



Webáčik Zuzuľko

Informačný magazín Biela pyramída

Číslo 7

JÚL 2010

Ročník 1

Z obsahu

Webáčik listuje v kalendári

Webáčik debatuje pri šálke čaju

Webáčik radí – Slnko a Mesiac v znamení zverokruhu Blíženci

Webáčik pomáha zachovať dedičstvo predkov

Webáčik prezradil

Webáčik listuje v kalendári

V júli dáždňik aj slnečník

Roztárený júl striedaním daždivých a slnečných období pripomína rozmarmi jarného šafa - apríl. Podľa mnohých štatistík je to najteplejší mesiac v roku. Akoby sa nevedel rozhodnúť, či bude hrejivý, alebo nás schladí poriadnymi búrkami a potrápí povodňami. Chce neraz v jedinom poldni obrovské dáždňiky, a vzápätí vyžaduje mamutie slnečníky. Júl je zrejme panikár - desí ho, že počas jeho vlády ubúda z dní svetla - a tak chytró podpaľuje a potom páľavy rýchlo zmätkársky hasí.

„júl a august, to sú muky, ale potom bude múky“

„júl je blížencom úrody“

Júl naši predkovia označovali za mesiac upletený z horúčav, sparných dní, búrok a dažďov. Podľa štatistík je to najteplejší mesiac v roku, v pranostikách a v ľudových hospodárskych pravidlách je predovšetkým veľmi často charakteristický očakávaním začiatku najvýznamnejšej a najdôležitejšej poľnohospodárskej činnosti – žatvy. Dozrievajúce obilné polia boli preto predmetom zvýšeného pozorovania.

Pre určenie optimálneho začiatku žatvy bol stupeň zrelosti zrna.

Búrkovú časť júlového vrkoča nehodno podceňovať. Naši predkovia sa mimoriadne báli búrok okolo termínu splnu Mesiaca, ktoré bývali mimoriadne výdatné a neraz spojené s pustošivým krupobitím.

„Svätý hlas zvonu, ochraňuje pred škodami hromu“

Búrkam sa naši predkovia bránievali aj preventívnym vyzváňaním, ktoré vraj neraz dokázalo zahnať najdesnejšie hromy a blesky. Najviac správ o zvonení proti búrkam sa nachádza v kronikách zo 17 a 18. storočia. Zvonenie mali často na starosti mestský hlásnici, ktorým príjem platu z hlásenia predstavoval takmer polovicu celoročného platu. V roku 1783 vyšiel patent cisára Jozefa II, ktorý zvonenie zakázal.

Menej obvyklou zbraňou proti búrkam a ratovaniu obilia bolo aj trúbenie. Prevádzalo sa na zvláštne upravených lastúrach. Pranostika hovorí, že :

„mušľa, ktorou sa rozháňajú škodlivé mračná,

musí byť vypláchnutá trojkráľovou vodou a vytrená svätenou trojkráľovou soľou.“

„keď prší na navštívenie Panny Márie, prší počas celých žní“

2. júl je sviatkom návštevy Panny Márie u svojej príbuznej Alžbety v hornatom judskom kraji.- „**ak prší, vraj sa tak bude diať celých ďalších 40 dní a cez celé žne**“.

Tento dážď zaraďuje ľudová meteorológia do vlny júlových dažďov spájaných s búrkami a s krupobitím. Podmienky na vznik krúp vznikajú v mohutných búrkových oblakoch, keď silné vzdušné prúdy strhávajú tvoriace sa vodné kvapky a ľadové kryštáliky do veľkých výšok, kde dochádza k ich spájaniu sa a narastaniu do značných rozmerov.

„Na svätého Prokopa vody plná priekopa“ „Prokop prší do sena i do chleba.“

4.júl je sviatkom svätého Prokopa. V dobových zápisoch kroník sa nachádza množstvo správ o vzniknutých škodách následkom prudkých búrok. a lejakov. Ak zaprší, radosť majú hubári, pretože ak hriby nenasiali Peter s Pavlom, práve Prokop tak urobí ako spoľahlivý náhradník.

„Margita dažde a búrky odháňa“.

13. júl je deň, keď podľa najznámejšej pranostiky, Margita hádže do zrelého žita žatevný kosák. Prináša aj tzv. margitské leto, ktoré sa vyskytuje s pravdepodobnosťou až 75%. Nie div, že roľníci, ktorí na čas žatvy dúfali v priazeň počasia. Margita okrem prvých hruštičiek - známych sladkých Margitiek rozväzuje i vrecia s nesmierne dotieravými muchami

„Ak sa rozprší na deň svätej Márie Magdalény, dažde sú veľmi vytrvalé a výdatné“.

22. júl je sviatkom slávnej kajúcnice Márie Magdalény a meniny majú Magdalény.

Toto je známy termín príchodu obávaných magdalénskych dažďov. Ľudia sa ich dosť desia i v súčasnosti. Tieto pomedardovské dažde chodia s pravdepodobnosťou okolo 60%. Vidiečania sú si dokonca takí istá, že tvrdia: „**Na svätú Máriu Magdalénu čakaj dážď, chodí s plačom**“. Ľudia o príčine obávaných magdalénskych dažďov oddávna hovoria, že kajúcnica Mária Magdaléna oplakáva júlovými dažďovými kvapkami umučeného Ježiša Krista. Jedna z pranostiek konštatuje:

„Svätá Anna zožala, čo Margita začala“

26. júl patrí ručiteľke slnečného leta Anne. Leto svätej Anny je vyvrcholením horúcich dní a vítajú ho aj ženy vo vyššie položených regiónoch. Pravdivá je aj pranostika: „**Svätá Anna chlieb podáva**.“ Iná skúsenosť predkov vraví, že „**Svätá Anna slnkom požehnáva**“

V minulosti niesol tento termín už i prvú pripomienku ochladenia, prelom týchto dní sa považoval za predel medzi letom a jeseňou, čo vyjadrovala. pranostika „**Anna chladno zrána**“. Toto obdobie sa považovalo za vhodné na okopávanie kapusty a zemiakov „**včera bolo Jakuba, dneska je Anny, aby krumple narástli, ako naše hlavy**“ Na Annu môžu zaveštiť pohromu mravce. Ak si budujú vysoké mraveniská, treba rátať s tuhou zimou.

Webáčik debatuje pri šálke čaju

JÚL pomáha telu poradiť si s horúčavou

Ľudia sa v júli delia na dva tábory. Jedni sa tešia stúpajúcemu teplomeru, druhí hľadajú tieň, pretože ich organizmus je preťažený. Treba urobiť všetko, aby ste horúčavy prekonali v pohode a zdraví.

- zvýšte pravidelný pitný režim aspoň o 1a ½ litra tekutín v podobe nesladených čajov, minerálky, pramenitej vody . Nepite príliš studené nápoje, nepoužívajte ľad.
- s príchodom horúcich dní si rozdeľte jedlo na sedem malých dávok. Vyhnite sa ťažkým jedlám dajte prednosť ovociu a zelenine.
- najideálnejšou zeleninou pre toto obdobie sú uhorky. Zásobujú organizmus tekutinou, minerálnymi látkami a hasia smäd. Sú bohatým zdrojom draslíka a horčíka. Pôsobia močopudne, uľahčujú prácu srdca, poradia si s opuchmi končatín, čistia a vyhladzujú pleť.
- pri jazde autom zvýšte príjem tekutín, necestujte pokiaľ v aute nemáte nachystanú vodu.
- obmedzte na minimum pitie kávy a alkohol, počkajte, kým zapadne slnko.
- ak máte pocit, že vás teplo udusí, nechajte si na zápästia tiecť studenú vodu, alebo ponorte do studenej vody ruky po lakte a pohybujte nimi aspoň minútu sem a tam. .

- nenechajte sa odradiť a využite pôsobenie potravinových doplnkov aj v letných horúčavách napríklad po uštipnutí hmyzom., kožných problémoch spôsobených slnkom, poraneniach spôsobených pri športe ap. urobí nenahraditeľnú službu Audiron, alebo Oraklin

Webáček radí

Slnko a Mesiac v znamení zverokruhu Rak

Rak sa podobá širokej rieke vlievajúcej sa do priehrady, ktorá namiesto energie produkuje city. Svet pocitov – ako pri všetkých vodných znameniach - nadobúda hĺbku a závažnosť, núti premýšľať nad detstvom, vzťahmi s rodičmi, prehodnocovať vzťahy so svojimi deťmi.

Citlivosť a sentimentálnosť týchto dní nenechajte prerásť do prehliadky stratených možností. Na minulosti, ktorá sa stala nikto nič nezmení. Neokrádajte sa o príjemné prežívanie prítomnosti. Nikto nie je taký starý, aby nemohol začať s nejakou zmenou, ktorá mu pomôže uľahčiť život teraz hneď

Postavenie planét v znamení Rak pôsobením svojej energie uvádza do nepokoja oblasť žalúdka, pohrudnice, spodnej časti pľúc, bránice, ovplyvňuje lymfatický systém.

☉ rak reaguje na prebdené noci a alkohol. Ráno po prehýrenej noci vás nájde dolámaných a s kruhmi pod očami. Ak viacnásobne silnejšie zaťažená pečeň v noci nemohla regenerovať, spôsobuje koliku, bolesti, pálenie záhy, migrénu.

Ak ste sa oslave nemohli vyhnúť konzumujte len ľahkú stravu, popíjajte minerálku, alebo horký čaj po malých množstvách. Preťažený žalúdok štrajkuje a výdatný pokrm, alebo väčšie množstvo tekutiny neznesie.

☽ Z bylín na regeneráciu zaraďte do jedálnička častejšie trezalku, harmanček, žihľavu, reďkev čiernu, šalát zo surovej cvikle, cesnak.

☾ ženy mávajú problémy súvisiace s preťažením lymfatického systému v oblasti prs

Bolesť a nepríjemné napätie zmierni jemná masáž krúživými pohybmi s použitím sisalovej rukavice s príjemne teplou sprchou so silnejším prúdom vody pod prsníky a pod pazuchy. Celú oblasť dobre prekrví

☾ precitlivosť a pocity samoty – nikto ma nemá rád a nikto si ma neváži, premôžete podporou buniek nervového systému čajom z medovky, alebo trezalky.

Zapáľte sviečku, pustite relaxačnú hudbu a verte, o chvíľku bude lepšie - aj staré čínske príslovie hovorí - „Žiadna tma netrvá sto dní“.

Webáček pomáha zachovať dedičstvo predkov

Počúvaj svoje telo. Neignoruj signály svojho tela

U detí pestuj návyk správneho a pravidelného vyprázdňovania.

Načúvaj hudbe svojho tela, alebo jeho výzvaniu. Je to veľmi dôležité nielen pre zdravú výživu a trávenie, ale aj pre ozdravenie a regeneráciu vlastnými silami. Je nevyhnutné správne pochopiť zvuky a signály tela a naučiť sa jeho reč.

Pravidlom je nikdy nejesť viac, ako predpisuje pocit hladu. Naši predkovia vedeli, že pri ochorení sa hlad neprihlási, preto nejedli nič ťažké, prijímali veľa tekutín a oddychovali. Využívali silu prírody a užívali ju v podobe bylín. Veľmi dôležité bolo pravidlo tráviacich a vylučovacích procesov. Dnes sú tieto pravidlá veľmi potláčané, zanedbávané a sú príčinou mnohých problémov. Pomalé spracúvanie obsahu črevom spôsobuje otravu tela. Disharmonické tráviace procesy sa prejavia zápchou, v tele zostávajú jedy, ktoré sa nemôžu vylúčiť stolicou. Nedostatok vody v tele zastavuje metabolizmus, organizmus hromadí odpadové látky v bunke.

nepravidelné vyprázdňovanie

spôsobuje zotrvávanie potravy v črevách, spomaľovanie až zastavenie práce steny čreva, podporuje rozmnožovanie nežiadúcej mikroflóry, ktorá poškodzuje organizmus

- k regenerácii narušenej črevnej flóry pomáha denne pohár kefiru, cmaru, jogurtu, 100g kyslej kapusty, alebo deci kapustovej šťavy. Šípkový čaj, alebo šípková tinktúra pomáhajú najmä starším ľuďom obnoviť vstrebávanie vitamínov z čreva

- nepoužívajte chemické prehľadlá, nepotláčajte nutkanie na stolicu. Beriete tak prirodzenú prácu svojim črevám, nečudujte sa potom, že si na ničnerobenie rýchle zvyknú
- ak máte sedavé zamestnanie, začnite sa viac pohybovať. Denne si doprajte poriadnu prechádzku, najlepšie v rezkom tempe
- jedzte dostatok vlákniny, zabrat' môžu sušené marhule a slivky, jablká a nie veľmi zrelé banány. Priaznivo pôsobia živé jogurty a surová kyslá kapusta.

Webáčik prezradil Borelióza a čo ďalej ...

Stáva sa čoraz častejšie, že z prechádzky prírodou si namiesto dobrého pocitu z oddychu, prinášame domov v koži zahryznutého kliešťa. O niekoľko dní sa môžu objaviť prvé príznaky nebezpečného ochorenia. Všeobecne je známe vírusové ochorenie mozgu a mozgových blán, ale okrem toho sa čoraz častejšie vyskytuje aj ochorenie, ktoré vyvolávajú baktérie boreliozy, ktoré žijú v lese v tele niektorých zvierat, vtákov a drobných cicavcov. Kliešť spolu s ovadom a mušičkami sa stáva ich prenášačom. Keď mu pri poštípaní človeka rozpučíte tielko do drobnej ranky sa dostane červný obsah prenášača spolu s baktériou.

Prvé štádium môže prebehnúť veľmi nenápadne, u niektorých jedincov sa ani nevyvinie.. Za niekoľko dní až týždňov po uštipnutí vzniká na koži červený fľak, ktorý zmizne a znova sa vytvorí na inom mieste kože.. Ďalším prejavom môžu byť drobné hrčky v koži.. Oba príznaky sú sprevádzané známami chrípky – bolesti hlavy, kĺbov, únavy, zvýšená teplota.. Ak príznaky nie sú veľmi nepríjemné, postihnutý sa často prelieči sám, a k lekárovi ani nejde. Nebezpečenstvo spočíva v prehupnutí sa do druhého štádia a chorý ani netuší, že sa mu v tele množia baktérie, ktoré neúprosne napádajú jednotlivé orgány.

Druhé štádium postihuje celé telo. Vznikajú zápalové ložiská kĺbov a kĺbových puzdier - bolestivosť, zdurenie, na koži sa objavujú červené fľaky, ktoré miznú a premiestňujú sa. Vznikajú problémy srdca a pečene. Ochorenie sa stupňuje až do postihnutia nervového systému.. Vznikajú príznaky ochorenia mozgu, mozgových blán, postihnutý trpí urputnými bolesťami hlavy, môže dôjsť až k ochrnutiu niektorej časti tela – nemožnosť zavrieť oko, ovisnutý ústny kútik, škúlenie, bolesti hrudníka, ap.

Zákernosťou ochorenia je štádium, keď chorý po niekoľkých mesiacoch alebo až rokoch už dávno zabudol na poštípanie a obraz ochorenia pripomína vždy nejaké iné vnútorné ochorenie niektorého orgánu., kĺbov či nervu. Typické je opakované vracanie sa problému a nedarí sa dosiahnuť úľavu.

Diagnózu boreliózy s určitosťou potvrdí vyšetrenie krvi. Ak sa včas zvolí správna liečba, prognóza ochorenia je dobrá a infikovaný človek sa jej môže zbaviť bez následkov.

Je potrebné

- *nebrat' na ľahkú váhu žiadne poštípanie hmyzom, aj keď to nie je kliešť*
- *pri akomkoľvek podozrení nechať si vyšetriť krv*
- *nečakať pri pozitívnom výsledku, liečbu zahájiť okamžite aj cez alternatívnu medicínu*
- *podporiť liečbu intenzívnou detoxikačnou kúrou.*
- *každé poštípané miesto podľa možnosti čo najskôr dezinfikovať, nosiť v príručnej taške so sebou do prírody AUDIRON, Oraclin*
- *po príchode z prírody dôkladne prezriete všetky záhyby na tele sebe aj u detí*
- *ak už je v koži kliešť, nepodľahnúť panike, miesto okamžite dezinfikovať liehom, Audironom, alkoholom, koňakom, potriete olejom a po zadusení parazita vytočiť v protismere hodinových ručičiek, alebo navštíviť zdravotnícke zariadenie*
- *skontrolovať či sme vybrali parazita celého*

**Váš Webáčik Zuzul'ko
www.bielapyramida.sk**