

Jaro je doba zázraků



Před kopřivou smekni

Příroda se otevírá, probouzí se vegetace. **Ve svěže zelené trávě se objevují první léčivé byliny.** Jako první se ukáže moje nejmilejší léčivka, **kopřiva**. Má v sobě sílu matky země a já jí přikládám obrovský význam. Když ji začnu sbírat, je to pro mne krásný rituál. Poděkuji přitom přírodě, že je mi dovoleno její dar posbírat a užívat, protože všichni jsme její součástí. Často na to v dnešním přetechnizovaném světě zapomínáme, ale měli bychom se občas zastavit a uvědomit si to.

Kopřiva má tu úžasnou vlastnost, že kromě toho, že obsahuje mnohé vitamíny, minerály a stopové prvky, čistí náš organismus. **Očistná kopřivová kúra má pro nás obrovský význam po dlouhé zimě a budeme z ní čerpat po celý rok.** Tuto nezdolnou rostlinku přidáváme do salátů, samozřejmě by neměla chybět ve velikonoční nádivce, děláme výluhy, které pijeme anebo si v nich můžeme mýt vlasy.

Bylinky můžeme pít dvakrát i třikrát denně, ale pozor, **kopřiva by se měla pít jen deset dní, pak týden pauza a teprve po ní znovu.** Málokdo ví, že kopřiva se může sbírat jenom do začátku května, pak už ztrácí svou sílu. Můžeme si ji samozřejmě do té doby také nasušit.

Sedm krás má sedmikráska

Záhy rozkvétají **sedmikrásky**. Je to bylinka velice roztomilá, poetická a má skutečně sedm druhů barev svých okvětních lístků od bílé až do bordova a také **sedm léčivých účinků - na vlasy, na klouby, na žaludek, na pleť, na zažívání, na střeva, ale i ženské problémy.** Její další předností je, že najde

uplatnění nejen ve formě bylinného čaje, ale i jako součást přípravy zajímavých pokrmů.

Čerstvou ji dávám **do jarních polévek, posekám do salátů, posypu s ní těstoviny**, zkrátka přidávám ji všude, kam to jen jde. Má ten dar, že je nenásilně čisticí, můžeme ji sbírat celoročně, pokud roste, ale teď na jaře má největší sílu. Mám k ní velikou úctu.

Malá sluníčka

Pak začnou vykukovat **pampelišky**. Smetánky lékařské, abychom dali odbornému termínu zadost. Když se na ně podíváme - tak ta jejich zlatá záře přitahuje přímo magicky, sálá z nich pozitivní energie. **Můžeme sbírat buď list, kvítky anebo i kořen, dobře čistí játra, žlučovody**. Kořen však někomu nemusí udělat dobře, pokud je citlivější na hořčiny.

Drobné lístečky, které vyrůstají co nejbliže ke stvolu, posekáme do polévek i salátů ale i do dalších jídel, fantazii se meze nekladou. Už naše babičky znaly výborný **pampeliškový med**.

Příroda nabízí své dary

Na jaře bychom si měli dopřát nejenom očištnou kúru využívající čerstvé léčivé byliny, ale **vůbec se co nejdříve přiblížit přírodě**. Protože ta se otvírá, je to pohyb energie jako takové. Během všech dalších ročních období už se nestačíme očistit tak jako na jaře. **Stačí přitom málo - procházet se, vnímat krásu přírody**, začíná se čistit naše aura a potom i čakry a meridiány, dráhy, které procházejí celou naší bytostí.

Posvátná energie

Právě v jarních dnech máme pocit, že přijde něco krásného. Jaro a Velikonoce beru nejen jako symbol očisty, ale i nového začátku, já skutečně v tomto období cítím posvátnou energii. Najdeme ji v lese, na stráních, v bublajícím potůčku. Naši duši čistí i bzучení včelky, let motýla. A hlavně se vyplavují z podvědomí negativní myšlenky i vzpomínky.

Kámen nás osloví

Dělám dlouhé vycházky a vždycky si domů přináším plné kapsy kamínků. Vidím jich deset a nic a pak jeden zavolá - tady jsem! Kámen je můj, **má krásné magnetické pole**, které mi dělá dobře. Jsem kameny a kamínky obklopená a říkám jim hýčkáci. Nějaký čas u mne pobudou, pak je často rozdám mezi klienty.

Zázračné stromy

Stromy jako takové, v lese, v sadu, všechny působí blahodárně. Procházíme se sadem, kde se začíná probouzet jabloň, třešnička, co z toho cítíme - příslib vonných květů, znovuzrození plodů, které nás potěší svou chutí a dají nám zdraví. Stromy já objímám, přitulím se k nim a děkuji jim, že jsou a dávají mi sílu.

Jarní začátek a víra v sebe

Lidé, kteří stále naříkají a litují se, ti se nemohou divit, že si smůlu přivolávají. Ale **ti, kteří trpělivě a statečně snášeli řadu let svoje problémy a starosti, mají letos, a právě teď na jaře, šanci najít štěstí**. Je v tom síla jednoty, myšlení a víry sama v sebe. Ne pomůcky, jako jsou karty a křišťálová koule, ale víra sama v sebe. A to je ta nejvyšší síla, která může být.

Povídání Ivany Reginy Kupcové-Sádlové zaznamenala Jana Kořínková