraženy, pak jedinec zůstal v tomto království. Hra končila v okamžiku, kdy už existovalo jen jedno království.

Tleskačky

„*Umbaj, vary vary vasimbo, umbaj kvi a umbaj kvó. Umbaj, vary vary vasimbo, umbaj kvi kva kvo. Přes řeku přeletěla kráva, za řekou zapískal slon. Písk, písk, písk. Prase je překrásné ptáče, slepice snesla citrón.*“ Také si vzpomínáte? Říkanek podobného typu bylo víc, například ještě Rybana jede na koni nebo Měl jsem ženu. Princip byl jednoduchý. Dva jedinci se postavili proti sobě a určitým způsobem tleskali rukama o se-

be. S každým dalším kolem se rytmus zrychloval.

Ach, ty provázky: Přebíraná

Přebíraná se před pár lety pokusila vrátit do povědomí dětského světa. Vždyť s málem lze udělat tolik. Přebíraná obvykle frčela mezi dívkami. Dostatečně dlouhý svázaný provázek se navlékal na ruce a pomocí prstů a různých

Dětské hry budují vztahy a zároveň posilují tělo i ducha. Zvláště ty venkovní.

otoček se vytvářely roztodivné tvary. Zmíníme kolíbkou, dopis, pavouka, vodu... Existoval také žebřík nebo oko. Ne vždy bylo možné provázek dál přeměnit. Tím se končilo. K dosažení patřičného tvaru či výjevu se využívalo různé množství prstů. Speciální verzi pak bylo samo-přebírání, kdy se kombinovalo i různé otáčení zápěstí.

Vyvolávám

Míčová hra, která je o něco méně drsná než vybíjená (ta se ještě v družinách a školním tělocviku uchovala). Princip je ten, že děti stojí v kruhu okolo jednoho vylosovaného hráče, který vyhodí do vzduchu míč a u toho zavolá: „*Vyvolávám, vyvolávám... Blanku*“. Blanka se snaží míč chytit a ostatní zatím prchají co nejdál. Jakmile Blanka míč chytne, zvolá: „*Stop*.“ Děti se musí zastavit. Blanka může udělat tři kroky směrem k někomu a poté se jej pokusit trefit míčem. Hráč sám nesmí uhýbat. Pokud se Blanka trefí, trefený jedinec je tím, kdo vyvolává. Pokud se netrefí, má trestný bod a sama vyhazuje a vyvolává. Za tři neúspěšné trefy je dotyčný odměněn přezdívkou, pod kterou je následně vyvoláván.

A co dál?

Tím samozřejmě výčet her nekončí, vzpomenout si můžete na skákání gumy, které lze provozovat i mezi stromy či dvěma židlemi. Zahrát si lze i kuličky. Své kouzlo má i přetahování lana nebo zmíněná vybíjená. A vzpomínáte na nošení pingpongového míčku na lžičce, kterou držíte zuby?

Markéta Palatin



mínky na naražená zápěstí a modřiny na rukách. Nicméně lepší trénink výdrže, odhodlání i pochopení vlastních hranic si nelze přát. Principem bylo, že jedno z dětí je určeno či vylosováno jako rybář. Postaví se na jednu stranu hřiště a ostatní na druhou. Po zvolání: „*Rybičky, rybičky, rybáři jedou!*“ se snaží chytit nějaké dítě. Jakmile ho čapne, chytí se za ruce = vytvoří síť. Strany se otočí, opět se pak po zvolání: „*Rybičky, rybičky, rybáři jedou,*“ běží proti sobě a rybáři se snaží ulovit další rybky. Rybky se mohou osvobodit pouze tak, že prorazí síť (spojené ruce).

be. S každým dalším kolem se rytmus zrychloval.

Cukr, káva, limonáda

Tato hra je ještě občas vidět, ale rozhodně stojí za zmínku. Jedno vylosované dítě stojí zády k ostatním (ti zatím stojí na vyznačené startovací čáře) a říká: „*Cukr, káva, limonáda, čaj, rum, bum.*“ Při slově bum se otočí. Ostatní děti se během říkačky snaží dostat co nejbliž k jedinci. Na slovo bum musí zmrznout v pohybu. Pokud odříkavač někoho vidí se hnout, zahlá-

JOALIS AKADEMIE – vzdělávací kurzy

Vzdělávací systém Joalis akademie je strukturován do tří úrovní:

Stupeň Z (základní znalosti o možnostech informační metody)

Základní stupeň (Z1–Z3) je vhodný pro všechny, kteří se touží stát tzv. rodinným poradcem. Chtějí vyladit zdraví sobě i svým blízkým a dozvědět se více o prevenci i tipy na řešení akutních stavů. Absolvování tohoto základního stupně a složení zkoušky 1. stupně je podmínkou pro všechny, kteří chtějí studovat vyšší stupně vzdělávání.

Upozorňujeme, že od 1. 1. 2022 dojde ke zvýšení cen kurzů základní úrovně (Z1–Z3) na 900 Kč.

Stupeň S (skládání kúr, práce s diagnostickým přístrojem Salvia)

Střední stupeň (S1–S4) je určen pro absolventy základního stupně, kteří se chtějí detoxikaci a informační metodě věnovat naplno. Tento stupeň prohlubuje znalosti o celé metodě. Absolventi se v průběhu tří seminářů naučí pracovat s diagnostickým přístrojem Salvia a seznámí se s programem EAM set, procvičí si skládání kúr z přípravků Joalis. Tento stupeň je po absolvování semináře S3 zakončen zkouškou 2. stupně a absolvent získá certifikát *Poradce informační metody Joalis*. Doporučujeme i navazující seminář S4 lektorky Mgr. Marie Vilánkové.

Stupeň V (nejvyšší stupeň), který je určen k prohloubení znalostí u stávajících poradců

Vysoký stupeň (V) – tento stupeň je zaměřen na získání praxe s klienty a sebedůvěry, která je pro vedení úspěšné praxe velmi důležitá. Do vysoké školy informační metody je zařazen Celoroční praktický kurz, který probíhá v Praze, Brně i Ostravě. Dále pak specifické semináře jako workshopy a Praktické semináře pro práci v poradně – EAM set, Salvia a sady. Absolventi tohoto stupně získají certifikát *Certifikovaný poradce informační metody Joalis*.

Bližší informace najdete na webu www.joalis.cz a www.eccklub.cz v sekci Vzdělávání.

Přednášky v Praze

PODZIM 2021

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
2. 11. 2021	9.30–15.30	S1	Vladka Málová	Praha	900 Kč
16. 11. 2021	9.30–15.30	S2	Vladka Málová	Praha	900 Kč
24. 11. 2021	9.30–15.30	S1	Ing. Vladimír Jelínek	Praha	900 Kč
29. 11. 2021	9.30–15.30	S3	Vladka Málová	Praha	900 Kč
30. 11. 2021	9.30–15.30	S4	Mgr. Marie Vilánková	Praha	900 Kč
8. 12. 2021	9.30–15.30	S2	Ing. Vladimír Jelínek	Praha	900 Kč
15. 12. 2021	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Praha	350 Kč

ZIMA–JARO 2022

12. 1. 2022	9.30–15.30	S3	Ing. Vladimír Jelínek	Praha	900 Kč
18. 1. 2022	9.30–15.30	Z1	Vladka Málová	Praha	900 Kč
26. 1. 2022	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Praha	350 Kč
8. 2. 2022	9.30–15.30	Z2	Vladka Málová	Praha	900 Kč
16. 2. 2022	9.30–15.30	Z1	Ing. Vladimír Jelínek	Praha	900 Kč
22. 2. 2022	9.30–15.30	Z3	Vladka Málová	Praha	900 Kč
2. 3. 2022	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
9. 3. 2022	9.30–15.30	Z2	Ing. Vladimír Jelínek	Praha	900 Kč
23. 3. 2022	9.30–15.30	Z3	Ing. Vladimír Jelínek	Praha	900 Kč
6. 4. 2022	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč

Požadovaný termín jaro–léto si vždy ověřte telefonicky, e-mailem nebo na webových stránkách www.eccklub.cz v sekci Vzdělávání.

Informace a přihlášky: ECC, s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 739 639 134, e-mail: eccpraha@joalis.cz.

Přednášky v Brně

PODZIM 2021

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
3. 11. 2021	9.00–15.30	S2	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
10. 11. 2021	9.00–15.30	S3	Pavel Jakeš	Brno	900 Kč

ZIMA–JARO 2022

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
12. 1. 2022	9.30–15.30	Z1	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
26. 1. 2022	9.00–15.30	Z2	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
9. 2. 2022	9.00–15.30	Z3	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
24. 2. 2022	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
6. 4. 2022	9.30–15.30	Z1	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
13. 4. 2022	9.00–15.30	S4	Mgr. Marie Vilánková	Brno	900 Kč
20. 4. 2022	9.00–15.30	Z2	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
4. 5. 2022	9.00–15.30	Z3	Bc. Lucie Krejčí	Brno	900 Kč
12. 5. 2022	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč

Požadovaný termín jaro–léto si vždy ověřte telefonicky, e-mailem nebo na webových stránkách www.bodycentrum.cz.

Informace a přihlášky: Body Centrum, Vodní 16, Brno, tel.: 545 241 303, e-mail: info@bodycentrum.cz.

Přednášky v Ostravě

PODZIM 2021

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
3. 11. 2021	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
11. 11. 2021	9.30–15.30	S1	Jana Nenadlová	Ostrava	900 Kč
25. 11. 2021	9.30–15.30	S2	Jana Nenadlová	Ostrava	900 Kč
9. 12. 2021	9.30–15.30	S3	Jana Nenadlová	Ostrava	900 Kč

ZIMA–JARO 2022

5. 1. 2022	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Ostrava	350 Kč
20. 1. 2022	9.30–15.30	Z1	Jana Nenadlová	Ostrava	900 Kč
10. 2. 2022	9.00–15.30	Z2	Jana Nenadlová	Ostrava	900 Kč
3. 3. 2022	9.00–15.30	Z3	Jana Nenadlová	Ostrava	900 Kč
23. 3. 2022	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč

Účastníkům vzdělávání v Ostravě doporučujeme Kurz S4 absolvovat v Praze 30. 11. 2021 nebo v Brně 13. 4. 2022.

Informace a přihlášky: Centrum metody C. I. C. – Ostrava, Pražákova 218, Ostrava – Mariánské Hory, tel.: 730 517 776, e-mail: centrumostrava@joalis.cz. **Požadovaný termín vždy ověřte telefonicky nebo e-mailem nebo na webových stránkách www.eccklub.cz v sekci Vzdělávání.**

Celoroční praktický kurz pro terapeuty (V1) – Praha, Brno, Ostrava

Naši lektoři Vladka Málová a Pavel Jakeš vám poradí s používáním (a pochopením) celostního přístupu ke klientovi. Po složení druhé zkoušky se může přihlásit prakticky každý, kdo si chce prohloubit svoji praxi pod vedením zkušených lektorů. Doposud bylo nutné absolvovat souvisle vždy celý semestr (pět kurzů) a nebylo možné nastoupit do „rozjetého vlaku“. Po předchozí domluvě s lektory se lze přihlásit i na konkrétní termín. Tato možnost se nezapočítává do dvou povinných semestrů, na základě kterých získáváte označení certifikovaného centra. Cena jednorázového kurzu je 700 Kč. V Brně je nová varianta *Celoročního praktického kurzu* formou dvoudenních kurzů (tři víkendy jsou ekvivalentem pěti jednotlivých seminářů v Praze nebo Ostravě).

12. 2. / 12. 3. / 23. 4. / 21. 5. a 11. 6. 2022	Vladka Málová	Praha	3.500 Kč
15. 2. / 15. 3. / 19. 4. / 17. 5. a 7. 6. 2022	Vladka Málová	Praha	3.500 Kč
17. 2. / 17. 3. / 21. 4. / 12. 5. a 16. 6. 2022	Vladka Málová, Pavel Jakeš	Ostrava	3.500 Kč
18. 2. / 18. 3. / 22. 4. / 13. 5. a 17. 6. 2022	Vladka Málová, Pavel Jakeš	Ostrava	3.500 Kč
18. 2. / 19. 2. / 24. 3. / 25. 3. / 26. a 27. 5. 2022	Pavel Jakeš	Brno	3.500 Kč

Prosíme, pro více informací nás kontaktujte: e-mail: eccp Praha@joalis.cz, telefon: 739 639 134.

Kongresové dny informační medicíny s Mgr. Marií Vilánkovou a Ing. Vladimírem Jelínkem

Brno – 26. 2. 2022, 10.00–17.00 hod., Orea Hotel Voroněž, Křížkovského 458/47.

Praha – 9. 4. 2022, 10.00–17.00 hod. Hotel Krystal, José Martího 2/407.

Podpořme svou imunitu přírodní cestou

Podzimní čas je období náročné jak pro naši psychiku, tak i imunitu. Ranní chladna s dřívější tmou nám někdy umějí dát zabrat. Kúra *imunita podzim* je vyváženou skladbou tří vzájemně se doplňujících přírodních doplňků stravy, působících blahodárně na imunitní a dýchací systém a také na duševní zdraví.

V přípravcích Joalis se propojuje síla informací s účinky bylin a díky této synergii je efekt působení přípravků silnější.



Pranon®

obsahuje meduňku lékařskou, která přispívá k normální funkci respiračního systému a napomáhá k udržení duševního zdraví.

RespiDren®

s obsahem slézu lesního napomáhá k normální funkci dýchacího systému, hltanu a dýchacích cest.

Imun

s vitaminy B6 a B12 přispívá k normální funkci imunitního systému.

Propojení síly informací s účinky bylin



Více na www.joalis.cz