

Za bylinkami předjaří do rajhradské bažantnice



Lesní porost je na území dnešní bažantnice nepřetržitě od nejstarších dob. V roce 1764 dal probošt benediktinského kláštera tzv. prosvětlit klášter, utopený v lesích a bažinách, neboť ten stál vlastně uprostřed lesa. Po prosvětlení se loukami rozdělené lesy nazývaly Popovský a Spodní les. Ten jižněji položený byl nadobro vykácen počátkem 20. století. V dnešní době se jedná o jeden z mála souvislých porostů ve zdejší oblasti. Spravuje jej Mendelova univerzita, která jej využívá jako výukový pozemek.

Březen je zátěžovým obdobím pro žlučník,

měli bychom ho tedy v tomto období podporovat. Preventivně je dobré užívat koření jako anýz, bazalka, bobkový list, dobromysl, fenykl, kmín, koriandr, kurkuma majoránka, petržel. Do aromalampy můžeme dávat grepový nebo pomerančový olej. Pomáhají i doplňky ve žluté barvě.

V březnu by se naopak neměl žlučník dráždit ovocem s drobnými semínky, ideální jsou jablka a jablečný ocet.

Při potížích pomáhají zelené výhonky kopřivy, pampelišky, pažitky, medvědího česneku. Také mrkev a červená řepa nebo naklíčená semínka. Nejrazantnější a nejukrutnější bylinou na žlučník je zeměžluč, která je sice odporná, ale působí okamžitě. Podporu žlučníku poskytnou i žluté bylinky jako měsíček, třezalka a řepík.

A hlavně vyhnat
všechnu hořkost
a žlučovitost z hlavy,
udělat si radost
a otevřít se jaru.



Kopřiva

Tuto rozšířenou bylinku není nutné zvláště představovat. Nejlepší léčivé účinky má při sběru od časného jara do poloviny května. Kořeny lze sbírat celoročně. Kopřiva má zcela mimořádné působení. Chlorofyl působí tonizačně a povzbudivě na metabolismus, působí také jako antianemikum a antisklerotikum, kardiotonikum, preventivně jako antidiabetikum. Lze jej použít protiprůjmově, při chřipce, podporuje hojení ran a funkci žluče, zvyšuje aktivitu enzymatické činnosti, zlepšuje prokrvení vnitřních orgánů, působí antirevmaticky, močopudně.



Kopřivu užíváme nejčastěji jako čaj, nálev nebo bylinkářský čaj (bylinky zalijeme troškou studené vody, necháme hodinku stát a zalejeme vodou cca 80 stupňů teplou). Lze ji užívat i ke koupelím a oplachům.

Kopřivová voda nebo tinktura je výborná na posílení vlasů.

Při vypadávání dáme hrst kopřivových kořenů do 0,5l vinného octa a 10 minut vaříme, přecedíme a 1x denně vtíráme do vlasů.

K pročištění organismu je výborná **kopřivová kúra:**

denně vypijeme 0,5 l bylinkářského kopřivového čaje a k tomu provádíme koupel nohou jeden večer a koupel rukou druhý večer. Jeden den v týdnu všechny aplikace vynecháme. Celá kúra by měla trvat 3 týdny.

Na čištění krve se používá 40 gramů čerstvých pokrájených kořenů, přidáme 1 litr studené vody a vaříme 8 minut, 10 minut necháme vyluhovat a přecedíme. Doporučuje se pít denně 0,5 l.

V zelené magii má kopřiva své nezastupitelné místo.

Traduje se, že svazek čerstvě natrhaných kopřiv umístěných pod postel odhání nemoci, sušené kopřivy rozházené kolem domu zase strašidla.

Pro Kelty byla kopřiva spojením se všemi třemi světy a žahavé chloupky byly jakýmsi iniciačním prostředkem. Člověk musí překonat překážky, aby dosáhl na léčivé účinky kopřivy.

Kopřivové víno:

1l kopřivových listů svařit s 1l vody, nechat 3-5 dnů stát při pokojové teplotě, potom slít, přidat 0,5 kg cukru, špetku vinných kvasinek, nechat překvasit dočista.

Kopřivová kosmetika

Kopřiva je vhodná pro všechny typy pleti, pokožku vyhladí a projasní.

Pleťové tonikum z kopřivy

Potřebujeme: 2 lžičky kopřivových špiček a lístků, 2 dl 60% lihu

Postup: Kopřivu zalijeme lihem a vše necháme 14 dní na teplém místě louhovat. Nesmíme zapomenout denně protřepávat. Po uplynutí této doby dobře přecedíme. Takto získáme koncentrát, který musíme následovně naředit. Na 2 dl destilované vody dáваме 1 polévkovou lžičku základní tinktury. Toto tonikum nanášíme na očištěnou pokožku ráno a večer a necháme vpít, neoplachujeme.

Jarní pleťové tonikum

Potřebujeme: 1 lžička kopřivových špiček, 1 květ pampelišky, 3 květy sedmikrásky, 2 dl 60% lihu

Postup: Léčivky smícháme, zalijeme lihem a vše necháme 14 dní na teplém místě louhovat. Nesmíme zapomenout denně protřepávat. Po uplynutí této doby dobře přecedíme. Takto získáme koncentrát, který musíme následovně

naředit. Na 2 dl destilované vody dáváme 1 polévkovou lžící základní tinktury. Toto tonikum nanášíme na očištěnou pokožku ráno a večer a necháme vpít, neoplachujeme.

Bylinkový olej

Potřebujeme: 1 lžící kopřivových špiček, 2 lžíce sedmikráskových květů, 1 lžící pampeliškových květů, 4 dl mandlového či sezamového oleje, 2 lžíce lihu

Postup: Olej rozeřjeme, jakmile začne bublat, odstavíme a vsypeme do něj léčivky. Vše necháme 6 hodin louhovat. Poté přecedíme, přidáme líh, nalijeme do sklenice a uschováme v lednici. Bylinkový olej můžeme používat na promazávání pokožky celého těla.

Vlasový aktivátor z kopřivy

Potřebujeme: 1 hrst kopřivových kořínků, lístků a špiček, 3 dl 60% lihu, 2 dl destilované vody

Postup: Bylinku zalijeme lihem a vše necháme 14 dní louhovat. Nesmíme zapomenout 2× denně protřepávat. Po uplynutí této doby přecedíme, k hotové tinktuře přidáme destilovanou vodu. Tímto přípravkem si masírujeme vlasovou pokožku ihned po umytí, pak již neoplachujeme.



Fialka

Koho by nepotěšila kytička violek, něžných, krásně vonících kvítků? Violky se objevují v písních i v básních, staly se symbolem lásky. Vždy je radostné najít v řídkém lese nebo na louce tento jarní kvítek, který má mimo svůj milý vzhled a nádhernou vůni i velkou léčivou sílu.



Účinky rostliny:

- kašel
- astma
- zahnění
- chrapot
- čistí krev (detoxikace)
- kožní choroby a nemoci
- dna
- revma, revmatoidní artritida, revmatismus
- záněty svalů
- dráždivý kašel, "dávivý kašel"



Čím jsou květy tmavěji fialové a čím silnější je vůně, tím je bylina lepší. Při sběru violky platí, že odtrháváme pouze nadzemní část a kořen necháme pro budoucí kvetení. Viola vonná patří mezi naše nejstarší léčivé rostliny. Psali o ní už Dioskorides a Plinius st., v jejich dobách se doporučovalo přivonět k ní při bolesti hlavy. Nyní se využívá především k tišení a zastavování kašle, v čemž patří mezi nejlepší rostliny vůbec. Viola

léčí astma, uvolňuje a rozpouští hleny, uklidňuje dýchací orgány a pomáhá při chrapotu. Na všechna tato onemocnění, ale i při chřipce a silném nachlazení pijeme teplý violkový čaj oslazený medem. Velmi dobře působí hlavně na děti a starší lidi, menším dětem můžeme připravit místo čaje výluh v mléku.

Violky čistí krev (detoxikace) a pomáhají při kožních chorobách. Blahodárně působí, když vtíráme tinkturu do pokožky na bolavých místech při dně, revmatismu a zánětech svalstva.

Je třeba dávat pozor na předávkování, neboť vyvolává zvracení.

I když violka vypadá křehce, její kořeny jsou tuhé a pevné. Po odkvětu vytváří černá semínka, která s oblibou šíří mravenci. Současně se rostlina rozmnožuje nadzemními výhonky, které si hledají nové místo k zakořenění. Příští jaro zde znovu vykvetou nové voňavé květy.

Čaj a krém z fialky (violky)

Čaj uklidňuje díky slizovým látkám zanícené a suché sliznice, čistí pokožku a zmírňuje kožní onemocnění. Zvláště chutný je čaj z čerstvých květů. Můžete k nim přidat i několik listů. Hrst květů zalijte 500 ml vody teplé 60 °C, čaj přikryjte a nechejte táhnout 5 minut. Když nevypijete všechno, zbytek můžete použít k péči o pokožku. Violkový krém zmírňuje bolest v jizvách a urychluje hojení, zvláště po operacích prsou a ozařování.

Čajová směs proti dráždivému kašli:

nať violky vonné 5 (dílů), nať dobro myslí 3 (díly), list podbělu 3, plod fenyklu 2, nať popence 2, květ a list slézu 2

Dvě lžíce dobře pro míchané směsi zalijeme půllitrem vroucí vody a necháme 20 minut přikryté vylouhovat. Čaj precedíme, podle chuti osladíme medem a pijeme ho vlažný po malých doušcích po celý den.

Fialková tinktura

Při dně a revmatismu přináší úlevu potírání bolavých míst fialkovou tinkturou. Smícháme po 1 dílu květu violky vonné, jehliček rozmarýnu lékařského a natě mateřídoušky obecné. Zalijeme čistým alkoholem (nejméně 42%) nebo francovkou tak, aby byly bylinky zcela zakryté. Necháme nejméně týden macerovat. Scedíme a uložíme do chladu.

Fialkový sirup

Kdo mívá problémy se suchým kašlem, měl by zkusit fialkový sirup. Tři hrsti květů trhaných za plného slunce vložíme do uzavíratelné sklenice, zalijeme 1 litrem převařené vody a necháme do druhého dne. Scedíme a z květů vymačkáme co nejvíce šťávy. Tekutinu dáme do hrnce, přisypeme 1,5 kg cukru. Vaříme do sirupové konzistence. Nakonec můžeme přidat pár kapek citronu. Sirup je výborný i jen tak na ochucení různých nápojů; skvělá je domácí limonáda.

Fialka jako bylinka k zakousnutí

Rozhodneme-li se fialky jíst, vynecháme rostliny zvadlé, vybledlé či uzavřené. Květy musí být rozvité a svěží, prostě tak akorát – jinak chutnají trpce. Opláchnuté čerstvé kvítky fialek překvapí v omeletách a zapékaných pokrmech, mohou být součástí jarních polévek, salátů a pomazánek. Květy se dávají do octa nebo oleje, pak se používají jako zálivka do salátů. Stále větší oblibě se těší kandované květy fialek. Bílek jen lehce promícháme vidličkou, aby nepěnil. Čerstvé květy potřeme bílkem, pocukrujeme a opatrně rozložíme na pečicí papír. Necháme uschnout při pokojové teplotě.



Fialková rýže

Jeden šálek propláchnuté a okapané rýže zalijeme 2 šálky mléka, přidáme 10-15 čerstvě utržených květů violky vonné a dusíme doměkka. Můžeme buď osolit, nebo osladit.

Kosmetika

Violkový olej

Potřebujeme: 2 lžíce violkových květů, 2 dl mandlového či sezamového oleje, 1 lžici lihu

Postup: Olej rozeřjeme, jakmile začne bublat, odstavíme a vsypeme do něj květy. Vše necháme 6 hodin louhovat. Poté přecedíme, přidáme líh, nalijeme do sklenice a uschováme v lednici. Violkový olej se hodí na promazávání pokožky obličeje, dekoltu a rukou.

Pleťové tonikum z violky

Potřebujeme: 2 lžíce violkových květů, 2 dl 60% lihu

Postup: Květy zalijeme lihem a vše necháme 14 dní na teplém místě louhovat. Nesmíme zapomenout denně protřepávat. Po uplynutí této doby dobře přecedíme. Takto získáme koncentrát, který musíme následovně naředit. Na 2 dl destilované vody dáváme 1 polévkovou lžící základní tinktury. Toto tonikum nanášíme na očištěnou pokožku ráno a večer a necháme vpít, neoplachujeme.

Hydratující violkové mléko

Potřebujeme: 1 šálek podmáslí, 2 lžíce violkových květů

Postup: Ve vodní lázni ohříváme podmáslí s květy po dobu 30 minut. Pak odstavíme a ještě 15 minut necháme louhovat. Poté scedíme, nalijeme do skleněné nádoby a uschováváme v ledničce. Tento kosmetický přípravek používáme jako běžné pleťové mléko. Jeho trvanlivost je asi týden.

Magická moc fialek

Na úrovni léčení květinami jsou fialky úžasné pro léčitele a média, jelikož dokážou výborně zbavit starých a těžkých energií. Mimo vyčištění našich domovů a pracovních prostorů působí i na naše fyzické tělo. Pokud si kytičku fialek dáte na noční stolek, snadno odstraníte negativitu po čas vašeho spánku. Podle květové terapie lze vyčistit nahromaděné staré energie tak, že do místnosti dáte jednu nebo více fialek a řeknete: Léčivá květino, přeměň, prosím, veškeré nižší energie v tomto prostoru či těle. Vrať je do jejich původního stavu lásky a světla. Děkuji ti za toto léčení...

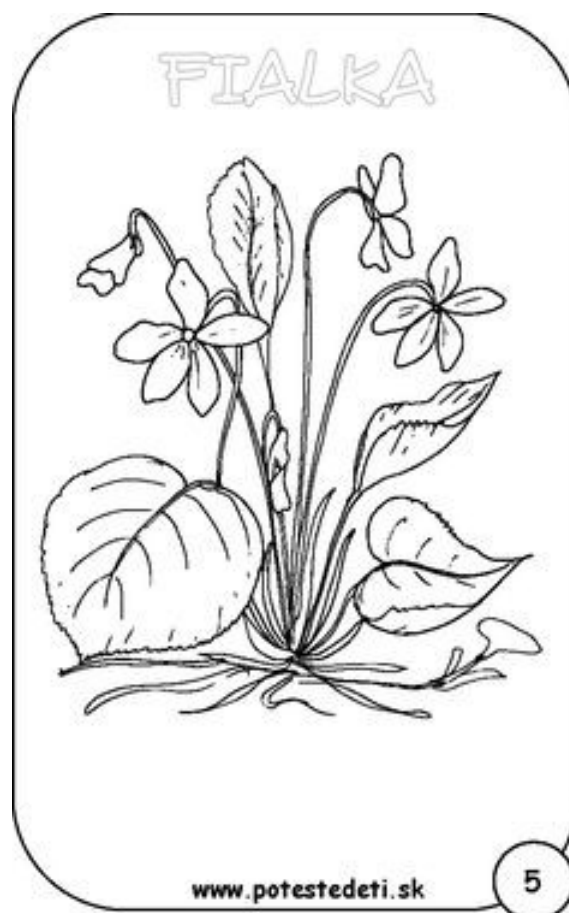


Poselstvím fialky je očista od starého a zatěžujícího, dále pak věnovat život všemu novému... Fialky svým posláním nabízejí možnost pomoci s tímto léčivým procesem a možnost odstranit staré a stagnující negativní energie. Svou jemnou silou může přeměnit nižší formy sil ve vašem těle či domově a navrátit je do jejich pozitivního stavu míru a všeobjímající lásky.

Červená modrá fiala, fiala,
kdes je má milá trhala, trhala,
kdes je má milá trhala.

Trhala jsem je na louce, na louce,
zabolelo mě mé srdce, mé srdce,
zabolelo mě mé srdce.

Proč by mě srdce bolelo, bolelo,
když už máš chlapce jinýho, jinýho,
když už máš chlapce jinýho.



Červený šátečku kolem se toč,
kolem se toč, kolem se toč,
má milá se hněvá, já nevím proč,
já nevím proč, já nevím proč.
Tra-la, la, la, la, la, la,
Červená fiala, tra-la, la, la, la, la, la,
fialenka.

Když jsem si v potoce ruce myla,
ruce myla, šátek jsem do vody upustila,
upustila, upustila.
Tra-la, la, la, la, la, la,
Červená fiala, tra-la, la, la, la, la,
fialenka.