



www.wmmagazin.cz

WM MAGAZÍN

OBILOVINY ZPŮSOBUJÍ ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY
NEZNÁMÁ CIVILIZACE NA ÚPATÍ ELBRUSU
OČKOVÁNÍ PO PADESÁTCE

č. 185
5/2017

PRAVDA O POTRAVINÁCH

Kuřecí kůže a samá éčka. To nesežere ani pes a oni to prodávají lidem. Evropská unie nikdy nezkontroluje, kolik drůbežího separátu nacpou výrpbci do párků či salámů.

KÓTA ZULU 664 PYRAMIDA NA SLOVENSKU?

Koncem roku 2016 jsem navštívil s Dr. Samem Osmanagichem, ředitelem Nadace Bosenská pyramida Slunce, lokalitu u Rudňan. Bezejmenná hora ve tvaru pyramidy je na mapě označena kótou 664. Na základě nových poznatků jsme kopec pojmenovali KÓTA ZULU 664.





MPG30

Generátor MPG 30 je určen pro testy polárního testování magnetické ochrany elektroniky na vnější magnetická pole. Generátorem MPG 30 lze působit na anorganické a organické materiály.

magnetický pulsní generátor

Magnetic Pulse Generator
www.becktecktechnology.cz

Nepřipojujte MPG30 na měnič napětí v automobilech!
Hrozí poškození, na které se nevztahuje záruka.

Generátorem MPG30 lze působit na anorganické a organické materiály.



Magnetický pulsní generátor MPG30 je český produkt. Prohlášení o shodě pro EU.

Základní body pro přikládání pulsní cívky

1. Jakýkoliv anorganický a organický materiál
2. Lymfatické uzliny a orgány
3. Místa zánětu, otoky, přetížení
4. Místa známých nádorových buněk
5. Játra jsou orgánem látkové výměny
6. Slachy, kosti, klouby
7. Magnetické pulzy rychle uleví a odstraní příčinu bolesti
8. Solar plexus, bod na hrudi, je nervový spletenec, který propojuje dutiny břišní, plíce, srdce a mozek

Po 20 minutách provozu MPG30 vypněte a nechejte cívku vychladnout.



Uklidňuje a tlumí bolest
Neutralizuje bakterie
Neutralizuje výrůstky
Reguluje záněty
Uklidňuje nervy
Eliminuje bolest
Tlumí hyperaktivitu orgánů
Okysličuje
Zvyšuje zásaditost
Stahuje tkáň
Kontroluje krvácení
Rozpouští tuk

Severní magnetický pól. Nejlepšího výsledku dosáhnete, když cívku otočíte k zemskému severnímu magnetickému pólu.



Ovlivňuje polaritu tekutin
Podporuje růst
Hojí a regeneruje
Upravuje špatný krevní oběh
Stimuluje vnitřní orgány a žlázy
Vytlačuje toxiny z lymfatických žláz do krevního oběhu

Jižní magnetický pól. Nejlepšího výsledku dosáhnete, když cívku otočíte k zemskému jižnímu magnetickému pólu.



RŮZNÉ DRUHY VYUŽITÍ: Polarizace vody, podpora růstu rostlin, zlomeniny u lidí a zvířat. Magnetické pulsy jsou bez vedlejších účinků.





Pravda o potravinách

Platí u potravin, že čím jsou dražší, tím kvalitnější? Člověk z branže hovoří, že od všech dostáváme to stejné. Miroslav Spišiak (66) byl oblastní ředitel pro východní Evropu ve firmě dodávající pomocné suroviny výrobcům potravin se sídlem v Rakousku. Později přešel na druhou stranu barikády, angažuje se ve spotřebitelské oblasti, publikuje a přednáší.

Dělají výrobci potravin záměrně svinstva a prodávají horší kvalitu?

Samozřejmě! Přečtěte si tuto etiketu na párcích, které byly

kdysi lidové a daly se jíst. Hm, 55 procent vepřového masa, 1 procento hovězího, kuřecí kůže..... a kolik éček? Jeden, dva, tři... čtrnáct. Tři druhy zahušťovadel, sója, výrobek může obsahovat stopy mléka, vajec, hořčice.

To je šok. Kuřecí kůže a samá éčka. To nesežere ani pes a oni to prodávají lidem. Evropská unie totiž schválila po splnění stanovených podmínek výrobcům červeného masa i užívání masa drůbežního a nikdo nikdy nezkontroluje, kolik drůbežního separátu nácou do párků či salámů. Do takových výrobků je třeba přimíchat hromadu aditivních látek, aby držely pohromadě. Optimální pácky jsou podle vzoru 40 – 30 – 30, tudíž 40 procent libového vepřového, 30 procent tučného a 30 procent vody. Není to zdaleka to co nám prodávají.

• Obsah

Pravda o potravinách	... 1
Život bez pšenice	... 7
Kypr odstraní Wi-Fi z mateřských a základních škol	... 13
Zdraví, náš životní úděl	... 15
Váš lékař se může mýlit až v 88% případech	... 20
Očkování proti chřipce u lidí po padesátce 22
Tajemství neznámé civilizace na úpatí hory Elbrus	... 24
Evropané jsou uprchlíci ve vlastních domovech 27
Kóta ZULU 664	... 28
Pojem mystiky, zvláště křesťanské	... 34

Jsou tam i fosfáty. Na co dávají do potravin fosfáty?

Když se kdysi porážela zvířata a maso se za tepla zpracovávalo, tak v něm byl přirozený fosfát, který vázal vodu a nebylo třeba nic přidávat. Dnes se v průmyslové velkovýrobě maso zpracovává nejprve za 48 hodin po porážce, fosfát se mezitím odbourá a do výrobků ho musí přidat uměle. Vyrábí se v chemické továrně, stejně jako fosfáty, které se dávají do pracích prášků.

Jsou tyto párky nebezpečné?

Jsou především nechutné a informace na etiketách nečitelné. Mně jako zákazníka uráží, že údaje o složení výrobku jsou napsané tři-čtvrtě milimetrovým písmem, když doporučení k dávkování zabírá třetinu obalu.

Co nám říká informace, že je v párcích například čtrnáct druhů éček?

Že výrobce tam dal velmi málo masa, nahradil je sójou a éčka přidal, aby vytvořil barvu, chuť, konzistenci a trvanlivost.

Jsou éčka nebezpečná?

Jsou to v EU schválené potravinářské přísady. Já se raději vyhýbám potravinám, v kterých je jich více než pět. Sice nejsou přímo nebezpečné, ale Evropská unie neřeší možné následky dlouhodobým přijímáním potravin v takovém množství. Osmnáct let jsem pracoval na manažerském postu, ve firmě, která dodávala firmám pomocné suroviny a koření. Tolik let jsem dokonce musel jíst výrobky na degustacích, nebo jsem je předváděl po celé východní Evropě. Ke konci jsme se již naučili losovat kdo z nás bude ochutnávat. Nikdo to nechtěl, protože jsme po konzumaci mívali „běhavku“. A to jsem pracoval pro rakouskou firmu, která měla určitou kvalitativní hranici, která „nepodléžala“.

Přímo jste se podíleli na zhoršování kvality potravin, když jste takové pomocné suroviny prodávali.

Z počátku ne, protože jsme přinášeli nové technologie. Později jsem i já těžko odolával tlakům našich zákazníků. Proto jsem přešel na druhou stranu a o problému začal hovořit. Když jsem skončil, tak jsem měl o 20 kilogramů více, než teď. Také jsem měl vředy na žaludku, dvanácterníku a cukrovku.

Šéfové velkých potravinářských firem tedy asi nejedí vše, co vyrobí...

O tom nepochybuje. Ani si nedokážete představit, co někteří požadují od dodavatelů. Například se ptali – kolik koniny můžou dát do výrobku namísto hovězí, aby to nebylo citit? Dostali odpověď, že 5 procent. Ptali se: Když dáme více, máte něco, čím by se to dalo přebít? Dostali odpověď:



Máme. Takto to opravdu funguje. Několikrát ročně připluje do Hamburku velká loď naložená mraženým koňským masem z Kanady, Čile, nebo Argentiny.

Nedávný skandál s přidáváním koňského masa do hovězího není nic nového?

Skandál ano, přidávání ne. Když jsem do firmy v roce 1992 nastoupil, tak to již výrobci dobře znali. Svinstvo není ani to, že koňské maso přidávají, ale to, že tuto informaci na etiketě neuvědomí. Podvádějí. Prodávají výrobek, jako by byl vyroben z hovězího masa, ale je v něm i laciné koňské.

Můžeme takto paušálně hovořit o všech výrobcích?

Nejsem již v byznysu 5 let, ale neznal jsem nikoho, kdo by to nezkoušel. Jestli se nakonec všechny takové pokusy dostaly na pulty nevím. Nelhalo se jen s koninou. Dával se například hovězí lůj do vepřového sádla. Hovězí játra, která se jinak zpracovávají jen jako krmivo pro psy přidávali do nejjemnějších francouzských paštik. Jediným cílem bylo zlevnit výrobu.

Při letošním skandálu s koninou zjistili koňské maso ve výrobcích podle DNA testů, tudíž jsou potraviny pod stále větší kontrolou. Nebo ne?

Nejistili to kontrolou DNA. Testy prováděli až dodatečně, aby potvrdili informace, které dostali. Většinu potravinových skandálů neobjeví kontroly, ale vždy jde o informaci zevnitř. Výroba potravin je řetězec jednotlivých článků, které začínají někde na poli a končí na vašem talíři. Každý z těchto článků musí profitovat a jestli je některý nenažraný, tak si vezme více. Potom se skandál někdy provalí. Testy DNA se na primární zjišťování obsahu nikdy nevyužívaly a dle mého názoru tomu tak nikdy nebude, protože jeden test stojí 400 eur a trvá týden. Dokážete si to představit, když jedna továrna



produkuje denně 25 druhů výrobků a z každého 3 várky. Kdo by to zaplatil, kdyby brali z každé várky vzorky?

Takže koninu jíme v masových výrobcích stále?

Nevím. Pravděpodobně ano. Větší svinstvo je ale drůbeží separát. Po zabití kuřete se odstraní prsa, stehna, křídélka. Zbytek včetně kostry jde do separátoru a vymačkají z něho bílkovinou břečku. Dnes ji nazývají MDM, zní to vznešeněji. Na Slovensku, V Maďarsku, Česku a dalších zemích najdete málo drůbežích výrobků, které by skutečně byly vyrobené z drůbežího masa. Většina je ze separátu. Někdy jej přidávají i do jiných výrobků.

Do jakých?

Například do výrobků z červeného masa. Pokud se výrobce trochu krotí a nepřidává separátu příliš, tak to nikdo nezjistí. Ale například rakouští, němečtí a pravděpodobně ještě někteří výrobci se dobrovolně vzdali používání drůbežího separátu. Tudíž rakouské drůbeží párky jsou převážně vyrobeny z masa. I oni chtějí vydělat, ale existují určité hranice, které mají asi někde jinde.

Může se stát, že stejný výrobek od stejného výrobce má jiné složení např. v Rakousku, než na Slovensku?

Dokážu si to představit. Znal jsem rakouské a německé výrobce,

kterí pro východní trhy vyráběli jiné masové výrobky.

Na jedné lince změni poměry a určí, že toto jde na Východ a toto na Západ?

Je to jen otázka receptury. Když si řeknou, že například třetí várka bude taková a taková, dají do ní emulzi vyrobenou z kůží, přidají něco jiného a hotovo. Je to zcela legální, nejde o podvod, vše je „orazítované“ Evropskou unií. To je na tom to hrozné, že hodně špatných věcí se dělá zákonným způsobem a zabalí to jen do věty, že chtějí vyhovět jiným zvyklostem spotřebitelů. Netvrdím, že jsou paušálně všechny potraviny takové, ale je jich velké množství.

Může být pravda, že kuřatům dovážených na Slovensko z Asie dávali růstové hormony a antibiotika, aby rychleji rostla?

Nejen těm, ale nemůžu vám to dokázat. Co si ale máte myslet, když za 38 dní vyroste z čtvrt-gramového kuřete dvoukilový kousek. Máme věřit, že nedostávalo hormony a vyrostlo přirozeně? Antibiotika jíme i v rybách z chovu. Musíte dávat velký pozor na to, co si kupujete. Například lososa z chovu, anebo lovu. Ne etiketě je to uvedené. Kupte si raději z lovu, protože ryby z chovu můžou krmit malými sardinkami smíchanými s antibiotiky.

Ted' je celkem populární ryba pangasius z Vietnamu, ale



o ní se kdeco taky psalo. Je špatná?

Ja pangasius raději nejím. Viděl jsem německý dokument o tom, jak se pangasius pěstuje. Nevím, nakolik byl pravdivý, ale bylo mi špatně i u obrazovky. Jenže v globálním světě není nikdo čistý.

Takže co jíme? Je to, co si kupujeme v obchodech tak nekvalitní?

Kvalita je subjektivní. Jestli vám to chutná, je to pro vás kvalitní. Mně nechutná. Vše obsahuje velké množství tuku a velmi mnoho cukru, které jsou obsaženy i u masných výrobků. A samozřejmě není pravda, že čím dražší, tím kvalitnější. Dostáváme to stejné.

Proč jsou potom tak výrazně rozdílné ceny?

Rozdílné ceny jsou důsledkem obchodní politiky výrobců, způsobu balení, anebo drahé reklamy. Například většina výrobců masných výrobků nenakupuje

u domácích chovatelů. Prasata pocházejí z velkochovů v Dánsku, Holandsku, nebo Německu. Průmyslový způsob výroby je i tady. Prasata se poráží na velkých jatkách.

Jakých?

S tisícovými kapacitami. Potom je velkoobchodníci prodávají dále. Do výroben je prodávají čím dál méně v půlkách, ale čím dál více jako nasekané na kousky. Velkoobchodníci to nabízejí po celé Evropě velkovýrobci a pokud někdo hovoří, že původ potravin se dá těžko vysledovat, je pro ně k smíchu. V té vaně plné vepřových kousků nevysledujete nic. Můžete se spolehnout jen na to, co vám řekne dodavatel. A já bych rozhodně na to nespolehal.

Jíme tedy horší kvalitu, než například sousední Rakušané?

Z mého pohledu co se kvality týče ano. Já nakupuji hodně v Rakousku. Na Slovensku kupuji

jen pivo a minerálku. Proč? Protože jsem v potravinářství pracoval 18 let. Jedna ze spotřebitelských organizací učinila testy složení značkových produktů a přišla na to, že například jeden nejmenovaný populární nápoj obsahuje v dvoulitrové láhvi tolik cukru, jako by v ní bylo 84 kostek. Jenže Slovákům, Čechům, Bulharům a dalším nedopřejí ani ten cukr.

Čím tedy cukr nahrazují?

Značnou část cukru nahrazují izoglukózovým sirupem, který má stejnou sladící schopnost, jen jej třeba užít méně a o to více můžou přidat do nápoje vody. Dokonce káva dovážená pro některé východní státy obsahuje až pět procent obilnin.

Napříč tomu je ten nápoj v Rakousku možná stejně drahý jako na Slovensku...

Není, v Rakousku je levnější. Rakouští obchodníci nejsou až tak nenažraní. Mají nižší obchodní

marže. Stejně supermarkety si tam dovolují méně, než u nás, protože u nás jim to dovolíme. My všichni. Jsme benevolentní.

Často se hovoří, že potraviny u nás jsou levné, protože jsme chudobní.

Chiméra. Podívejte se na oficiální čísla ze stejné sítě supermarketů. 250-gramové máslo stálo včera na Slovensku 1,78 eura, v Rakousku 1,39 eura a v Německu 0,85 eura. Kdyby v Německu prodávali v supermarketu toto máslo za 1,78 eura, tak by se jim zákazníci vysmáli. Filozofie, že máme levné potraviny, protože jsme chudobní jednoduše nesedí. Němci by potom museli být o polovinu chudobnější. Zvykli jsme si přijímat filozofii obchodníků a hovořit o ni jako o pravdě. V médiích se objeví informace, že je špatná úroda a supermarkety hned ječí, že se budou zvedat ceny. Jejich výmluvy jsme si osvojily namísto toho, abychom hledaly jiné zdroje.

Zákazník ale nemá mnoho šancí. Kde si sežene jiné zdroje potravin?

Já mám například své dodavatele masa, kteří jsou příliš malí na to, aby dodávali do supermarketů. Zeleninu mám v sezóně od sousedů. Diverzifikace nákupů potravin začíná být populární i na Západě.

Ale zeleninu a ovoce od sousedů máte jen v létě a na jaře a v supermarketech je vždy.

Kdo potřebuje jahody uprostřed ledna? Jen zlá macecha v pohádce. Jenže nám natlačili do hlav, že mít jahody v zimě je fajn, i když jejich cesta k nám trvá i týden. Nemají chuť, nevoní, jsou jen pěkně barevné a drahé.

Problém levných potravin na Západě tkví možná i v tom, že tam mají zemědělství více dotované.

Je více dotované, ale ne tolik, aby byly tak velké rozdíly v cenách. Problémy s potravinami nastaly

počátkem dvacátého století, kdy se z výroby potravin stal průmysl. Ekonomické ukazatele dostaly přednost před zásady výživy. Dospěli jsme do stádia, kdy na evropských pultech dnes leží 170 tisíc druhů potravin a stále se spekuluje jak a kde je ještě inovovat. Výroba potravin je globalizovaná, musí se vyrábět jinak, jako kdyby je dělali doma. Upravovat, konzervovat, přidávat látky, aby to nějak vypadalo po celou dobu spotřeby a aby to přežilo transport. Jenomže prvotní suroviny se tím ničí.

Pokud je tedy na trhu 170-tisíc výrobků, tak si lidé můžou vybrat kvalitu a nemusí si kupovat špatný produkt.

Když začal Henry Ford vyrábět průmyslově automobily, tak řekl: U mně dostanete automobil jakékoliv barvy, pokud bude černá. To samé platí i pro potraviny a je zbytečné zmiňovat, že na evropských pultech jsou tisíce výrobků a u nás dostanete jen to co vám obchodník nabídne.

Čím dál více populární a i dražší jsou biopotraviny. Jsou dobré?

Geniální nápad, ale většinou podvod. Co jsou biopotraviny, když je oficiálně povolené používat v nich 50 druhů éček? I ty éčka jsou vyrobeny biotechnologií? Momentálně je na trhu 56-tisíc druhů potravin s nálepkou bio, což se již blíží ke třetině všech potravin na trhu. V Německu vypukl skandál s vejci, jakmile se zjistilo, že farmář dodával na trh milióny vajec deklarovaných jako bio a většina kuřat byla přitom chována

v klecích. Představte si, že by měl dodávat vejce v bio kvalitě do velké sítě supermarketů. Velmi těžko by dokázal zvládnout toto množství, kdyby jen sbíral vajíčka, které slepice poztráceli po farmě.

Zastánci biopotravin ale hovoří, že přísná kontrola špatná vejce odhalila, tudíž trvat na bio kvalitě má význam...

Víte jak ta „přísná“ kontrola odhalila skandál? Že jim to vyzradil bývalý zaměstnanec farmy, kterého vykopli. Pil jsem bio-vodku i bio-víno. Ať mi někdo vysvětlí, jak můžou zkontrolovat, že je vodka bio? Při její výrobě musí následovat stovky kroků. A nebo v Německu je velko-pekárna, která vyrábí bio-chléb. Kvašení ale podporují enzymy. Taky se zjistilo, že i suroviny si nechají dovážet. Firma chléb jen peče a chlubí



se, že rozváží bio-chléb po celém Německu a i na sever Itálie. Jak to může být bio, když těsto předmíchají, stabilizují a týden s ním manipulují.

Před časem jste přeložil



Peter Brenkus, acs, aktuality.sk

knihu německého autora Thila Bosého zvanou Falšovatelé jídla. Jeho údajně potravináři nenávidí.

Právě tento případ o bio-chlebu je z jeho knížky. On například popisuje, jak s posvěcením Evropské unie začínají výrobci snižovat gramáž potravin s tím, že ceny nechají stejné. Thilo Bode založil a vede spotřebitelskou organizaci Foodwatch a je fakt, že jej většina potravinářů nenávidí. Často vystupuje v televizních pořadech, jezdí po zemi a momentálně vede i spoustu soudních sporů. Na příkladech uvádí, jak nás výrobci nachytávají hezkými obaly a nápisy wellness, bio a podobně. Připomíná, že výrobce jistého jogurtového nápoje, který je známý i u nás, musel v Americe zaplatit 35 miliónů eur jako mimosoudní vyrovnání, protože sliboval po vypití nápoje vše možné.

Patří dnes potravinářství mezi největší byznysy?

Ano, vždyť například v Německu jdou na reklamu potravin větší prostředky, než na reklamu automobilů, i když je Německo

automobilová velmoc. Je to ohromný byznys, protože každý potřebuje jíst.

Bude to takto pokračovat?

Věřím, že lidé jednou začnou přemýšlet o tom co jedí. Potom se vzpamatují i firmy, protože jsou velmi citlivé na svůj obrat. Důležité je také si zvolit politiky, kteří něco změní. Roky se hovoří o pastech na děti, které jsou u pokladen – vystavené cukrovinky. Tam začíná závislost. Jestliže budeme mít politiky, kteří neřídí společnosti, mohli by tento problém zlikvidovat. Samozřejmě se jedná o globální problém.

Slovenský ministr zemědělství Jahnátek začal po svém nástupu dost ostře jmenovat všechny nedostatky v supermarketech, na které přicházejí kontrolori.

Byl jsem šokovaný, jak ostře po nich šel, ale tehdy jsem se s jedním kolegou vsadil, že byl tak tvrdý naposled. Sázku jsem vyhrál. Až nedávno po dlouhé době připomněl nějaký supermarket, ale tam jedli potkani balené kuřata a to už říct musel.

Co polské potraviny? Jde o tak špatnou kvalitu, jak v médiích prezentují?

Tam je problém od socialismu, protože v Polsku neexistovala zemědělská výroba. Měli jen malé rolníky a neměli ani příliš rozvinutou potravinářskou velkovýrobu. Když se později připravovali na vstup do EU, tak odpadlo mnoho výrobců, kteří nechtěli investovat a nesplnili evropská kritéria na vybavení výroben. Existuje ale podmínka, umožňující je prodávat na domácí půdě. Může se vyrábět i ve špatných podmínkách, ale jen pro domácí trh.

A oni je vyváží...

Staré přísloví hovoří, že pokud fena nechce, pes neskočí. Myslíte si, že ty nákladní vozy naložili polským masem jen tak a jeli na Slovensko bez toho, aby měli kupce? Ne, měli u nás odběratele, kteří si u nich zboží objednali. Takže nejde o polský problém, ale o náš.

zdroj:
zivot.azet.sk;

překlad:
svobodnenoviny.eu

Život bez pšenice

Zalistujte si někdy v albech svých rodičů a prarodičů a s největší pravděpodobností vás praští do očí, jak byli všichni štíhlí. Řekl bych, že ženy nosily šaty číslo 34 a muži měli osmdesát centimetrů v pase. Pod nadváhou se tehdy rozumělo jen nějaké to kilo navíc, obezita byla vzácností. Tlusté děti? Skoro nikdy. A že by měl někdo sto pět v pase? Kdepak. Devadesátikiloví mladíci? Ani náhodou.



Proč měly paničky z padesátých a šedesátých let, ženy v domácnosti a vlastně většina lidí té doby o tolik štíhlejší figuru než lidé, které vidáme u vody, v nákupních centrech nebo doma v zrcadle dnes? Zatímco ženy tehdy vážily něco přes padesát kilo a muži zhruba sedmdesát až sedmdesát pět, dnes s sebou vláčíme o pětadvacet, padesát, někdy i devadesát kilogramů navíc.

Ženy té doby prakticky necvičily. (Pokládalo se to za neslušné, podobně jako nemravné myšlenky v kostele.) Kolikrát jste viděli, že by si vaše máma obula běžecké boty a vyrazila na pětikilometrový okruh? Moje máma cvičila, pouze když vysávala schody. Dneska si vyjdu v pěkném počasí ven a vidím desítky žen, jak běhají, jezdí na kole, provozují power walking a všechny ty další věci, o které bychom před čtyřiceti nebo padesáti lety ani nezavádili. A přitom jsme každým rokem stále tlustší a tlustší.

Moje žena je instruktorka triatlonu, a tak mám možnost během roku zhlédnout několik soutěží v tomto extrémně náročném sportu. Triatlonisté trénují velmi intenzivně několik měsíců i let, než se přihlásí na závod a uplavou 1,5 až 4 kilometry na

otevřené vodě, ujedou 90 až 180 kilometrů na kole a uběhnou 20 až 42 kilometrů. Jenom dokončit takový závod je úžasný výkon, protože člověk spálí několik tisíc kalorií a musí prokázat ohromnou výdrž. Není divu, že většina triatlonistů má poměrně zdravé stravovací návyky. Ale proč má tedy třetina těchto sportovně založených mužů a žen nadváhu? Chovám k nim o to větší obdiv, že při tom všem sportování dokážou tahat patnáct, dvacet nebo i pětadvacet kilogramů navíc. Když se však zamyslíme nad jejich extrémní a prakticky trvalou aktivitou a náročným tréninkovým programem, jak mohou mít pořád nadváhu?

Problémy se zdravím způsobují obiloviny

Zcela logicky by měli tito triatlonisté s nadváhou ještě *více cvičit nebo méně jíst*, aby přebytečná kila shodili. Nenapadá mě absurdnější představa. Přednesu vám argumenty v tom smyslu, že problémy se stravou a zdravím u většiny Američanů nezpůsobuje tuk, není to ani cukr, ani nástup internetu a zánik zemědělského životního stylu. Je to *pšenice* – nebo spíš to, co nám dnes pod názvem „pšenice“ prodávají.

Přesvědčíte se, že to, co jíme a co je chytře maskováno jako třeba otrubové pečivo nebo cibulová ciabatta, není vůbec žádná pšenice, ale změněný produkt genetického inženýrství z druhé poloviny dvacátého století. Moderní pšenice má k pravé pšenici asi stejně blízko jako šimpanz k člověku. Zatímco náš chlupatý příbuzný má 99 procent všech genů společných s člověkem, podíváte-li se na jeho dlouhé ruce, ochlupení po celém těle a menší šanci vyhrát jackpot v televizním kvízu, určitě byste mi hned řekli, v čem tenhle jednoprocenní rozdíl spočívá. A teď si představte, že moderní pšenice nemá ke své předchůdkyni před pouhými čtyřiceti lety ani takhle blízko.

Jsem přesvědčen, že zvýšená konzumace obilovin – nebo přesněji zvýšená konzumace této geneticky pozměněné plodiny nazývané moderní pšenice – vysvětluje onen kontrast mezi štíhlými figurami z padesátých let a obézními lidmi z jedenadvacátého století, triatlonisty nevyjímaje. Uvědomuji si, že označit pšenici za zákeřné jídlo je asi stejně skandální, jako kdybych řekl, že byl Ronald Reagan komunistou. Není to absurdní a nevlastenecké, degradovat věhlasnou základní potravinu našeho jídelníčku na něco, co nám kazí zdraví? Já však i přesto budu neúnavně obhajovat stanovisko, že nejpopulárnější obilnina na světě je zároveň tou nejdestruktivnější ingrediencí.

Zdokumentované nepříznivé zdravotní účinky pšenice

Mezi zdokumentované účinky pšenice na lidský organismus patří stimulace chuti k jídlu, vliv *exorfinů* (jež jsou protikladem vnitřně produkovaných endorfinů a působí rušivě na mozek), nárůst hladiny krevního cukru, jenž spouští cykly, kdy se nasycenost střídá se zvýšeným apetýtem, proces *glykace*, který urychluje stárnutí a nemoci, zánětlivé a pH měnící účinky, které oslabují slachy a poškozují kosti, a aktivace nežádoucích imunitních reakcí. Konzumace pšenice má za následek širokou škálu nemocí, počínaje celiakií (těžká porucha zažívání vyvolaná pšeničným lepem) až po dlouhý výčet neurologických onemocnění, cukrovku, srdeční choroby, artritidu, neobvyklé vyrážky a ochromující schizofrenii.

Pokud tahle věc zvaná pšenice představuje takový problém, pak by její vyloučení z jídelníčku mělo mít obrovské a velmi nečekané přínosy. Je to opravdu tak. Jako kardiolog, který denně prohlíží a léčí tisíce pacientů na srdeční nemoci, cukrovku a destruktivní účinky obezity, mohu osobně dosvědčit, že vypouklé, převislé břicho po prvních pár měsících zmizí, jestliže pacient ze svého jídelníčku odstraní pšenici. Rapidní a přirozený pokles hmotnosti v řádu deseti, patnácti i pětadvaceti kilogramů obvykle



přivodí takové zlepšení zdravotního stavu, že nad ním žasnu ještě i dnes, po tolika letech praxe a tisících úspěšných případů.

Pšeničná břicha, cukrovka a jiné nemoci

Byl jsem za tu dobu svědkem skutečně dramatických změn, třeba když osmatřicetiletá žena s vředovou kolitidou takového rozsahu, že hrozilo odstranění tračníku, byla vyléčena poté, co přestala jíst pšenici – a tračník jí zůstal. Nebo když šestadvacetiletý mladík, jenž pro bolesti v kloubech sotva chodil, zažil totální úlevu a mohl zase chodit a běhat – proč asi? Protože ze svého jídelníčku vyloučil pšenici.

Jakkoli jsou tyhle výsledky ohromující, vědecký výzkum potvrzuje, že hlavní příčinou těchto stavů bývá pšenice a že jejím odstraněním můžeme příznaky zmírnit nebo úplně odstranit. Při četbě této knihy se sami přesvědčíte, že jsme nevědomky vyměnili

svoje zdraví za pohodlí, blahobyt a nízkou

cenu – a naše „pšeničná břicha“, vyboulená stehna a dvojité brady jsou toho důkazem. Mnohé z argumentů, které předkládám v následujících kapitolách, byly vědecky doloženy a tyto materiály jsou dnes veřejně přístupné. Zní to neuvěřitelně, ale řada poznatků, ke kterým jsem dospěl, vyšla najevo při klinických testech již před *desítkami let*, z nějakých důvodů však nikdy neprosákla do povědomí lékařů a veřejnosti. Já jsem udělal jen to, že jsem si dal dvě a dvě dohromady, a nyní přicházím s některými závěry, které vám mohou připadat šokující.

Ve filmu *Dobrý Will Hunting* ztvárnil Matt Damon postavu matematického génia, který je však těžce poznamenán týráním a životem v sirotčincích. Když mu psycholog Sean Maguire (Robin Williams)

Nakladatelství JOTA

Populární naučná

THE
NEW YORK
TIMES
BESTSELLER

ŽIVOT BEZ PŠENICE

WILLIAM DAVIS, MD

neustále opakuje, že to není jeho vina, nakonec se rozpláče a zhroutí.

Podobně si i mnozí z nás, lidé s nevhledným pšeničným břichem, vyčítají, že konzumují příliš mnoho kalorií, málo cvičí a málo se ovládají. Ale spíše bychom měli říct, že to byla rada, abychom jedli „více zdravých celozrnných obilnin“, co nás připravilo o kontrolu nad našimi chutěmi a nutkáními, až jsme nakonec ztloustli a nyní jsme i přes své nejlepší snahy a dobré záměry nemocní. Tuto široce přijímanou radu, že máme jíst zdravé celozrnné obilniny, často přirovnávám k doporučení, které bychom dali alkoholikovi: když ho nezabije jeden panák nebo dva, tak mu devět nebo deset dokonce i prospěje. Uposlechnutí této rady má katastrofické dopady na zdraví.

Není to vaše vina

Pokud se po světě vláčíte s vypouklým a nepříjemně těžkým pšeničným břichem, marně se ho snažíte vměstnat do loňských kalhot a přitom ujišťujete lékaře, že se nestravujete špatně, ale pořád máte nadváhu a prediabetický syndrom – vysoký krevní tlak a cholesterol, nebo pokud se zoufale snažíte zamaskovat svá potupná „mužská prsa“, zkuste zvážit myšlenku, že byste se rozloučili s pšenicí.

Odstraňte pšenici a odstraníte problém. Ostatně co můžete ztratit jiného než pšeničné břicho, mužská prsa a ohromný zadek?

Jaké je to vlastně břicho?

Vědecky založený lékař vítá typický bochník chleba upečený podle těch nejlepších vědeckých zásad...

Takový produkt můžeme začlenit do jídelníčku pro nemocné i zdravé lidi, neboť jasně chápeme jeho účinky na trávení a růst.

Morris Fishbein, MD, šéfredaktor *Journal of the American Medical Association*, 1932

V minulých staletích se velké břicho těšilo obdivu a účtě jako známka bohatství a úspěchu, symbol dobře postaveného člověka, který nemusí kydat své

stáje a orat pole. Ta nemusíte orat ani v našem století. Dnes máme demokracii, velké břicho může mít každý. Váš tatínek jeho menší obdobu nazýval svého času pivním mozolem. Ale co mámy s břichem jako balon, co děti a půlka vašich přátel a sousedů, kteří pivo nepijí a pivní břich si nepěstují?

Já ho nazývám břichem pšeničným, i když bych mohl razit spoustu dalších názvů pro tenhle stav, jako třeba precíkový mozek, bagetová střeva či vdolková tvář, protože byste nenašli orgán, který není pšenicí ovlivněný. Nejvíce je však její dopad vidět na obvodu pasu, který se tak stal symbolem groteskních deformací, jež na sebe lidé berou s konzumací pšenice.

Pšeničné břicho, tato hrouda tuku, je výsledkem dlouholeté konzumace jídel, která vyvolávají produkci inzulínu, hormonu, který je odpovědný za ukládání tuků. Někteří lidé ukládají tuky na hýždích a stehnech, ale většina tloustne v pase. Tento „centrální“ či „útrobní“ tuk je svou podstatou jedinečný: na rozdíl od tuku v jiných částech těla má zánětlivé účinky, zkresluje inzulínové reakce a udílí zbytku těla abnormální metabolické signály. U nic netušícího břichatého samce produkuje útrobní tuk také estrogen, který dává vzniknout „mužským prsům“.



Následky konzumace pšenice se však neprojevují jen na povrchu těla. Tato plodina dokáže proniknout hluboko do prakticky každého orgánu, od vnitřností, jater, srdce a štítné žlázy až po mozek. Těžko byste našli orgán, který by nebyl pšenicí ovlivněn potenciálně zhoubným způsobem.

Dušnost a pocení

Mám vlastní ordinaci preventivní kardiologie v Milwaukee. Milwaukee podobně jako mnoho dalších středozápadních měst nabízí slušné podmínky pro život a výchovu dětí. Má velmi dobře rozvinutou infrastrukturu, prvotřídní knihovny, mé děti navštěvují kvalitní střední školy a díky dostatečně velké populaci zde kvete bohatý kulturní život: můžete si zajít na koncert symfonického orchestru nebo do muzea umění.

Zdejší lidé jsou hodní a přátelští. Má to však jeden háček – jsou *tlustí*. Tím nemyslím jen trochu při těle, ale opravdu bez nadsázky tlustí. Vyjdou pár schodů a už se potí a nemohou popadnout dech. Potkáváte stokilové osmnáctileté dívky, pod kterými se i robustní terénní auta naklánějí na stranu. Invalidní vozíky jsou dvakrát širší než normálně a nemocniční vybavení nepojme pacienty, kteří po stoupnutí na váhu hlásí 160 i více kilo. (Nejde jen o to, že se nevejdou do tomografického skeneru či jiného snímkovacího zařízení; i kdyby se nakrásně vešli, stejně byste na něm nic neviděli. Je to, jako kdybyste si prohlíželi fotku temného oceánu a pokoušeli se rozeznat, zda ten obrys patří platýsovi, nebo žralokovi.)

Dříve byl člověk o váze 115 kilo rarita, dnes takové potkáváte na ulici běžně a už se nad tím ani nepozastavíte. Důchodci jsou boubelatí nebo vyložené tlustí, ale stejně vypadají lidé středního věku, mladí po dvacítce, teenageři, a dokonce i děti. Tlustí jsou úředníci, tlustí jsou dělníci. Kdo žije usedlejším způsobem, je stejně tlustý jako sportovec. Běloši jsou tlustí tak jako černoši, Hispánci, Asiaté, není mezi nimi rozdíl.

Vegetariáni jsou tlustí a mohou si v tom podat ruku s těmi, kteří se živí masem. Američané jsou zasaženi obezitou jako morem, něco takového nemá v dějinách lidstva obdoby. Žádná demografická skupina se nevyhnula krizi tloustnutí. Zeptejte se na americkém ministerstvu zemědělství nebo zdravotnictví, a tam vám řeknou, že Američané jsou tlustí, protože pijí moc slazených nápojů, jedí pořád smažené hranolky, pijí moc piva a málo cvičí. A když se nad tím člověk zamyslí, je na tom i něco pravdy – není to však pravda celá.

Velký počet obézních lidí se ve skutečnosti snaží žít zdravě. Zeptejte se těch, kdo váží sto deset kilo: „Co se podle vás stalo, že jste tak nabrali na váze?“ Možná vás překvapí, kolik lidí vám neřekne: „Piju limonády Big Gulp, jím dortíky Pop Tarts a koukám celý den na televizi.“ Od většiny se dozvíte něco



jako: „Nechápu to. Cvičím pět dní v týdnu. Omezil jsem tučná jídla a zvýšil příjem celozrnných obilnin. A přitom pořád tloustnu!“

Jak se to stalo?

Národní trend omezit tuk a cholesterol a zvýšit příjem kalorií z uhlhydrátů navodil zvláštní situaci, kdy se podíl pšeničných výrobků v našem jídelníčku pouze nezvýšil, ony ho přímo ovládly.

O většině Američanů lze říct, že každé jejich hlavní jídlo i každá svačinka obsahuje něco z pšeničné



mouky. Může to být polední menu, může to být vedlejší chod či zákusek — a nejspíš to budou *všechny*.

Z pšenice se stala národní ikona symbolizující zdraví. „Jezte víc celozrnných obilnin,“ říkají nám ze všech stran, a potravinářský průmysl po tom radostně skočil a začal chrlit „zdravé“ verze všech našich oblíbených pšeničných produktů, napěchované celozrnnými obilninami.

Smutná pravda zní, že rozmach pšeničných výrobků v americkém jídelníčku jde ruku v ruce se zvětšováním obvodu našich pasů. V roce 1985 Národní institut pro zdravé srdce, plíce a krev spustil Národní vzdělávací program o cholesterolu, jehož mottem bylo doporučení, abychom omezili příjem tuku a cholesterolu a nahradili kalorie celozrnnými obilninami. Tento akt se časově přesně shoduje s počátkem prudkého nárůstu tělesné hmotnosti mužů a žen. Ironické na tom je, že rok 1985 byl zároveň rokem, kdy Centra pro kontrolu a prevenci nemoci (CDC) začala statisticky sledovat tělesnou hmotnost obyvatel a dokumentovat učiněnou explozi obezity a cukrovky, která započala právě toho roku.

Náš jídelníček se skládá z tolika obilnin, tak proč si brát na mušku pouze pšenici? Protože pšenice je dominantním zdrojem lepkového proteinu v lidské stravě. Většina lidí, pokud se neživí jako Euell Gibbons, nejí mnoho žita, ječmene, špaldy, tritikalu,

bulguru, kamutu či jiných méně známých původců lepku. Konzumace pšenice převažuje nad konzumací jiných lepkových obilnin více než stonásobně. Pšenice má také jedinečné vlastnosti, které u jiných obilnin chybí, vlastnosti, které z ní činí obzvlášť nebezpečný produkt pro naše zdraví — o těch si povíme v dalších kapitolách. Na pšenici se zaměřuji proto, že v drtivé většině amerických domácností je pojem konzumace lepku zaměnitelný s konzumací pšenice. Z tohoto důvodu často používám pšenici jako zástupný symbol pro všechny obilniny s obsahem lepku.

Zdravotní dopady

Zdravotní dopady *Triticum aestivum*, pšenice seté, z níž se peče obyčejný chléb, a jejich geneticky upravených sester jsou opravdu rozsáhlé; tyto kuriózní účinky postihují všechny možné orgány od ústní dutiny až po řitní otvor, od mozku po slinivku, ať už jde o hospodyni z Appalachie nebo makléře z Wall Streetu. Pokud vám to zní šíleně, mějte se mnou strpení. Tyhle výroky pronáším s opravdu čistým, pšeničí nezatíženým svědomím.

William Davis M.D.,
výňatek z knihy *Život bez pšenice*, přeložil Jan Kozák, nakl. Rodale

Kypr odstraní Wi-Fi z mateřských a základních škol

„Rozhodli jsme se, že bezdrátová síť Wi-Fi bude zakázána ve všech veřejných mateřských školách na Kypru,“ píše se v nové aktuální vyhlášce. Bezdrátové zařízení se musí odstranit ze všech mateřských škol na Kypru a bezdrátová zařízení se na základních školách vypnou a omezí se na administrativní úřady.

„Ministerstvo školství nemá v úmyslu pokračovat v instalaci bezdrátových míst a přístupových učen na základních školách.“

Vyhláška připomíná učitelům, že kabelový internet je už k dispozici ve všech třídách, kde je internet potřebný na vzdělávací účely. Bezdrátové připojení se v případě potřeby používá jen v administrativních oblastech základních škol a bezdrátové připojení se nesmí používat v učebnách.

Bezdrátový internet pod dohledem

Pokud se však používání Wi-Fi považuje za potřebné pro konkrétní vzdělávací program, vyhláška stanovuje, že „je třeba přijmout nevyhnutelná opatření na ochranu dětí a bezdrátové přístupové body by měly zůstat neaktivní, pokud se nepoužívají na účely výuky.“ Krom toho, „Souhlas rodičů by měl být zabezpečený dopředu.“ Vyhláška ukládá ředitelům škol, aby zabezpečili souhlas rodičů a poslali dopis rodičům dětí, které se zúčastní na programech týkajících se bezdrátové technologie - informují rodiče



Teton Village, 6.3.2017 - Kyperský ministr školství a kultury vydal 31. ledna 2017 vyhlášku označenou jako „naléhavou“ pro všechny ředitele mateřských škol a základních škol se specifickými opatřeními na odstranění a chce minimalizovat vystavení bezdrátovému záření dětem ve školách.

o důvodu a trvání používání Wi-Fi. Spolu s dalšími kampaněmi o tabákovém kouři a toxických chemických látkách inicioval kyperský národní výbor pro životní prostředí a zdraví dětí celonárodní kampaň před několika lety, aby zvýšila povědomí o vystavení

děti záření mobilních telefonů a bezdrátovým zařízením. Multimediální kampaň na zvýšení informovanosti veřejnosti byla oceněná na mezinárodní konferenci o bezdrátové a zdravotní prevenci, která se uskutečnila v Izraelském



institutu pro pokrokové studie na Hebrejské univerzitě v lednu roku 2017 a organizovala ve spolupráci s Národním institutem environmentálních zdravotnických specializací USA (NIEHS) Trust (EHT).

Dr. Stella Michaelidou, předsednice Národního výboru pro životní prostředí a dětské zdraví, sdílela videozáznamy o veřejných službách a brožury o dětech a těhotenství na konferenci. „Tento výbor vyvinul nástroje, které jsou vzorem pro další země,“ řekl také Devra Davis, PhD, MPH, z konference Environmental Health Trust.

Zákaz wi-fi v mateřských školách

Několik zemí už má zavedené zdravotní politiky na snížení vystavování dětí bezdrátové komunikaci ve školách. Kypr se teď připojí ke Francii, Brazílii, Ghentu v Belgii a k Izraeli, kde se zakazuje bezdrátové připojení v mateřských školách a přijme přísná opatření na minimalizaci bezdrátových expozic v základních školách. Francie přijala komplexní novou legislativu v roce 2015 a vyvinula nástroje

na informování veřejnosti o tom, jak snížit expozici, podobně, jako v případě úsilí, které probíhá na Kypru. Kanadský Stálý výbor pro zdraví poslanecké sněmovny též vydal zprávu, doporučující veřejnou vzdělávací kampaň.

Ve Spojených státech nedávno vydala Marylandská dětská environmentální poradna pro ochranu zdraví a ochranu životního prostředí zprávu, která navrhuje ministerstvu školství doporučit všem školním čtvrtím ve státě Maryland instalovat kabelové, a ne bezdrátové internetové připojení pro učebny. Tato akce představuje první krok státního poradního orgánu, který vydává ustanovení o bezdrátových expozicích. V Massachusetts a v Oregonu bylo navrženo několik návrhů zákonů, které se týkají zdravotních problémů způsobených elektromagnetickým zářením ve školách a vyvolaných spotřebiteli, výzkumníky a zdravotnickými pracovníky, pokud jde o školní bezdrátové expozice ve Spojených státech.

Společnost Environmental Health Trust je registrovaná veřejná charita 501 C 3, která je jedinou neziskovou organizací na světě, která vede špičkový základní a epidemiologický výzkum a spolupracuje s politiky, lékaři, učiteli a rodiči na vzdělávání

a snaží se motivovat pro preventivní strategie veřejného zdraví.

Kamil Pokorný,
z internetu

Odkazy a zdroje:

Vyhláška kyperského ministra kultury a školství
<http://ehtrust.org/wp-content/uploads/Egkyklios-Jan-17.pdf>

Národní výbor pro životní prostředí a zdraví dětí na Kypru
<http://www.cyprus-child-environment.org/easyconsole.cfm/id/12/lang/sk>

Marylandské doporučení Rady pro zdraví a ochranu dětí v oblasti životního prostředí pro děti
<http://www.sbwire.com/press-releases/first-state-in-the-nation-maryland-state-advisory-council-recommends-reducing-school-wireless-to-protect-children-777904.htm>

Společnost Environmental Health Trust vede výzkum
<http://www.ehtrust.org>

Místní / státní / národní a mezinárodní politická opatření v oblasti bezdrátového připojení a dětí
<http://ehtrust.org/wp-content/uploads/International-Policy-Precautionary-Actions-on-Wireless-Radiation.pdf>



Zdraví, náš životní úděl

Václav Pospíšil

Výživa se na lékařských fakultách nepřednáší a v důsledku toho praktičtí lékaři dávají pacientům rady, které jim často ubližují. Například zákaz jíst potraviny s vysokým obsahem cholesterolu nebo vařit na oleji bez současného konzumu vitaminů...

VÁPÍK – KALCIUM

Při nedostatku vápníku vzniká nevrlost, nervové napětí, neschopnost uvolnit se, únavnost, bolesti v zádech, neklid, vznětlivost, šíření neklidu kolem sebe.

Často při nedostatku vápníku pacient spolu s jídlem polyká vzduch, později se řihá a mylně se domnívá, že řihání způsobuje některé požitě jídlo, jindy se snaží

řihání odstranit sodou, která situaci zhoršuje, protože zabraňuje vstřebání vápníku. Spolknutý vzduch se vlivem teploty těla stále roztahuje, dostává se do střev,



kde způsobuje i bolesti a bolestivé větry.

Při nedostatku vápníku je často nespavost, která se v těchto případech nesprávně léčí podáváním uspávacích prášků. Správně by pacient měl vzít před spaním 2 – 3 tablety kalcia s teplým mlékem a další dávky si dát na noční stolek a neusne-li, každou hodinu opakovat.

Svalové křeče a menstruace

Také svaly mají při nedostatku vápníku zvýšenou dráždivost, které může nabýt formu křečí až tetanie, nejběžnější jsou křeče v lýtkách a šlapkách, ačkoliv mohou vzniknout takřka v každém svalu, spastická cilitis nebo zácpa se obvykle vyléčí vápníkem. Nedostatek vápníku a hořčíku může děti v pubertálním věku udělat tak vzteklými, že matky jsou z toho zoufalé, zejména v roce, než nastane u dívek menstruace. Náprava je velmi snadná: denně litr mléka, po každém hlavním jídle a před spaním 2 – 3 tablety vápníku spolu s vitamínem D a hořčíkem, pokud možno i další minerály.

Po dobu posledního týdne před menstruací má žena zvýšenou potřebu vápníku, jež způsobuje nervové napětí, podrážděnost až duševní depresi. Při příchodu menstruace potřeba vápníku stoupá ještě více a jeho nedostatek je obvykle příčinou menstruačních potíží – bolestí. V takovém případě, jestli nebereme pilulky vápníku pravidelně, máme začít užívat týden před menstruací a přestat až menstruace skončí: objeví-li se nejslabší menstruační křeče, kalciové tablety bereme každou hodinu až přejdou.

Po dobu přechodu u žen potřeba vápníku silně stoupá a způsobuje **vznětivost**, návaly horkosti, noční poty, křeče nohou, **duševní deprese**. Nehledě k tomu, že i po vynechání menstruace obvykle zůstává cyklus měsíční zvýšené potřeby vápníku a po dobu tohoto týdne se mohou objevit symptomy, jež opět můžeme vyléčit vápníkem.

Kalciové tablety bychom měli mít v příruční lékárnice jako **prostředek proti bolesti**. Někteří lékaři užívají místo opiátu injekcí 1 – 4 g kalcium glukonate do žil a úleva je takřka okamžitá, i při strašných bolestech hlavy. Není-li bolest tak silná, že by pacient nemohl brát pilulky, jinak stačí kalcium v tabletách.

Bolesti a migrény

Migrénu lze nejlépe léčit vápníkem a vitamínem B 6, mezi záchvaty. Než jdeme k zubnímu lékaři, snězme kalciové tablety. Vápník ulevuje při revmatických bolestech. Rodičky si mají vzít při prvních bolestech – porodních stazích pilulku vitamínu A a 2-3 tablety kalcia po každou hodinu tak dlouho až jsou odvedeny na porodní sál. Při porodu nepociťovaly bolesti a často jim připadalo, že se

domnívaly, že mají bolestivé větry, když rodily dítě. Vápník je nezbytně nutný pro srážlivost krve.

Nedostatek vápníku

Nedostatek vápníku vede k zubnímu kazu, demineralizaci kostí, jež nelze upravit samotným vitamínem D. Je sice přitom důležitý i fosfor, ale toho je ve stravě přemíra. Průměrná strava neobsahuje dost vápníku, neboť prakticky je obsažen jen v mléce /též v máku, tvrdých sýrech, jogurtu.../. Z tablet se nejlépe vstřebávají: kalcium laktátu a glukonátu, zdaleka nejsou vhodné dicalcium fosfonate a kalcium chloride. Kostní prášek je nevhodný pro vysoký obsah fosforu.

Vstřebávání vápníku

Vstřebávání vápníku umožňuje laktóza, snižuje je však cukroví a přílišné množství fosforu, rovněž tak soda nebo jakákoliv alkalizující umělá substance, zrovna tak přemíra sacharózy. **Vstřebávání vápníku umožňuje tuk**, proto kojenci nemají pít odstředěné mléko ale plnotučné. Pije-li dospělý odtučnělé mléko, měl by při tom použít i tuk. Neměli bychom mít ve stravě více než dvojnásobný počet fosforu než vápníku, jinak se vápník nevstřebává.

Játra, pивovarské droždí, lecitin a obilní klíčky mají obvykle mnoho fosforu a málo vápníku; jíme-li jich hodně, vezmeme si zároveň kalcium lactate nebo kalcium glukonate, jinak bychom si mohli navodit velký nedostatek vápníku a poškození nervů. Přebytný vápník si organismus uskládá v dlouhých kostech do zásoby. Pro udržení zdraví dospělého je nutno minimálně 1 g vápníku denně, což odpovídá 4 sklenicím mléka., jogurtu nebo podmáslí. Větší dávky vápníku jsou však výhodnější; mnohé národy v době své prosperity snědly v jídle 6 g denně. Při velkém přebytku vápníku např. předávkováním vitamínu D je velmi snížena vzrušivost a může vzniknout i letargie. Nezapomínejte však nikdy na vhodný poměr vápníku a hořčíku, viz kap. XII. Vhodnými pilulkami jsou dolomit, v nichž je vápník s hořčíkem vyvážen vhodným způsobem.

Menstruační křeče jsou spojeny s nedostatkem vápníku, týden před menstruací užívat 1 g vápníku + 0,5 g magnézia denně. Spolu užívat nějaký tuk nebo mléko, rybí tuk, aby se vápník vstřebal. Při dalších bolestech pak brát každou hodinu tabletu 0,5 g kalcia + 0,25 g magnézia tak dlouho, až bolesti přestanou /bolest vzniká nedostatkem magnézia, když se pije mnoho mléka a mléčných výrobků a nedoplní se magnéziem/. Tuk je nutný aby se kalcium vstřebalo. Máslo, olej, ořechy, sádlo, vitamín D, rybí tuk je nutný ke vstřebávání kalcia u dospělých / choroby kostí/. V Kanadě je mléko povinně obohacováno Vitaminem D. Je-li někdo léčen antibiotiky, nutno na každou dávku brát 0,5 g vitamínu C + jogurt.



HOŘČÍK - MAGNESIUM

Právě tak jako vápník i hořčík ochraňuje naše nervy. Již mírný nedostatek hořčíku se u lidí projevuje podrážděností, napětím, citlivostí vůči hluku, vznětlivostí, hádavostí, úzkostlivostí. Při větším nebo déletrvajícím nedostatku se mohou objevit záškuby, chvění, nepravidelný tep, nespavost, tělesná slabost, křeče v lýtkách a šlapkách, ruce se mohou také třást, že psaní se stává nečitelným.

Nedostatek hořčíku

Elektroencefalogram, elektrokardiogram a elektromyogram se stávají abnormálními. **Při velmi těžkém nedostatku hořčíku se projevují mozkové příznaky:** zastřené myšlení, zmatenost, dezorientace, význačná deprese, až dokonce hrůzná halucinace, deliria tremens, jež všechny vyléčí podáváním hořčíku. Dramatické zlepšení nastane obvykle během několika hodin. U osob trpících sklerózou multiplex může nedostatek hořčíku způsobit noční pomočování.

Nedostatek hořčíku může být také způsoben podáváním diuretik a antibiotik. Laboratorním vyšetřením je těžko nedostatek hořčíku u pacienta dokázat, protože jeho množství v krevní plazmě se mění velmi málo.

U zvířat z nedostatku hořčíku vzniká poškození ledvin, močový písek, močové kameny, zvápenatění srdečního svalu a vápno se dále ukládá v ledvinách, ve stěně tepen a v některých svalech. Všechna tyto příznaky, hlavně však zvápenatění tkání se zhoršuje při nedostatku vápníku, zvláště pak, je-li strava bohatá na fosfor, jak je dnes běžné. Život obvykle končí srdeční mrtvicí.

Hořčík ve stravě

Dostatek hořčíku ve stravě zabraňuje kornatění cév a stoupání cholesterolu v krvi.

Je nepochybné, že nedostatek hořčíku ve stravě je jedna z příčin vysoké úmrtnosti na srdeční mrtvice v ČR. Je důležité poznamenat, že ukládání vápníku v některých tkáních se zvyšuje, je-li ve stravě nedostatek hořčíku. Mezi tyto nemoci patří artritida,

bursitis, skleroderma /tvrdnutí tepen/ aj. Nemohou se nikdy zlepšit, pokud pacient nebere přiměřené množství vápníku a hořčíku.

Praktičtí lékaři často zakazují pacientům s ledvinovými kameny pít mléka a tím jim způsobují tvorbu kamenů. Taková vápníková ložiska mohou vznikat i v důsledku nedostatku vitamínu E.

Po srdečních operacích, kdy je hořčík, tak vitamin E, organismus drasticky potřebuje, a mohl by se mu snadno dodat, zvápenatění srdečního svalu se stane často tak závažným, že může způsobit smrt v několika dnech.

Stále se ještě mylně předpokládá, že v české stravě je dostatek hořčíku, jak tomu kdysi bylo; jeho nedostatek je vzácně diagnostikován lékaři. Jen v posledních deseti letech prokázaly desítky vědeckých studií, že nedostatek hořčíku je úžasně rozšířený. Jednou z příčin jsou umělá hnojiva, protože rostliny pak nemohou z půdy vstřebávat hořčík. Nehledě k tomu, že hořčík je z potravy ztracen, nevypijeme-li vodu, v níž se potraviny máčely nebo vařily.

Spotřeba hořčíku

Dále při některých nemocech je zvýšená potřeba hořčíku /diarrhoea/, ledvinové nemoci, cukrovka /diuretis/, právě tak jako při požívání alkoholu. Vypít 4 pol. lžíc silného alkoholu zvýší spotřebu hořčíku 5x. **Každý alkoholik, který nepoužívá hořčík /magnezium/, spěje k srdeční mrtvici.** Dr. Barnet dával 400 mg hořčíku denně píchat třiceti epileptickým dětem a mohl vynechat naprosto všechny léky utišující křeče, a to i v tak vážných případech, kdy tyto léky byly málo účinné. Hořčík působí léčivě jak na grandmal, tak na petitmal. Trvalé výsledky však nelze očekávat, není-li vhodná strava, zvláště pokud jde o vitamin B 6.

Hořčík a epilepsie

Jeden lékař léčil epilepsii úspěšně takto: nejprve dává pacientům při každém jídle 25 mg vitamínu B 6 a plnou čajovou lžičku Epsonovy soli. O tři dny vynechá všechny protikřečové léky. Po týdnu berou jeho pacienti vitamin B 6 jen po snídani a taktéž hořčík po snídani – navěky, ale v případě hrozícího záchvatu okamžitě dávku zvýší.

Nedovedu pochopit, kolik rodičů má strach dát hořčík svým epileptickým dětem, ačkoliv Epsonova sůl byla



kdysi lidovým léčebným prostředkem proti rýmě. Rodiče si neuvědomují, že lékaři jsou přepracováni, aby mohli držet krok s tisíci nových objevů každý rok. Naopak tito lékaři předepisují antibiotika, diuretika, jež ničí vitamin B 6 a zvyšují ztráty magnezia, ve skutečnosti tak přivolávají tyto křeče. Záchvaty bývají též u kojenců vyvolávány nevhodnou umělou kojeneckou výživou, doporučenou dětskými lékaři. Dětské lékaři doporučují kojeneckou výživu chudou na hořčík, aniž by výživě rozuměli a znali příčiny nedostatku hořčíku. V důsledku toho je pak citlivost vůči hluku, špatný spánek, bolestivé svalové křeče, **hyperaktivita**. může tak vzniknout i dětská kolika. Všem symptomům lze předejít a nebo je léčit dáváním ¼ čajové lžičky hořčíkových solí 1x denně do kojenecké lahve. Dětskou epilepsii zastaví 500 mg Epsomovy soli.

Kde se dá koupit epsonova sůl?

Když to budeš hledat, tak se ptej na síran hořečnatý heptahydrát, $MgSO_4 + 7H_2O$. Já to kupuju na www.merci.cz, ale chce to živnosták. Občas to lze sehnat i v lékárnách. Někde jsem našel odkaz „Jeden z výrobců je Ing. Petr Švec, firma Penta, tel. 267 008 295 pod názvem Magnesii Sulfas Heptahydricus, stojí 173 Kč s DPH za 1 kg, určitě je jich více.“, ta moje sůl je asi taky původem z Penty

Důležitost hořčíku

Hořčík potřebuje každá buňka v těle včetně mozku, zároveň s vitaminem B 6. Vitamin B 6 ze stravy se velmi těžko vstřebává bez přítomnosti hořčíku. Nedostatek vitaminu B6 nebo hořčíku může tedy mít zcela stejné příznaky u pacientů.

Při nedostatku hořčíku odchází z těla močí velké množství vápníku. Ztráty vápníku v důsledku nedostatku hořčíku způsobuje kažení zubů, špatný vývoj kostí, osteoporosis, a pomalé hojení zlomených kostí. V oblastech, kde hořčík je hojný v půdě i ve vodě, téměř nejsou známy zubní kazy, ani u starých lidí.

Ledvinové kameny se začnou tvořit buď při nedostatku hořčíku, nebo vitaminu B 6 a podle toho se liší jejich chemické složení. Při příjmu vitaminu B 6 a hořčíku se přestaly tvořit. Nejlepším zdrojem hořčíku jsou ořechy, sojové boby a některá listová zelenina / voda z vaření se však nesmí vylít/.

Dospělí příslušníci ras, jejichž strava je bohatá na hořčík a jež neznají kornatění, přijímají v jídle denně asi **10 mg hořčíku na každý kilogram váhy**

Dnešní strava nám nedává dostatek hořčíku ani v tom případě, jíme-li nerafinované potraviny. **Denní potřeba zdravého organismu se předpokládá 500 mg pro děti a většinu žen a 800 mg pro muže, dospívající a rekonvalescenty i pro těhotné.**



Požadavek hořčíku souvisí s příjmem vápníku. Samotný vápník může způsobit nedostatek hořčíku. Naopak zase přílišná dávka hořčíku zabraňuje vstřebávání vápníku. Zdá se, že správný poměr je asi 1: 2 = 500 mg hořčíku má připadat na 1000 mg vápníku; musíme zvýšit i dávku hořčíku. Jsou k dostání tablety magnesium carbonate, magnesium bicarbonate, magnesium oxide /tento by však neměli používat pacienti se zažívacími poruchami/, magnesium chloride, magnesium sulphate /1/4 nebo ½ lžičky je asi 200 nebo 500 mg hořčíku/ se může přidat do mléka nebo šťávy a velmi nepatrnou změnou chutě, jestliže se nápoj okamžitě vypije.

Psychiatr, který místo uspávacích a utišujících prostředků začal předepisovat svým pacientům vápník a hořčík s plným úspěchem a současně zlepšil i jejich psychický stav.

Václav Pospíšil,
výňatek z autorovy knihy *Zdraví, náš životní úděl.*

(V dalším čísle najdete informace: železo a jód, sodík, draslík, kobalt, měď, zinek, mangan, chrom, fluor...

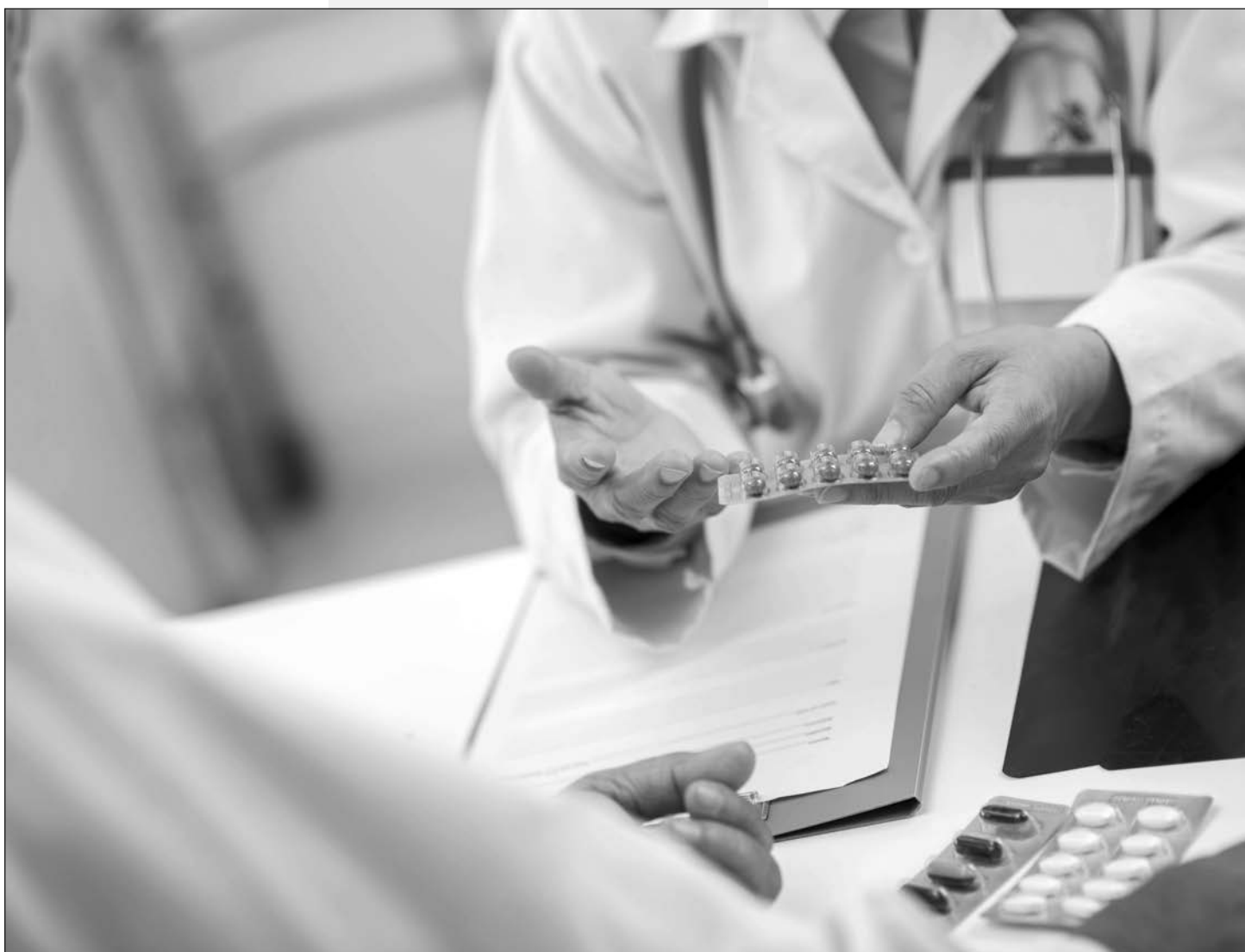
Váš lékař se může mýlit až v 88% případech

Amy Goodrich

Váš lékař se může mýlit až v 88% případů. Ověření jiným lékařem jen zřídka potvrzuje prvotní diagnózu. Pochybení lékaře je třetí nejčastější příčina úmrtí.

Pokud onemocníte, nemusí být snadné najít správnou cestu léčby. Pokud váš ošetřující lékař doporučí operaci nebo jinou radikální léčbu, může být užitečné, když se budete zajímat o názor dalšího odborníka. To vyplývá ze závěrů studie, provedené na *The Mayo Clinic*, jež doložila, že váš lékař se může mýlit až v 88% případů.

Přestože se praktický lékař v USA musí vzdělávat hodně dlouho (4 roky bakalářského studia + 4 roky na univerzitě a dalších 3 až 7 let odborné praxe), ani zkušený a dobře školený lékař nemusí stanovit vaši diagnózu správně. Proto přezkoumání jeho závěrů vám může nejen přinést uklidnění, ale někdy i druhou šanci na přežití.



Pokud jde o vaše zdraví, dva mozky jsou lepší než jeden

V rámci zmíněné studie analyzovali výzkumníci z *The Mayo Clinic* dokumentaci od 286 pacientů, kteří se rozhodli v období 2009-2010 na oddělení interní medicíny v Rochestru konzultovat svou diagnózu s dalším lékařem.

Ve výběru těchto pacientů byli ti, kteří dostali doporučení od zdravotních sester nebo od asistentek lékařů a druhou polovinu tvořili náhodně vybraní pacienti s doporučením od svého lékaře. Aby se zjistila závažnost diagnostických chyb, vědecký

tým porovnával původní diagnózy s těmi konečnými. Zjistilo se, že pouhých 12% pacientů obdrželo správnou první diagnózu a přibližně devět z deseti nemocných, kteří požádali o přezkoumání, odcházelo s odchylnou nebo i úplně novou diagnózou ve srovnání s tím, co jim bylo řečeno na počátku. Přitom ve 21% ze všech analyzovaných případů byla konečná diagnóza úplně odlišná od původní a 66% pacientů odcházelo s nově definovanou diagnózou.

„Skutečná a účinná léčba je závislá na správné diagnóze. Poznání, že každý pátý pacient může být úplně chybně diagnostikován, znamená dost velký problém. A nejde tu jen o bezpečnostní rizika u těchto pacientů, ale jedná se i o pacienty, u kterých jsme dokumentaci neprovéřovali,“ říká vedoucí výzkumu James Naessens, Sc.D., který má na the Mayo Clinic na starosti dozor nad léčebnou péčí.

Medicínská pochybení – třetí nejčastější příčina úmrtí

Podle jedné z dřívějších a poněkud kontroverzních studií, pocházející z *The Johns Hopkins University*, bývají medicínská pochybení (včetně chybných diagnóz) třetí nejčastější příčinou úmrtí v amerických nemocnicích.

Organizace ProPublica ovšem upozorňuje, že tato četnost může být ve skutečnosti i vyšší, neboť lékaři jen neradi uvádí takovou příčinu na úmrtních listech, takže skutečné počty takovýchto selhání mohou být nepřesné.

Jestliže přihlídneme ke skutečnosti, že rozeznáváme tisíce nemocí, mnohdy s podobnými příznaky, pak není vždy snadné zjistit jednoznačnou diagnózu už po první návštěvě lékaře. Proto je přezkoumání prvních výsledků vždy velmi zásadní pro vyléčení i přežití. Jestliže bychom se mohli o něčem poučit z této zmiňované studie, pak by to měl být především apel k tomu, aby se výsledná diagnóza určovala na základě společných postupů. Lékaři a další poskytovatelé

zdravotní péče by měli úzce spolupracovat, aby se zajistilo, že pacientovi bude stanovena správná diagnóza a začne být co nejdříve náležitě léčen.

Navzdory současné všudypřítomnosti diagnostických chyb, z nichž některé mohou být fatální, je stále věnována minimální péče zdokonalení systému posuzování. Dr. Naessens upozorňuje, že požadování posudků od specializovaných pracovišť v případě nerozlišených problémů, je podstatnou součástí péče o pacienty. Ikdyž ověřování jiným odborníkem může zvyšovat náklady na diagnózu, chybná diagnóza může na druhé straně vést k opožděné léčbě a ke komplikacím, jež mohou v krajních případech končit i smrtí pacientů.

Dr. Naessens však přesto vyjádřil i své uspokojení z toho, že americká *The National Academy of Medicine* udělala první kroky ke zdokonalení diagnostických procesů a k redukci možných chyb. Volá se po federálním financování a po dalším výzkumu,



který by dokázal popsat okolnosti výskytu diagnostických chyb a pomohl nalézt nové cesty ke zlepšení celého procesu diagnostiky.

Použité zdroje:

<https://www.sciencedaily.com/releases/2017/04/170404084442.htm>

<http://www.startmedicine.com/app/medicaleducation.asp>

<https://www.propublica.org/article/study-urges-cdc-to-reverse-count-of-deaths-from-medical-error>

<http://onlinelibrary.wiley.com>

Přeloženo
z www.naturalnews.com

Očkování proti chřipce u lidí po padesátce má slabé účinky

Nedávná studie, publikovaná v magazínu *The Vaccine*, došla k závěru, že účinky očkování se mohou významně lišit v závislosti na věku očkovaných jedinců. Původním záměrem této studie bylo doložit efektivnost vakcín proti pandemiím chřipky, ale výsledky přinesly mnohem závažnější zjištění: vakcíny nebývají dostatečně účinné u těch, kteří jsou považováni za nejzranitelnější skupinu v celé populaci.



Tento závěr vzala na vědomí i významná instituce CDC (*The Centers for Disease Control*), která zaujala následující stanovisko: „**Vakcíny účinkují nejlépe u dospělých zdravých jedinců a dětí.** U starších lidí s oslabeným imunitním systémem dochází často ke snížené ochranné imunitní reakci po očkování proti chřipce, než u mladších a zdravějších jedinců. To pak může způsobovat u těchto lidí snížení účinnosti vakcín.“

Výše zmíněná studie byla prováděna na univerzitě v Nottinghamu za mezinárodní spolupráce dalších institucí. Výsledkem bylo zjištění, že lidé nad 50

let věku mají významně nižší pravděpodobnost, že jim vakcinace přinese dostatečnou ochranu. Vakcíny, které obsahovaly adjuvanty (tj. složky, které mají za úkol zesilovat odezvu imunitního systému), ve skutečnosti vykazovaly přínosy na nejnižších stupních. Vědci předpokládají, že snížená účinnost může být způsobena tím, že dospělí mívají protilátky k podobným druhům chřipkových virů a to koresponduje se sníženým počtem infekcí v některých věkových skupinách.

Nabízené vakcíny nejsou pro každého

Tato zjištění nejsou nijak nová - předcházející výzkumy prokázaly, že vakcíny mohou starším populacím nabízet jen velmi málo přínosů. Je to přímo protikladem k široce přijímaným přesvědčením, že vakcíny jsou vždy účinné pro každého.

Známa publicistka Sharyl Attkisson popisovala tento fenomén již v roce 2015. V jednom ze svých článků napsala: „Experti na otázky veřejného zdraví dlouho vycházeli z přesvědčení, že očkování proti chřipce je u starších lidí efektivní. Paradoxně ale všechny studie, které to měly doložit, nebyly v tomto úspěšné. Odborníci nebyli schopni připustit tento fakt a začali prohlašovat, že studie tohoto druhu nebyly prováděny správně.“

S. Attkisson také zmiňuje studii zadanou institutem pro zdraví (*NIH - The National Institutes of Health*), která měla prokázat účinnost vakcín u starších lidí. Výsledky studie způsobily zděšení. Bez ohledu na to, jak se nakonec pokoušeli tyto nepříznivé informace zaobalit, vakcíny nikdy nevykazovaly u starších populací uspokojivé účinky. Výzkum dokládá pravý



opak: masová vakcinace proti chřipce neodpovídá v případě starších lidí udávaným snížením úmrtnosti, které slouží jako hlavní argument pro marketing vakcín. V komentářích o závěrech těchto výsledků vědci připouštějí, že prognózy o snižování úmrtnosti vakcinací proti chřipce by mohly být ve skutečnosti horší, než se dříve uvažovalo...

Očkování je dobré jen pro zdravé lidi!

Jedna z meta-analýz, která slučovala výsledky mnoha studií a byla publikována už před více než 10 lety, uváděla, že očkování proti chřipce zabránilo celé polovině úmrtí, ke kterým dochází v zimě u seniorů. Nepřekvapí, že toto tvrzení začalo být přezkoumáváno. A vyšlo najevo, že chřipka u seniorů měla prokazatelný podíl na úmrtí jen v 5% případů. Jak by tedy mohlo očkování proti chřipce působit preventivně u 50% všech úmrtí v zimě, když je zde samotný podíl chřipky desetkrát nižší?

Vědecká komunita se zpravidla drží vysvětlení, že data získaná při sledování účinnosti očkování se vztahují k situacím, které se označují jako „účinek u zdravého jedince“ (*healthy user effect*). **Zjednodušeně to lze vysvětlit tak, že velmi nemocní a oslabení senioři obvykle nebývají očkováni, protože riziko u nich bývá příliš vysoké. U starých lidí tady bývá časté, že neočkovaní**

jedinci jsou nemocní a nemohou proto být očkováni. A naopak lidé, kteří se nechávají očkovat proti chřipce, bývají zpravidla zdraví a mají tak proto i vyšší pravděpodobnost přežití - a to i předtím, než se nechají očkovat.

Vědecké studie kromě toho také ukazují, že vakcíny nejsou příliš účinné ani u malých dětí. V roce 2012 proběhl průzkum nazvaný „*Cochrane Collaboration review*“ a z něj vyplynulo, že u dětí do 2 let nejsou vakcíny proti chřipce o nic účinnější, než placebo. Z analýz také vyšlo najevo, že i u dětí ve věku nad 2 roky lze po preventivním očkování pozorovat snížení absolutního rizika onemocnění chřipkou o pouhé 3,6%. Pokud tedy přihlídneme ke všem rizikům, které doprovází očkování proti chřipce, stojí nám to vůbec za to?

Vicki Batts

Zdroje:

[https://www.sciencedaily.com/](https://www.sciencedaily.com/releases/2017/03/170314093231.htm)

[releases/2017/03/170314093231.htm](https://www.sciencedaily.com/releases/2017/03/170314093231.htm)

<https://www.cdc.gov/flu/about/qa/vaccineeffect.htm>

<https://sharylattkisson.com/govt-researchers-flu-shots-not-effective-in-elderly-after-all/>

<https://www.scientificamerican.com/article/flu-shots-may-not-protect-the-elderly-or-the-very-young/>

Tajemství neznámé civilizace na úpatí hory Elbrus

V Kabardinské oblasti, na úpatí hory Elbrus, našli archeologové téměř dvě stě starověkých osad postavených podle jednotného plánu. Nastal čas, kdy je nutné otevřeně promluvit o neznámé civilizaci, která zde kdysi existovala. Historici a vědci jsou v rozpacích, vůbec nepochopili, s čím se setkali.

Vesnice podle jednoho plánu

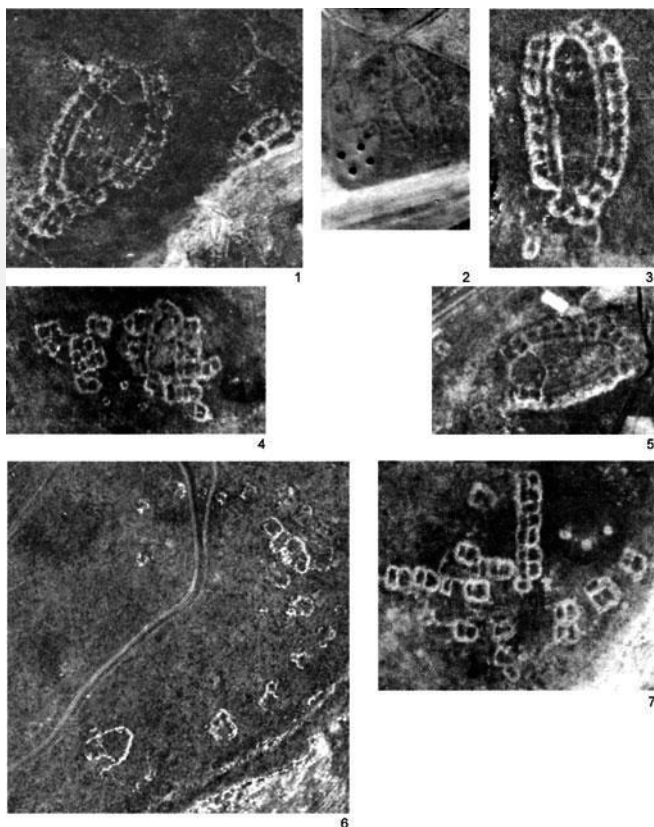
K objevu došlo náhodou. Skupina vědců objížděla autem Kislovodskou pánev, jedinečnou oblast v severních Kavkaze. Region je vklíněn mezi horami

Malý Džinal a Borgustanským hřebenem, je obklopen řekami Eškakona, Alikonovka, Berezovaja a Olchovka. Skupina vědců doplňovala letecké snímkování GPS souřadnicemi pro vznikající archeologický a geografický informační systém. Oblast kolem Kislovodska, o rozloze 350 kilometrů čtverečných nebyla vybrána náhodně. Existuje zde víc jak 800 památek z různých historických období.

Jeden den chodili vědci v nadmořské výšce 1500 metrů, kdy 8 měsíců v roce je vše pokryto sněhem, vegetace je nízká bičována chladnými větry. Archeolog Dmitrij Korobov a výzkumný pracovník Dr. Sabine Reinhold (euroasijský odbor německého archeologického ústavu), našli neobvykle rozpadlé kameny. „Na zemi byly jasně vidět obrysy základů

Pět tisíc metrů vysoký Elbrus (výška 5642 m) je nejvyšší hora nejen v Rusku, ale i v Evropě. V zimě i v létě je pokryta sněhem a ledem jako brnění. Je to hora nejstarších legend. Od dob starověkého Řecka se v jednom z mýtů říká, že to bylo právě tady, na okraji Nebe a Země, kde bohové Olympu připoutali ke skále Promethea jako trest za porušení zákona.





Všechny osady mají oválný podlouhlý tvar a stejnou velikost, asi 70 metrů na délku a 50 metrů na šířku. To je asi polovina fotbalového hřiště. Každá osada se skládala z 20 až 30 obytných domů postavených blízko sebe, podle jednoho plánu. „Zdá se, že sem lidé přišli. vyčistili podloží a okamžitě postavili všechny domy.“

Život na hraně

Je nutné poznamenat zajímavý fakt. Z každé osady je přímý výhled na horu Elbrus. Je nepravděpodobné, že by se mohlo jednat o náhodu. Zdá se, že lidé kteří sem přišli si zvolili takové místo, ze kterého je vidět horu. Elbrus, obr Kavkazských hor, byl dlouho považován za největší horu na světě. Tataři ji nazývají jako jediná z tisíců hor, Čerkésové horou blaženosti, Kabardinci trůnem pána vesmíru a krále duchů. Tato pojmenování ukazují na velkou úctu k hoře mezi místními obyvateli. Možná existoval zvláštní kult uctívání Elbrusu, proto byly osady postaveny kolem hory.

Půdorys osídlení z leteckého pohledu částečně připomíná pevnost, nebo opevnění. Lidé vcházeli na náměstí jediným vchodem, který z nějakého důvodu směřoval vždy přesně na sever. Ale teorie

domů. Zpočátku jsme se domnívali, že tento objev není nic zvláštního. Přisuzovali jsme ho Kobánské kultuře, která byla na přelomu prvního a druhého tisíciletí před naším letopočtem na Kavkaze známá - od horního toku řeky Kuban až po Dagestán.»

Nicméně o dva dny později archeologové porovnávali naměřená data a nálezy s leteckými snímky ze sovětských dob. Uviděli neobvykle jasnou strukturu osídlení, skládající se z hlavního náměstí ohraničeného dvěma řadami domů. Takový symetrický půdorys, pečlivě provedený podle jednoho plánu, nebyl v této oblasti nikdy nalezen ani znám. Po shlédnutí dalších leteckých snímků přišlo překvapení. Vědci viděli 12 přesně stejných osad, které se nacházely ve vzdálenosti 3 - 4 kilometry od sebe. A to byl jen začátek!

Když Sabine Reinhold společně s historiky a odborníky zkoumala letecké snímky s dalších oblastí, našli celkem 160 na vlas stejných sídel.



ochranného opevnění je nepřijatelná při pohledu ze země. Dveře domů směřují ven mimo stěny osady.

Přesto se archeologové se domnívají, že osada mohla být dočasnou stavbou pastýřů.

Nicméně, dům byl příliš kvalitně postaven, než aby sloužil jako pastýřský úkryt. Stěny jsou půlkruhové jako apsidy kostela. Fasády lemované bílými kameny nebyla vytvořeny pro pohledy ovcí. Dům měl zdvojené zdivo s masívními dveřmi. V hrubých stěnách je krásně vidět architektonický styl, netypický pro jiné památky v Kobánské kultuře.





Při pohledu shora vypadá celá vesnice jako heřmánek s okvětními lístky. Vědci neznají odpověď na otázku, odkud byl odebírán materiál na stavbu osad. Podle odhadů odborníků, kameny, které nyní leží na místě bývalých osad, by stačily na rekonstrukci podezdívky vysoké pouhý jeden metr! Kde se těžil kámen a kam zmizely dnes chybějící bloky a kvádry?

Podle výpočtů, žilo ve všech 160 vesnicích současně asi 25.000 lidí. Nálezy dokazují, že šlo o dlouhodobý a trvalý pobyt obrovského množství populace. Při výkopech dvoupokojového domu o rozloze 300 metrů čtverečních našli archeologové asi 30.000 fragmentů nádherně zdobené keramiky. Radiokarbonovým datováním bylo určeno stáří osad do období XIII. století před naším letopočtem.

V té době bylo klima na Kabardinském hřebenu mnohem mírnější než v současnosti. Rok měl 300 slunečných dní, průměrná teplota v lednu se pohybovala kolem nuly. Mírné klima umožnilo žít v takové výšce. Spodní hranice osad je v nadmořské výšce 1400 m, horní hranice je ve výšce 2400 metrů. Jedná se o běžnou horu (horský hřeben, plošiny), kde dnes neexistuje žádná přirozená ochrana před povětrnostními vlivy.

Mikroklimatické simulace naznačují, že Kislovodskou pánev zasáhla hrozná století tepla. Možná proto šli lidé do hor? Archeologové se domnívají, že se místní lidé zabývali převážně chovem dobytka a zemědělstvím. V okolí osad byly nalezeny kosti velkých zvířat, fragmenty bronzových srpů, kamenné struhadla a kukuřice.

Je zajímavé, že orná půda a zemědělství nikdy nebylo vlastní oficiální Kobanské kultuře. To je další argument ve prospěch horské plošiny obývané neznámými lidmi. Udivující je struktura a podobnost 160 sídel, která ukazuje na sociální systém tohoto lidu. Všechny sídla jsou stejná, bez možnosti určit jedinou, která by mohla být považovaná za centrum, nebo hlavní město!

Záhadní lidé záhadně zmizeli

Neznámá civilizace záhadně zmizela. Lidé, žijící v XI - XIII století před naším letopočtem na úpatí hory Elbrus, opustili své domovy. Odborníci se domnívají, že odešli do Kislovodské pánve důsledkem chladného počasí. Nicméně, Kobanská kultura je dobře archeology zdokumentovaná. Ani polovina lidí nemá příznaky neznámé civilizace z Kabardianského hřebenu. Navíc, na horských

plošinách mezi 160 osadami, které leží 90 kilometrů od východu na západ a 30 kilometrů od severu k jihu, nebyli vedci schopni nalézt pozůstatky po jediné osobě.

Odborníci doufají, že se podaří někdy v budoucnu vyřešit alespoň některá tajemství dávných obyvatel hřebenu. Do této chvíle

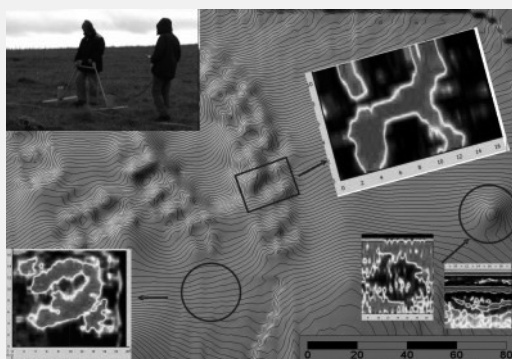
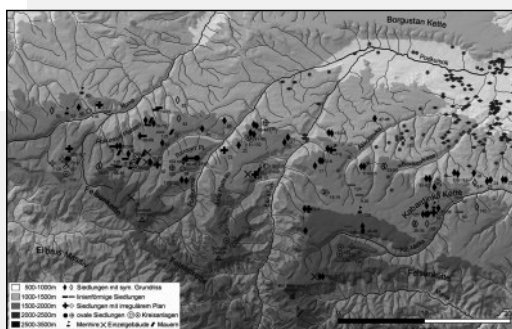
neexistuje žádný kompletní seznam otázek a odpovědí. Jedna odpověď se již dnes nabízí.

Předpokládá se, že záhadní obyvatelé mohli přijít z nedalekého Arkaimu, velkého města, které vzkvétalo na Urale v III.-II. tisíciletí před naším letopočtem. Zdi města obehnané příkopem, měřili na šířku 5 - 6 metrů. Celkem zde žilo 2000 - 2500 lidí. Lidé z Arkaimu také záhadně zmizeli. Zanechali po sobě vyvinutou architekturu,

město bylo postaveno také podle jednotného plánu, což je mimořádně extrémní rarita pro civilizace těch časů.

Možná to byla skutečně úplně nová civilizace, která vznikla na úpatí hory Elbrus, a pak šla do jiné oblasti vybudovat své město a komunitu. Je docela možné, že jednou najdou archeologové další stopy stejně náhodně, jako osady na Kabardinském hřebenu.

- mate -



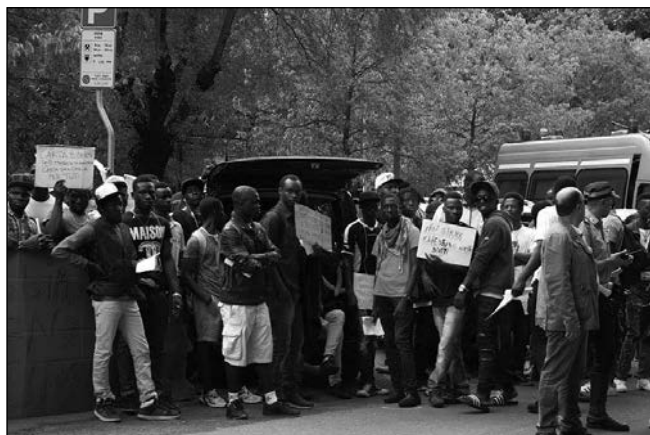
Evropané jsou uprchlíci ve vlastních domovech. Imigranti požadují peníze a doklady ...

Itálie: přes 200 imigrantů protestovalo ve městě Modena. Salvini, Liga severu: „Již roky žádám námořní blokádu a vy tvrdíte, že se to nedá uskutečnit. Nyní, aby se ochránil zadek mocných, po dobu jednoho týdne nikdo nepřistane.“

zajištěnou teplou stravu a lůžko, na pokojích uklízečku a kapesné včetně ošacení i bezplatné zdravotní péče.

Že by se mohly jejich obavy stát realitou?

jsou uprchlíci ve vlastním domově. Mluvíte o právech, dnes je Mezinárodní den proti diskriminaci na základě pohlaví, ale přesto děláte kšefty se Saúdskou Arábií, Íránem, Pákistánem, Nigérií, kde je za homosexualitu trest smrti.



Itálie - Modena, 15.05.17 - protest imigrantů, chtějí peníze a doklady ... (ModenaToday)

Jak jsem již psala minule, kvůli summitu G7, který se koná na Sicílii v Taormině, bude platit zákaz vylodování ... najednou to jde!

Ve městě Modena (v provincii Emilia-Romagna), dne 15. května migranti - žadatelé o azyl - podpořeni Sociálními centry - zorganizovali protestní průvod od nádraží k Prefektuře, kde musel být odkloněn provoz a odpoledne pokračovali dále ke Questuře. Požadovali peníze, doklady, bydlení, práci a další privilegia. Migranti také požadovali obnovení přechodného pobytu, Questura jim odmítá vyhovět a je-li to téměř výhradně původem z Afriky mají obavy, že s novými zákony a otevíráním nových středisek pro ekonomické migranty (CPR) na ně čeká repatriace ... **Tito afričtí migranti mají strach, aby nenastal konec časům, kdy mají**

Mimo tři video záběry z akce migrantů, přikládám nakonec přesný překlad dvouminutového projevu Salviniho, protože to opravdu stojí za to. Nebere si servítky a nebojí se nařknout evropské komisaře z pokrytectví a neschopnosti !

Kompletní proslov z Plenární schůze

17. května ve Štrasburgu:

Matteo Salvini, jménem skupiny ENF. - Paní předsedkyně, vážení kolegové, zdá se mi, že Evropa je řízena neschopností, s nedobрым úmyslem a pokrytectvím.

Mluvíte o práci, s vašimi předpisy a vaší měnou se přineslo do Evropy 35 milionů nezaměstnaných. Mluvíte o obchodu a přitom obnovujete Sankce proti Rusku, které stojí naše hospodářství miliardy eur za ztracený export. Mluvíte o právech a myslíte na odstranění celních poplatků, které chrání naše podniky před nekalou konkurencí ze strany Číny: ocel, papír, sklo, keramika, textil. Mluvíte o boji proti terorismu a nehýbnete ani prstem, aby se zastavilo přistání tisíců a tisíců falešných uprchlíků a skutečných zločinců, kteří především, například, v ulicích města Modena, požadovali peníze, doklady, dům a práci. Aby jste věděli, drazí Komisaři, mnoho Italů a Evropanů by chtělo peníze, doklady, dům a práci, ale oni

Kolik pokrytectví, drazí Komisaři! Přijedete na G7 na Sicílii, která má 50 procentní mladickou nezaměstnanost, přijedete na tu Sicílii, kde jste vyměnili hospodářství v oblasti zemědělství a rybářství za vylodování a ilegalitu. Nevím kolik budete stát, nevím co budete dobrého jíst, nevím, kde budete spát, rozhodně ne v nějakém přijímacím středisku, ale vím jistě, že jako Liga v budoucnu myslíme na G7 národů a nikoliv pro mocné jedince.

Jednoho výsledku jste dosáhli. Po dobu jednoho týdne nikdo na Sicílii nepřistane. Ale jak je to možné? Já jako Liga žádám již roky námořní blokádu, blokaci odjezdů a příjezdů, (nebylo by) mrtvých, a vy tvrdíte, že se to nedá uskutečnit, že se nemohou blokovat přistání a že není možné kontrolovat hranice a nyní, aby se chránil zadek někoho mocného, po dobu jednoho týdne nikdo nepřistane? Styďte se!

Video a text: <http://tv.ilpopulista.it/video/17-Maggio-2017/14411/video-salvini-vergogna-ue-governata-da-incapacita-malafede-e-ipocrisia.html>

<http://pilloni.blog.idnes.cz/blog.aspx?c=605017>
<https://www.youtube.com/watch?v=4j-FITHxTX-Q>
<http://www.modenatoday.it/cronaca/corteo-migranti-modena-15-maggio-2017.html>
<https://www.youtube.com/watch?v=wF-4gbG3URfg>
<http://pilloni.blog.idnes.cz/blog.aspx?c=605017>

KÓTA ZULU 664

PRVNÍ PYRAMIDA NA SLOVENSKU

Jiří Matějka



Začátkem prosince 2016 jsem navštívil s Dr. Samem Osmanagichem, objevitelem a ředitelem Nadace Bosenská pyramida Slunce, podivný kopec u Rudňan. Bezejmenný kopec ve tvaru pyramidy je na mapě označen jako kóta 664. Na základě nových poznatků jsme společně pojmenovali kopec ve tvaru pyramidy jako KÓTA ZULU 664.



Před časem jsem zveřejnil v časopise WM magazín popis první expedice do Rudňan. Článek vzbudil velký zájem čtenářů. Považuji za vhodné připomenout novým čtenářům zkráceně základní fakta z prvního průzkumu.

SLOVENSKÉ RUDOHORÍ

Slovenské rudohoří je nejstarší a nejstabilnější tektonickou jednotkou Západních Karpat. Oblast leží na vulkanické brázdě. Sopky na Slovensku vyvrhovaly tuny lávy od Lučence po Bánskou Bystricu ještě

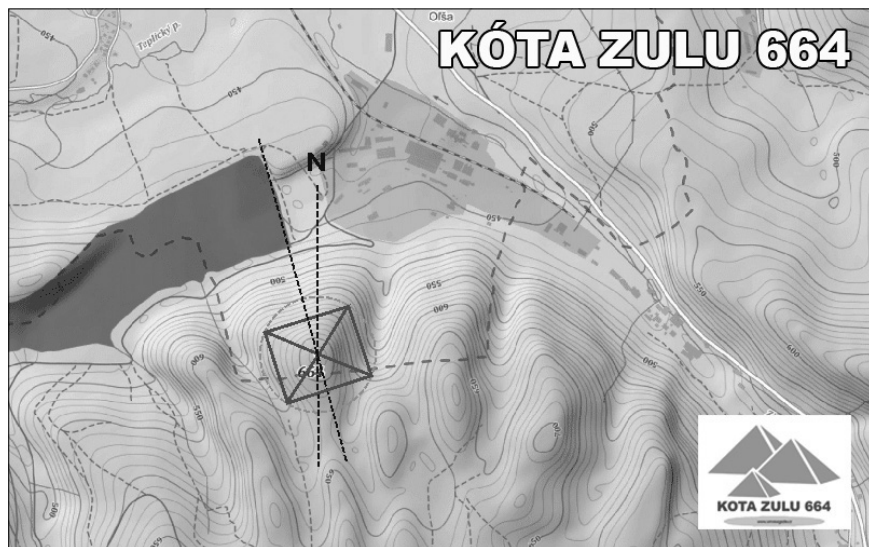
v nedávné době na linii vzdálené od Rudňan 110 kilometrů. Přesto nebyla Spišská oblast zasažena tektonickými posuvy. Proto je Slovenské rudohoří, zejména Spišská oblast, historicky nejzajímavější lokalitou v oblouku Západních Karpat!

PRAVĚKÁ HORNICKÁ MĚSTA

Ve městě **Spišská Nová Ves** jsem byl v červenci 2015 poprvé. Náměstí ve Spišské Nové Vsi (SNV) je největší

v Evropě. Nejvyšší kostelní věž na Slovensku má 87 m a najdete ji právě zde.

Zjistil jsem, že první písemné zmínky o starobylém, bohatém a svobodném městě Spišská Nová Ves



pochází z roku 1268. Tehdy se nazývalo Villa Nova. Na první pohled je zřejmé, že jde o latinský název a pochází z období římské říše. Co Římané hledali, proč je tolik interesoval Karpatský oblouk na východě? Podle učebnic dějepisu zde neměli vůbec být. Území bylo obývané již od neolitu a v době Velkomoravské říše. Ve Spišském rudohoří se nachází velké nerostné bohatství. Těžila se, zhutňovala a zkujňovala železná ruda, měď, olovo, zinek, nikl, kobalt, rtuť, drahé kovy jako zlato a stříbro, z nerud pak baryt a sádrovec. Nachází se zde mnoho hornických osad a obcí, kde se již od starověku těžily drahé kovy. **Markušovce**, které se původně jmenovaly **Villa Marci**, **Zlatno**,

kde se rýžovalo zlato a **Poráč**. Směrem na východ jsou Krompachy známé těžbou železných, měděných a stříbrných rud s obsahem zlata. **mlýny- Dědky** jsou nejvýznamnější hornické centrum sdružující starobylé osady Biele Vody, Havrania dolina,

Palcanská Maša, Prostredný Hámor, Rakovec a Sykavka. Těžila se zde železná a měděná ruda, nikl a kobalt. Švedlár nedaleko Markušovců, kdysi nejlidnatější město na Spiši, obývané již v době bronzové, stejně tak **Závadka** a mnoho dalších zaniklých osad.

RUDŇANY

Stará hornická obec Rudňany, historicky známá jako **Měděný potok**, se nachází na jižním svahu Spišského rudohoří východně od Markušovců. V prvních spisech (1360) je vzpomínána jako hornická osada Koferbach. V roce 1948 byla obec přejmenována na **Rudňany**.

Již v dávné minulosti se zde těžila měděná ruda, rtuť a železná ruda.

PRŮZKUM KÓTY ZULU 664

Kopec ve tvaru trojboké pyramidy nemá jméno. K severní základně se dostanete po staré neudržované cestě, kolem Zadného potoka. Svah je zarostlý neprostupnou vegetací. Existují dvě možnosti jak se dostat na vrchol. Pěší výstup s mačetami, nebo vyjet na vrchol bočními cestami terénním autem.





Stezka pod vrcholem KÓTY ZULU 664 končí ve vysoké trávě. V tichém úžasu jsme stáli na rozlehlé plošině. Každý z nás vnímal podivný pocit klidu. Pak se odehrálo něco podivného. Nevím proč, něco mě táhlo do hustého porostu. Utíkal jsem přes spadlé stromy a kameny do strmého svahu. Najednou vegetace zmizela. Stál jsem na malé mýtině s plochými kameny ve vysoké trávě, stál jsem na vrcholu KÓTY ZULU 664.

PYRAMIDY, ORIENTACE, PODZEMNÍ CHODBY A VODA

Posvátná geometrie

Na naší planetě je zdokumentovaných nespočet pyramidálních staveb. Všechny mají několik společných kritérií. Hlavním znakem je tvar, geometrie a orientace ke světovým stranám. KÓTA ZULU 664 není orientovaná k dnešnímu severu. Osa vykazuje odchylku 10-15° od severu, tak jako nejstarší stavby světa. Příkladem můžou být stavby v Teotihuacánu, které vykazují stejnou odchylku v orientaci, která se nazývá tzv. **Božská odchylka**. První stavby a pyramidy byla postaveny s odlišnou orientací k severu.



Podzemní chodby

Dalším kritériem jsou podzemní chodby, které najdeme u všech nestarších pyramidálních staveb na světě. V Rudňanech dnes existuje podzemní komplex chodeb z nedávné důlní činnosti. Tyto chodby jsou nové, uměle vyhloubené před desítkami let. Při pohledu z výšky vidíme mnoho propadů a terénních deformací. Některé z nich mohou být **stopy starých podzemních tunelů a chodeb z období před tisíci lety**.

Voda

Neméně důležitým znakem je přítomnost tekoucí vody a podzemních jezer. Voda je nejdůležitějším prvkem jakékoliv pyramidální stavby. Nedávné průzkumy potvrdily přítomnost sítě podzemních kanálů pod pyramidami v Gíze. Existují svědectví místních, kteří popisují chodby zcela, nebo částečně zaplavené vodou. Ruský průzkum před desítkami let objevil velké jezero pod pyramidovým komplexem v Gíze. Tyto objevy nejsou zveřejňovány.



PYRAMIDY A FYZIKA

Tekoucí voda nad kovovým předmětem může vytvářet potencionální energii. Fyzika to formuluje jako pohyb těles v tíhovém poli Země. Pod určitým tlakem, nebo pohybem, vzniká energie (W).

Důležitost tohoto poznatku spočívá v tom, že platí nejen pro velká tělesa, ale i pro jejich nepatrné částice např. molekuly. Místa budoucích staveb si dávní architekti pečlivě vybírali. Důležitým prvkem byla podzemní voda a geochemické rudné anomálie.



Pod karbonovým masívem Rudňany – Poráč je podzemní jezero, které je napájeno prameny, průsaky a srážkovou vodou. Voda z podzemí KÓTY ZULU 664 vytéká do Rudňanského potoka v objemu 20 l/ sec. Zjišťovali jsme složení vytékající vody. Výsledky měření vody ukazují složení rud a nerostů. Hluboko v podzemí se nachází železné, měděné, rtuťové a barytové horniny.

Je nepochybné, že dávní stavitelé považovali posvátnou orientaci, vodu a rudy za jeden z nejdůležitějších faktorů, při plánování pyramidálních staveb.

Železo, kovové rudy a tekoucí voda nad nimi vytváří negativní energii. Dnes tomu říkáme geopatogenní zóny, které se snažíme různými prostředky eliminovat. Dávní stavitelé stavěli nad zónami kamenné monumenty, které dokázaly negativní energii přeměnit na prospěšnou.

Elektromagnetická anomálie a negativní ionty

Nedaleko vrcholu KÓTY ZULU 664 jsem naměřil zvýšené hodnoty elektromagnetického pole. Současně probíhalo měření vzdušných negativních iontů. První měření ukázalo hodnotu 11.730 iontů/cm³, na jiných místech 4.300 iontů/cm³. To jsou vysoké hodnoty, které se v přírodě běžně nevyskytují.



Uvádí se, že v lese bývá běžně 1.500, u vodopádů 4.500 iontů/cm³. Před obrazovkou PC je to pouhých 300 iontů/cm³. Vysoká hodnota vzdušných iontů je prospěšná pro lidské zdraví.

Měření mikrovln

Měřil jsem pomocí citlivého zařízení také mikrovlnné záření, které se v přírodě běžně nevyskytuje. Na starém kultovním místě na jih od vrcholu jsme naměřil vysokou hodnotu mikrovlnné odezvy.

Staré civilizace dokázaly využívat tuto energii ve svůj prospěch. Stavby ve tvaru pyramid nad těmito místy, dokážou přeměnit negativní energii na pozitivní. Dnes takovou konstrukci nazýváme tvarovým zářičem.

DOBA LEDOVÁ A KÓTA ZULU 664

Kopec, který jsme pojmenovali KÓTA ZULU 664 je vysoký 180 metrů. Sklon stěn je přibližně 30 stupňů. Východním směrem se nacházejí další tři kopce, které svým tvarem připomínají trojboké pyramidy,

stejně jako KÓTA ZULU 664.
Proč ji dnes vidíme jako trojbokou pyramidu?

Na konci poslední doby ledové došlo na severní polokouli k tání ledovců. Vodní masy před sebou tlačily uvolněné horniny, písky a štěrky, které se přirozeně ukládaly za pevnou překážkou - v případě Rudňan za stabilním „karbonovým masívkem“? Proto dnes vidíme KÓTU ZULU 664 jako trojboký podivný kopec.

NEMOŽNÉ NÁLEZY

Na vrcholu KÓTY ZULU 664 jsme objevili několik zajímavých kamenů. Na severní straně jsou dvě zemní sondy. Vytažené kameny jsou běžného výskytu. Sonda byla provedena do hloubky 0,6 metru. Před lety byla na severní straně hloubena vodorovná šachta do nitra hory. Bohužel neexistují žádné záznamy ani fotografie z průběhu dolování. Je podivné, že práce byly ze dne na den zastaveny a chodba zasypaná. Zbytky vytěženého materiálu můžete vidět u základny kopce.

ENERGIE PYRAMID V RUDŇANECH

Celá oblast kolem Rudňan je energeticky zajímavým místem. Na naší planetě je nespočet pyramidálních staveb, které mají společné znaky. Je to geometrie, orientace, podzemní voda a kovové rudy. Tekoucí voda nad kovovým ložiskem vyrábí měřitelnou energii. Zdá se, že naši předkové znali tento princip a uměli ho využívat ke svému prospěchu. Na energeticky silných místech stavěli pyramidy, nebo kamenné monumenty.

PROČ KÓTA ZULU 664?

První průzkum Rudňanské lokality přinesl zajímavé výsledky. Nepodařilo se nám zatím prokázat, že kopce ve tvaru pyramid mohou být skutečné pyramidy. Provedli jsme první měření, které potvrzují, že pod karbonovým masívkem a tekoucí vodou je kovový disk, nebo ložiska rudy. Kov a podzemní vody emitují energii.

ZULU je pojem známý mezi archeology. Je to civilizace na Africkém kontinentu, která budovala



stavby, se kterými se oficiální věda neví rady. Možná to bude mnohem jednodušší s novým objevem KÓTY ZULU 664.

PRVNÍ SETKÁNÍ NA SLOVENSKÉ PYRAMIDĚ KÓTA ZULU 664

První informace časopisu WM magazín vzbudily velký zájem našich čtenářů a účastníků expedic s Novým cestovatelem z.s. V létě plánujeme setkání na místě samém. Podrobnější informace najdete v časopise WM magazín.

Video - rozhovor s Dr. Osmanagichem pod KÓTOU ZULU 664 najdete na www.wmmagazin.cz

Pojem mystiky, zvláště křesťanské

Zevní svět totiž ztotožňuje s mystikou pojem jiný – pojem mysticismu. Mystika není však mysticismem. Slovem mysticismus rozumí se vše tajemné, nevysvětlitelné, mlhavé, po případě i příšerné, zatím pojmem mystika rozumíme něco zcela jiného.

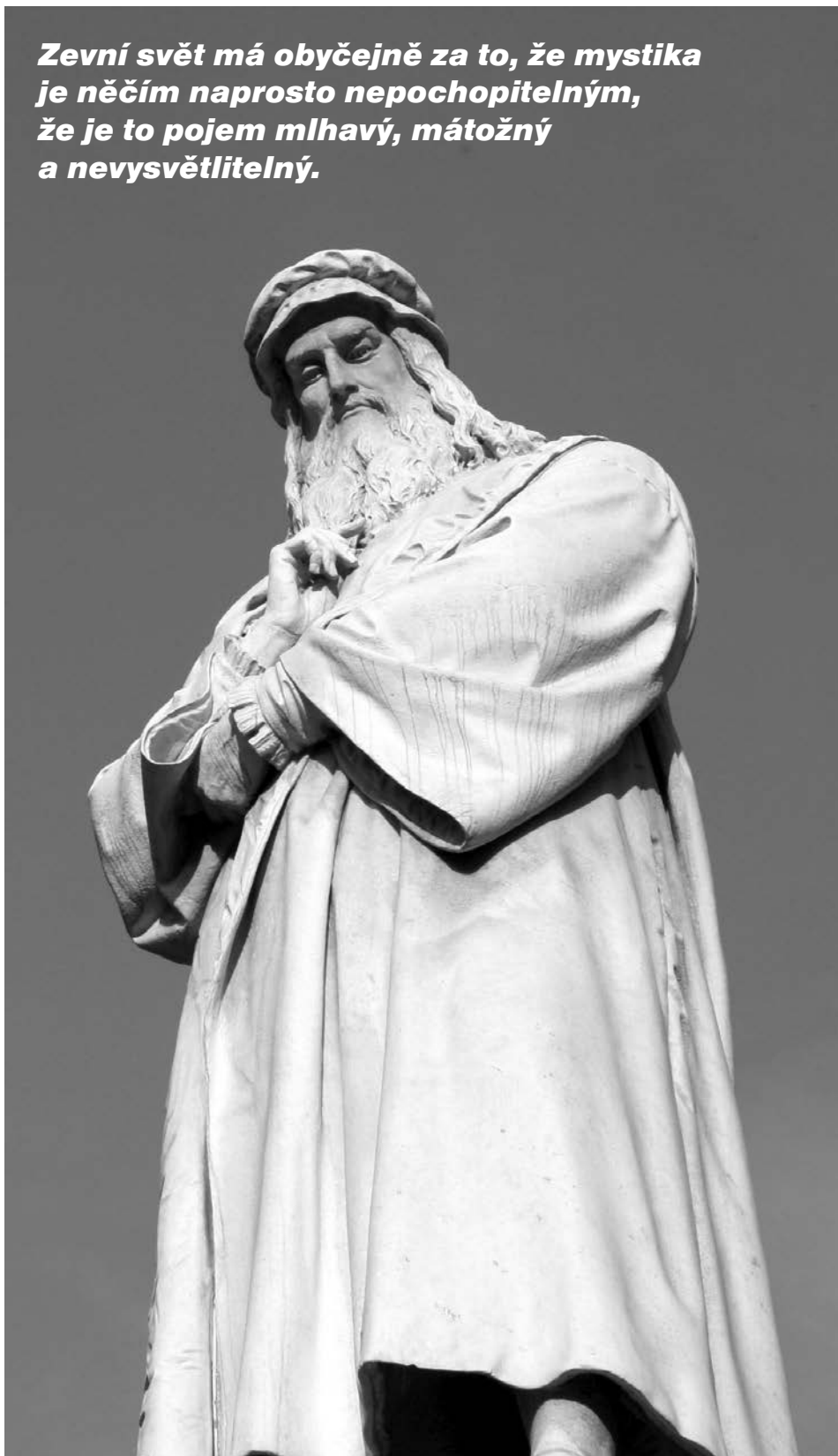
Mystika jest nauka a zároveň také praxe, jak člověk smrtelný může se za živa spojit se svým Tvůrcem. Mystika není pouhou teorií, nýbrž je zažitím. Čtenář naráz vidí, že zde běží o něco neslýchaného, velikého, nepochopitelného i pro člověka, který je nábožensky založen. Pro toho, kdo nemá citu ani porozumění pro věci náboženské, je to ovšem pojem absurdní.

Člověk materialistický a spiritualita

Pokusím se několika slovy vysvětliti, oč jde. Sejdeme-li se s člověkem třeba velmi vzdělaným, ale materialisticky založeným a právě tak žijícím, který tedy je v nitru naplněn jen a jen představami o hmotě a životě smyslovém a pozemském, a povíme-li mu něco o výjevech spiritualistických nebo o teorii, která se je snaží vyložiti, setkáme se nejen s výsměchem, nýbrž i s jakýmsi podrážděním, ba hněvem, kterého náš přítel nedovede ani ovládnouti.

Dlouho jsem se snažil vyložiti si tuto nápadnou věc a dospěl jsem k přesvědčení, že tací lidé jsou tak duševně přeplněni svými hmotářskými názory, že se staly jejich životní složkou, a proto v nich vzniká pocit, že by si nějak ublížili, kdyby přijali něco

Zevní svět má obyčejně za to, že mystika je něčím naprosto nepochopitelným, že je to pojem mlhavý, mátožný a nevysvětlitelný.



z oněch »směšných« výkladů. Je tomu vskutku tak, neboť kdyby přijali, tu opravdu by v nich něco »zemřelo«, něco by ztratili – totiž svoje staré přesvědčení a pak by musili bezpochyby změnit také svůj život, odložit mnohé oblíbené předsudky (to jsou největší nepřátelé pokroku!), mnohé zlozvyky, vášně a třeba neřesti. Ne! Raději zamítnu vše a zůstanu ve svém brlohu, ve své teplé kobce – po smrti – nu, po smrti snad nebude nic – a jestliže bude přece něco – oh, raději na to nemysliti.

Karma, zákon odměn a odplat

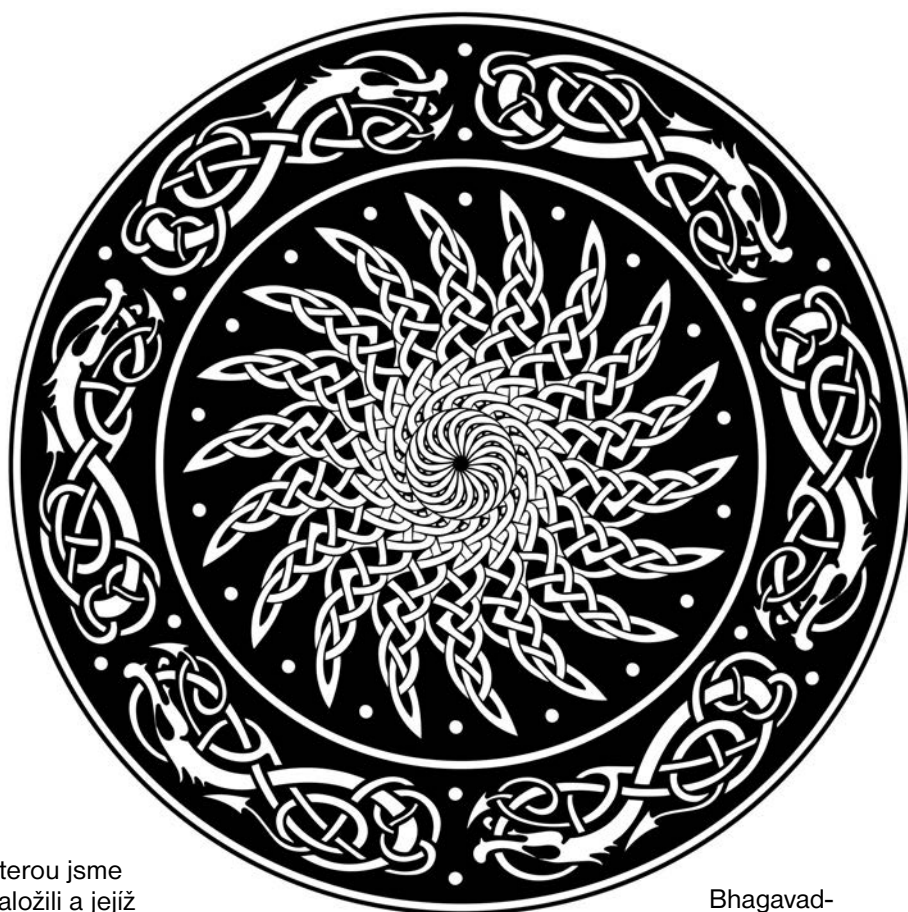
Tak soudí člověk hmotně žijící a hmotně založený. Ale je jistě ještě příčina jiná, která mnohým a mnohým brání, aby nepřijímali nauk spiritualistických nebo snad dokonce okultních. Je to karma. Zákon odměn a odplat za hrobem je nutí, aby alespoň pro tento život nepřijali vyšších nauk, vyššího vědění, aby zůstali státi před zastřeným obrazem ze Saidy, třeba se někdo nabízel, že jim jej pomůže odhaliti.

Skeptik se bojí instinktivně záhrobních odměn a hlavně ovšem trestů, které by ho stihly, a proto schovává hlavu do písku jako pštros a domnívá se, že jim tak ujde! Jak směšné to počínání.

Že karma působí ohromnou silou právě v případech, kdy cesta lidského individua se má obrátiti, kdy její sklon dolů se má proměnit ve směr vzestupu, o tom máme mnoho očividných důkazů. Karma staví překážky, aby jistí lidé nepoznali okultních nebo mystických nauk, karma jim i brání, aby nemohli čísti knih, které si třebas i koupili! Zní to dozajista podivně, ale uvedu jeden konkrétní případ – z mnohých, které znám.

Hluboká brázda do duše

V letech devadesátých měli jsme v Praze první theosofickou lóži,



kteřou jsme založili a jejíž členové se v určitých dobách scházeli ke studiím a rozhovorům. Mezi jinými chodil také mezi nás pan Z. Byl to velice vzdělaný mladý muž, který ovládal několik cizích jazyků a byl nadšeným okultistou, alespoň pokud se týkalo četby knih. Poněvadž byl velmi bohat, mohl kupovati spousty spisů ve všech možných jazycích, které hromadil a hromadil, ale které také četl. Stalo se náhodou, že kdysi se zmínil spisovatel Gustav Meyrink, který byl rovněž členem naší lóže, při jedné takové schůzce, zdali pan Z. již také četl Bhagavad-Gitu. V úvodu k této knize jsem poznamenal, že Bhagavad-Gita je jedním z nejlubších mystických spisů. V tehdejších letech byla naší nejoblíbenější knihou a náš hovor se neustále točil kolem velikých mystérií, jež tato kniha obsahuje. Na otázku předloženou odpověděl pan Z., že jí dosud nečetl, ba přiznal se, že ji ani dosud nekoupil. Byla to věc sice překvapující, když uvážíme, že kupoval jiných knih takové spousty, ale přece jsme si toho příliš nevšimli. Pan Z. však dodal, že ihned příštího dne si

Bhagavad-Gitu objedná.

Asi za měsíc potom otázel se při schůzce v kavárně G. Meyrink pana Z., zdali již má Bhagavad-Gitu. Meyrink byl totiž člověk velmi bystroduchý a učinil z onoho doznání pana Z. pro sebe jistý závěr, který nám teprve později pověděl. Na tuto druhou otázku odpověděl pan Z., že dosud Bhagavad-Gity neobjednal, ale že to ihned učiní. Tak se táhla tato věc téměř šest měsíců, ale pan Z. stále Bhagavad-Gity neobjednával a neměl. Spisovatel Meyrink občas prohodil stejnou otázku, a konečně sám pan Z. prohlásil, že je to nepochopitelné, proč právě této knihy neobjednává... My ostatní jsme již chápali, oč jde a byli jsme velmi zvědaví na výsledek. Konečně dospěly věci tak daleko (Meyrink byl totiž muž velmi houževnatý!), že v kavárně došlo k následující výměně slov mezi ním a panem Z.: Meyrink: »Máte již Bhagavad-Gitu?« Pan Z.: »Zase jsem ji zapomněl objednat!« Meyrink: »Nu nevádí, můžete ji objednat ihned.« Pan Z.: »To také učiním!«



Poté byl zavolán číšník, aby přinesl dopisní listek, pan Z. napsal knihkupci objednávku a listek byl šťastně odeslán. My ostatní jsme ovšem hořeli zvědavostí, jak věc skončí a jeden z nás dokonce poznamenal potají, že snad zatím bude kniha vyprodána nebo že zbývající náklad shoří, ale že jistě pan Z. knihy nedostane.

Ale stalo se jinak. Kniha skutečně asi za týden přišla. Pan Z. ji přinesl brožovanou vítězoslavně do nejbližší schůze a zářil radostí, že konečně ji dostal do rukou. Ted' jsme ovšem očekávali, že v nejbližších dnech nám bude podávati pan Z. stručný referát o Bhagavad-Gítě, kterou přečetl – snad alespoň z části. Ale bylo jinak. Pan Z. mlčel dva, tři, čtyři týdny i déle a konečně byl to zase spisovatel Meyrink, který ho vyburcoval novou otázkou: »Nuže, jak se vám líbí Bhagavad-Gita?« Pan Z. se jen laskavě pousmál a řekl:

»Nejsem s to čísti knih nevázaných, a proto si musím nejdříve dáti knihu tak cennou svázati a přemýšlím již několik týdnů, jakou zvláštní vazbu bych pro ni vyvolil.«

Tyto úvahy o vazbě potrvaly zase několik týdnů, které však již nepadaly na váhu, neboť jsme byli jisti, že pan Z., jakmile bude kniha svázána, bude ji také čísti. Po nějaké době přišel pan Z. a záře radostí, nám oznámil, že právě si dal u jistého malíře zhotoviti náčrt na tepanou vazbu měděnou, která bude vhodnou ozdobou k jeho Bhagavad-Gitě.

Trvalo zase dalších několik týdnů, než byl hotov náčrt a než byla konečně provedena měděná vazba. Konečně přinesl pan Z. svázanou knihu v měděných deskách a ve skvostném pouzdře, aby se s ní radostně pochlubil. Ale my jsme čekali, až knihu přečte a až nám poví, jaký naň učinila dojem. Ale podivno! Kdykoliv jsme se tázali pana

Z., zdali již knihu četl, vždycky nám odpověděl stejně: »Nevím, co v tom vězí! Čítávám rád do pozdních hodin nočních anebo časně ráno na loži. Při jiné četbě neusínám nikdy, ale jakmile vezmu do ruky Bhagavad-Gitu, usnu tvrdě ať večer ať ráno, když přečtu jen několik řádek. Umínil jsem si tedy, poněvadž této knihy nemohu doma čísti, že ji vezmu s sebou do Královské Obory. Tam že usednu v ústraní na lavičku, abych se nerušeně mohl oddati hlubokým krásám tohoto výkvětu indické literatury. Učinil jsem to mnohokrát, ale i když jsem seděl na nejdlehlším místě, objevil se vždy nějaký známý pán, nebo nějaká známá dáma, kteří se se mnou dali do hovoru a oloupili mne tak o kýženou příležitost ke čtení. Podobně se mně děje doma v hodinách denních, neboť jakmile vezmu Bhagavad-Gitu do ruky, zazvoní elektrický zvonek a je zde nějaká návštěva, byť to bylo i v hodině nejméně vhodné.«

Co je mystika?

Ale vraťme se k otázce, co jest mystika? Řekli jsme, že mystika jest naukou a zároveň také praxí, jak spojit se za živa se Stvořitelem, čili jak život svůj posvětit. Mystikovi musí být Božství právě tak žádoucím, »jako zloději zlatý poklad, který leží ve vedlejší světnici a od něhož jest oddělen pouze tenkou stěnou«, jak praví Rama Krišna, veliký brahmínský mystik našich dnů. Jenom ten, kdo má takovou nezkrotnou touhu a takovou lásku k Bohu, kdo po Něm tak žízní, kdo dojde na onen stupeň vnitřního produševnění, že myšlenka na Božství v něm převládá při veškeré hmotné práci, kdy dominuje nad veškerými jeho zájmy, kdy se mu staví před oči i ve snu – jenom ten může doufat, že dojde cíle.

Ale v životě snad není možno, abychom se stále a stále oddávali takovým myšlenkám, abychom vždy a vždy myslili jenom na Stvořitele! – Vždyť tak bychom v nynějším shonu, v nynějším boji o existenci vyřadili se sami z řad zápasníků a zahynuli bychom nedostatkem životních potřeb, poněvadž bychom zanedbali svých povinností? Ne tak! Při všem našem konání, při jakémkoli oboru a v každém zaměstnání můžeme se státi a zůstati pravými mystiky. Mystická Cesta může být vrcholem našich snah, a přece nám to nebude bránit, abychom žili, abychom si opatřili životní prostředky, abychom zůstali ve hmotném smyslu normálními členy lidské společnosti.

Ale právě to, jak zařídit si život, aby mystická Cesta i hmotné snažení byly v souhlasu, jest vlastně u nás na západě nejobtížnějším úkolem pro

každého jednotlivce. Známe velmi mnoho lidí, jsou to sečtělí okultisté ze všech společenských tříd, kteří znají mystické nauky a jsou přesvědčeni o jejich vznešených pravdách, ti vědí zcela dobře, že mystická Cesta jest jedinou správnou a bezpečnou cestou, která vede k duchovnímu vývoji, k nejvyšší metě lidského života. A přece se nemohou odhodlati, aby tuto Cestu nastoupili. Slýchám často, jak tací lidé říkají: »Až dohotovím tu a tu práci, počnu ihned s praktickým mystickým cvičením.« Nebo: »Až se zbavím těch a těch starostí, až se přestěhuji, až dosáhnu toho a toho postavení, – pak ihned se chopím mystické práce.«

Mohu ze zkušenosti říci, že nikdo, kdo takto smýšlí, nepočne nikdy konati mystických cvičení. Takové a podobné překážky má každý. A kdyby každý takto





smýšlel, nebylo by věru na světě jediného člověka, jenž by se odhodlal nastoupiti mystickou Cestu. Dnes není ovšem možno opustiti rodinu, dům a zaměstnání a odejiti do hor nebo na poušť a státi se tam poustevníkem, který v sebekázi věnuje celý svůj život nábožnému rozjímání a mystické Cestě. Jediný způsob řešení této obtížné otázky jest zůstatí u svých povinností a byť byly sebeobtížnější, vykonávati je s největší pečlivostí a při tom jen chtítí! Kdo chce, může! A kdo to činí, provádí vlastně karma jógu.

Když budeme chtítí, nalezneme vždy dosti času, který věnujeme denně mystickému cvičení. I v nejobtížnějších okolnostech nalezne ten, kdo chce, ale kdo chce opravdově, chvíle, ve kterých bude nerušený a o samotě i kdyby měl tyto chvíle urvatí svému nočnímu spánku, aby je věnoval práci myšlenkové, kterou jediné lze dosáhnouti duchovního vývoje.

Mystika je tedy snahou po poznání Božského Ducha ve vesmíru i v sobě. Je to snaha dospěti stejně k hlubinám lidské podstaty tak jako k výšinám nebeským. Je to snaha po vykoupení, po osvobození se od hmoty. Za všech okolností a za každého zaměstnání, ať jsme nízcí nebo velicí, nuzní nebo hohatí, vzdělání nebo nevzdělání, ať jsme dobří nebo zlí, ať jsme čistí nebo nečistí, vždycky můžeme ihned nastoupiti svoji cestu k božství, a vždycky, budeme-li si moci počínati upřímně, dojdeme cíle. Ne-li hned, tedy po kratší nebo delší době. Pamatujme, že i nejmenší úsilí na této cestě bude účinkovati a účinkuje na věky věků. Že jakmile jen pocítíme nejmenší touhu sblížití se s Duchem, má to již vliv na celý náš další duchovní vývoj i kdybychom se měli vtělití ještě stotisíckrát. Taková jediná snaha ponese znovu a znovu svoje ovoce a přitáhne nám vždy nové a nové snahy, mocnější a větší,

až konečně budeme zachvázeni pravým svatým roznícením a chopíme se opravdu poutnické hole a vydáme se na Cestu.

Mystika bez náboženství?

Z toho, co jsem pověděl, je zjevno, že k mystické Cestě je třeba nejvyšší zbožnosti, neboť bez ní není možná ohromná snaha po Bohu. Ale zato k ní není třeba náboženství. Tím chci říci, že se nemusíme přiznávatí k určité náboženské formě, že nemusíme býti příslušníky určitého náboženského systému, a přece jen můžeme býti pravými a skutečnými mystiky. Ale jest nejlépe, když se přidržíme na své mystické Cestě oně náboženské formy, ve které jsme byli vychováni.

Podle Rama Krišny má jíti buddhista cestou buddhistickou, vedantista cestou vedantistickou, křesťan cestou křesťanskou a tak dále. Je naprosto

nesmyslné a nerozumné, když člověk vychovaný podle křesťanských nauk se domnívá, že buddhistická nebo jiná indická cesta jest lepší než cesta křesťanská. Naše představy o Božství, vštěpované nám od nejútlejšího mládí, zůstávají v nás nesmazatelné otisky a naše duše je vstřebala a tyto představy bez našeho vědomí v naší duši vypučely, vzrostly, po případě rozkvetly a přinesly i ovoce.

A teď najednou bychom chtěli naštěpovati na tento duchovní strom náboženských představ něco zcela jiného, něco cizího, co potřebuje jiné výchovy, jiné půdy, která obsahuje jiné šťávy! Nesmíme totiž zapomenouti, že každý mystik na počátku své dráhy musí mít určitý ideál božství v jisté formě stále před očima.

Pojem čistého a morálního života

Pokud se týká pojmu tak zvaného »čistého« nebo

»morálního« života, je třeba říci, že naše představy o něm jsou zcela jiné než na příklad v Indii, kde, jak známo, až do dnešního dne existují lidé opravdu svatí. Co je to však svatost? Slovo svatý jest odvozeno ze sanskrtského kmene cvit (čti svit), tedy jest odvozeno od našeho slovesa svítiti neboli zářiti a znamená jas, a sice nejenom jas nebo září duševní, nýbrž i tělesnou. Netřeba dokládati z podání a legend, že svatí lidé skutečně velmi často zářili, zejména kolem hlavy. Taková zář kolem hlavy světců se zobrazuje a zobrazovala po celém světě i v nejstarších dobách, na příklad u Číňanů, Indů, Egyptanů a nejen tedy kolem hlav světců křesťanských.

Mnozí okultisté vykládají toto záření tak zvanou aurou, kterou má však každý člověk, jenomže je neviditelná. Záření světců je zcela něco jiného, neboť je to svit nebeský, který není v nijakém spojení s aurou zvířecího těla lidského. Takovou

neviditelnou auru mají ostatně všechny živé bytosti, nejen člověk.

Mystická cesta

Mystik jde s prostou duší přímo k božství a nežádá si žádných nečistých sil a schopností, nýbrž ubírá se jako nevědomé děcko s nejprostší důvěrou ke svému otci. Jde k němu s čistou láskou a neví o žádných nebezpečích, nevšímá si jich a nebojí se jich, tak jako dítě nevědomé by se nebálo tygrů. Proto jde mystik bezpečně a jistě se mu nic nestane, i kdyby se dopouštěl chyb.

Jsou ovšem lidé, kteří tomu chtějí rozuměti lépe, ačkoliv nikdy mystických cvičení neprováděli, a proto nevědí, co je to »živá víra«. Lidská domýšlivost je ovšem v tomto oboru bezmezná, takže každý, kdo jen trochu ochutnal okultní učení, považuje se již za generála a touží po potlesku davu.

Kdo je pln strachu, že upadne do medijskosti nebo černé magie (oboje je ostatně nejvyšší pošestilé, protože není nijak dokázáno, že by se to vůbec mohlo státi nějakým koncentračním cvičením, kromě praktik s magickými zrcadly nebo při cvičeních, směřujících s vystupováním do úrovně astrální, nebo s vyvoláváním tatvických sil pomocí tantrických slabik), nemá zkrátka oně víry, jakou musí mít mystik a nebude také schopen prováděti ani cvičení jiných.

Mistři duchovna mluvili, psali, mluví a píší vždy obrazně, alegoricky, jinotajně, symbolicky. Proto každá kniha, mluvící filosofickými, nabubřelými frázemi, je daleko od mystiky. Symbolická mluva pravých mystiků jest však v moderní době často napodobována vodnatým slohem, ve kterém se hemží vypůjčené obrazy a porovnání, které však každému pravému mystiku nárazem prozradí svůj nepravý původ. Takových pseudomystických spisů je



PŘEDPLATNÉ

ČESKÁ REPUBLIKA

OBJEDNÁVKA ČASOPISU POMOCÍ SMS:

Stačí poslat SMS: (cena 6 Kč vč. DPH)

na tel. číslo **900 11 06**

**OBJ WMMAG JMENO PRIJMENI ULICE
CISLODOMU MESTO PSC**

OBJEDNÁVKA ČASOPISU TELEFONICKY:

tel: 840 306 090, fax: 234 092 813

OBJEDNÁVKA ČASOPISU EMAILEM:

predplatne@predplatne.cz

www.predplatne.cz

OBJEDNÁVKA ČASOPISU POŠTOU:

A.L.L. Production, s.r.o.

P. O. Box 732, 111 21 Praha

OBJEDNÁVKA ČASOPISU V REDAKCI:

Tel. / SMS: 777 770 606

obchod@wmmagazin.cz

Jiří Matějka, vydavatelství

P. O. Box 10A, 765 01 Otrokovice

www.wmmagazin.cz

ROČNÍ PŘEDPLATNÉ: **690 Kč / 26 €**

ZVÝHODNĚNÉ ROČNÍ PŘEDPLATNÉ
PRO STUDENTY A SENIORY: **600 Kč / 22 €***

ROČNÍ PŘEDPLATNÉ
ELEKTRONICKÉ VERZE ČASOPISU
WM MAGAZÍN 2016: **550 Kč / 21 €.**

Objednávejte v našem e-shopu:

www.wmmagazin.cz/eshop

**STARŠÍ ČÍSLA, CD S WM MAGAZÍNEM
A ZVÝHODNĚNÉ PŘEDPLATNÉ
OBJEDNÁVEJTE POUZE V REDAKCI**

PŘEDPLATNÉ NA SLOVENSKU

OBJEDNÁVKA ČASOPISU POMOCÍ SMS:

Stačí poslat SMS na tel. číslo **7036**

**OBJ WMMAG MENO PRIEZVISKO ULICA
CISLODOMU PSC MESTO**

L. K. Permanent spol. s r.o.

Priama tel. linka: +421 2 49 111 202

Fax: +421 2 49 111 209

Poštový priečinok 4

834 14 Bratislava 34

E-mail: zakova@lkpermanent.sk

Podmínky předplatného měsíčníku WM MAGAZÍN

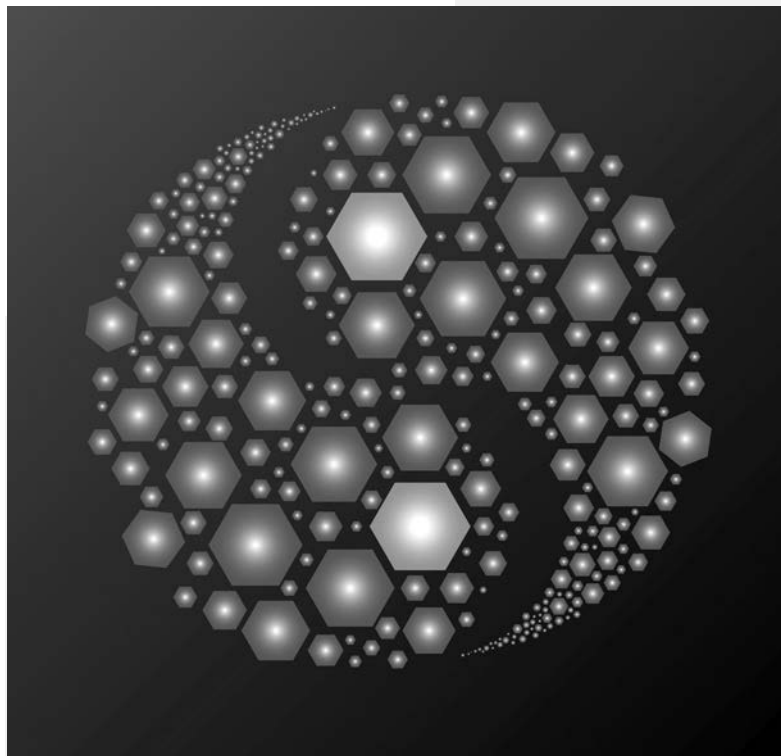
Roční předplatné zahrnuje dodání měsíčníku WM magazín v období 12 měsíců. Vydavatel může v určitých obdobích (Vánoce, prázdniny) některá čísla sloučit, nebo je vypustit. Pokud se rozhodnete změnit objednávku předplatného (např. adresu doručování při dlouhodobé změně pobytu nebo při přestěhování), můžete nám zatelefonovat, faxovat, mailovat nebo napsat na uvedená čísla a adresy.

Zvýhodněné předplatné poskytujeme po zaslání studentského průkazu. Elektronickou verzi WM magazínu si můžete objednat on-line na našich stránkách www.wmmagazin.cz.

Starší čísla zasíláme do vyprodání zásob. Cena za starší číslo je 65 Kč/ks. Pokud požadujete více kusů, napište nám do vydavatelství.

Vyprodáno! K dispozici jsou pouze čísla z r. 2009.

Pojem mystiky, zvláště křesťanské



ted' hojně ve všech literaturách. Všechny soustavy, mluvící k zevnímu rozumu a snažící se vědecky vyložit mystéria, jsou úplně bezcenné. Mystéria nedají se vyložit a pochopit spekulacemi. »Moderní čtenář, který je všemu jinému zvyklý, jenom ne myslit mysticky, a který nemá vnitřních zážitků, zůstává na holičkách, když jest mu předložena beze všeho úvodu skutečná mystická kniha.

Chce-li skutečně pochopit to, o čem mluvili mystikové kdykoliv, musí obecné pojmy našeho světa zůstaviti stranou a veškerou svoji sílu soustřediti na to, aby si utvořil pojmy zcela jiného druhu, které však nesmí býti prázdny abstrakcemi, nýbrž pro čtenáře osobními zážitky, naplněnými citovými hodnotami nezapomenutelného řádu, jako jsou vždycky nutně spojeny se zážitky hmotného světa. Takové zážitky nemůže kniha ovšem dáti, nejsou-li ve čtenáři obsaženy ozvuky, drimající možnosti a sklony.« Všichni mystikové

a všichni jejich žáci si vzájemně rozumí, ať žili nebo žijí ve kterékoliv době, neboť tajné alegorie a symboly duchovního života v mystériích jsou a byly vždycky stejné a každý mystik musil tyto symboly sám v sobě zažít. Proto je zná a nepotřebuje k nim od nikoho výkladu.

Doporučujeme k přečtení:
Karel Weinfurter,
z knihy Ohnivý keř.

WM MAGAZÍN

Měsíčník: číslo 185

Šéfredaktor vydání: Jiří Matějka,
Čtvrťky 702, 768 21 Kvasice
redakce@wmmagazin.cz

Vydavatel: Jiří Matějka, vydavatelství
P. O. Box 10A, 765 01 Otrokovice
tel: +420 777 770 606
obchod@wmmagazin.cz

Grafická úprava: Vladimír Bilavčík,
Leona Bilavčíková

V ČR rozšiřují společnosti PNS, a.s.
a Mediaprint Kapa Pressegrasso, s.r.o.

V SR rozšiřuje Pressmedia s.r.o.
a Mediaprint Kapa Bratislava

Tiskne: Tiskárna Oldřich Harok, Šenov
WM magazín vychází ve 12 číslech za rok.

Další číslo vyjde: 3. 7. 2017



AUTORSKÉ PRÁVO

Autorské právo (anglicky označováno jako copyright) je odvětví práva, které popisuje nároky tvůrců tzv. „autorských děl“, tzn. spisovatele, hudebníky, filmaře, programátory apod. na ochranu před nespravedlivým využíváním jejich tvorby. Prostřednictvím autorského práva poskytuje stát po jistou omezenou dobu autorům výlučnou možnost rozhodnout o některých aspektech využívání jejich děl. Autorské právo je součástí tzv. duševního vlastnictví.

Autorské právo je v Česku upraveno autorským zákonem (zákon č. 121/2000 Sb.), v mezinárodním právu je základem několik mezinárodních úmluv, hlavně tzv. Bernská úmluva z roku 1886 a Všeobecná úmluva o autorském právu uzavřená v Ženevě v roce 1952. Pro podporu účty k duševnímu vlastnictví vznikla v roce 1967 Světová organizace duševního vlastnictví (World Intellectual Property Organization, WIPO).

Fakt, že dané dílo je chráněným autorským dílem, se často signalizuje symbolem © následovaným rokem a jménem autora. Tento symbol má však v Česku (i ve většině jiných zemí) pouze ryze informativní význam – dílo je plně chráněno i tehdy, není-li to na něm nijak uvedeno. Majetková práva poskytují autorovi výlučné právo na rozhodování o užívání jeho díla. Jiná osoba než autor smí dílo užít pouze na základě autorova oprávnění, případně ve výjimečných případech stanovených zákonem.

Do práva na užití díla patří:

- právo na rozmnožování díla,
- právo na rozšiřování díla či jeho rozmnoženiny,
- právo na pronájem díla či jeho rozmnoženiny,
- právo na půjčování díla či jeho rozmnoženiny,
- právo na vystavování díla či jeho rozmnoženiny,
- právo na sdělování díla veřejnosti (provozování živě či ze záznamu,
- přenos provozování díla, vysílání rozhlasem či televizí apod.); kromě těchto práv do majetkových autorských práv patří také
- právo na odměnu při opětném prodeji originálu díla uměleckého, právo na odměnu v souvislosti s rozmnožováním díla pro osobní potřebu

Autorské právo k dílu vzniká automaticky, okamžikem, kdy je dílo vyjádřeno v jakékoli objektivně vnímatelné podobě. Autorské právo není vázáno na konkrétní předmět, jímž je dílo vyjádřeno – jeho zničením autorská práva nezanikají, nabytím vlastnických práv k tomuto předmětu se nenabývají autorská práva k dílu, dokonce ani právo dílo užít.

Jak už bylo uvedeno, osobnostní autorská práva trvají po dobu života autora, majetková práva po dobu autorova života a 70 let po jeho smrti.

Autor může svá práva vynutit občanskoprávní žalobou, kterou se může domáhat určení svého autorství, zákazu ohrožení svých práv (zákazu neoprávněné výroby, obchodování, dovozu či vývozu, sdělování veřejnosti apod.), odstranění následků zásahu do práva i poskytnutí přiměřeného zadostiučinění (omluvou či v penězích); autor také může vyžadovat náhradu škody a vydání bezdůvodného obohacení. Ten, kdo porušuje autorské právo, se však také dopouští trestného činu podle § 152 trestního zákona („porušování autorského práva, práv souvisejících s právem autorským a práv k databázi“), který může být v trestněprávním procesu potrestán peněžitým trestem, propadnutím věci, ale také odnětím svobody až na dvě léta (až pět let, pokud pachatel získal značný prospěch či dopustil-li se činu ve značném rozsahu).

Autorský zákon používá termínu užití díla, ze kterého ovšem výslovně vyjímá užití pro osobní potřebu. Jakékoli dílo kromě počítačového programu či elektronické databáze proto kdokoli smí pro svou osobní potřebu konzumovat, zhotovit záznam, rozmnoženinu či napodobeninu (netýká se rozmnoženiny či napodobeniny architektonického díla stavbou). Takto vzniklé rozmnoženiny nesmí být využity k jinému účelu (např. je nelze dále šířit).

UPOZORNĚNÍ!

Autorská práva pro měsíčník WM magazín vykonává vydavatel.

Jakékoli užití části nebo celku, zejména rozmnožování a šíření jakýmkoli způsobem včetně elektronického i v jiném než českém jazyce bez písemného svolení vydavatele je zakázáno.

Porušením autorského práva se vystavujete těmto sankcím:

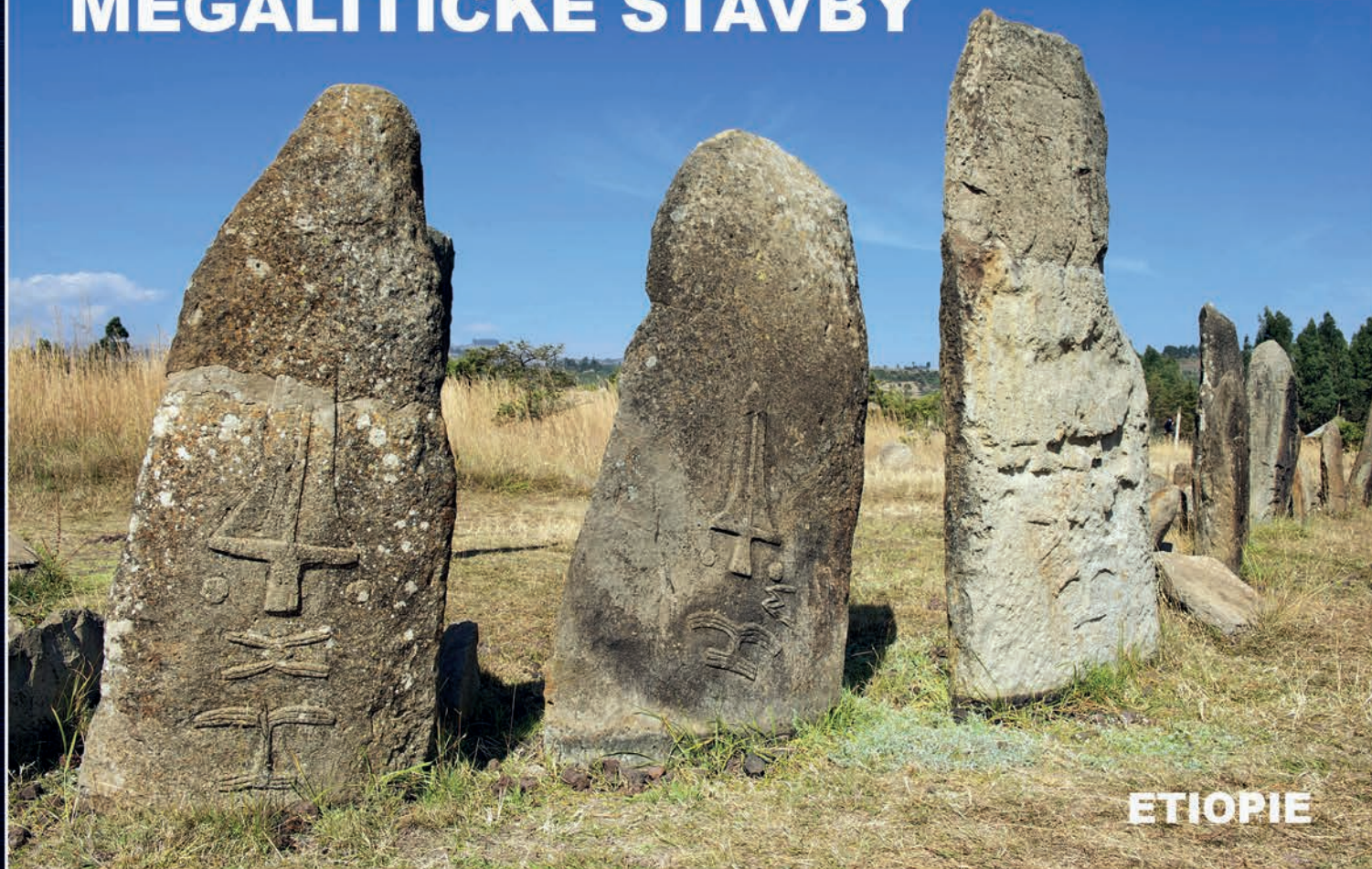
- propadnutí zaplacené částky za předplatné časopisu WM magazín
- zrušení vašeho účtu na internetových stránkách časopisu WM magazín
- v případě majetkové újmy bude postupováno podle Autorského zákona (zákon č. 121/2000 Sb.)

Jiří Matějka - vydavatel

Čtvrtky 702, 769 21 Kvasice

Tel: 777 770 609; e-mail: jirimatejka@wmmagazin.cz

MEGALITICKÉ STAVBY



ETIOPIE



MENORKA - KAMENNÉ TAULY

