květen 2015

Polahoda

5(30)2015 Volný prodej 8Kč/0,3€

pozitivní noviny do každé rodiny

Elektřina z živých rostlin

Na konci roku 2014 se v Hamburku rozsvítilo více než 300 LED svítilen. Elektřina potřebná k jejich rozsvícení byla vyrobena novou technologií, která využívá energii živých rostlin!

Již dlouhou dobu mnozí badatelé přemýšleli o možnostech hledání alternativních způsobů výroby energie, protože si uvědomovali, že jednoho dne budou nerostné suroviny nakonec vyčerpány.

Konstantin Ciolkovský v roce 1928 řekl:

„Jen naše nevědomost nás vede k používání fosilních paliv. “

Lidstvo používalo alternativní zdroje energie mnohem dříve, než dnešní civilizace. Již starověcí Sumerové znali elektřinu. To potvrzuje i unikátní „Bagdádská baterie“, která se nachází v Národním muzeu v Iráku a byla objevena nedaleko Bagdádu archeologem Wilhelmem Königem.

„Bagdádská baterie” je malá nádoba s hlíny, která má jakousi asfaltovou zátku, železný drát a je pokryta kovem podobným olovu. Ve vnitřní části nádoby je měděný válec, na jehož dně je smola. Vědci se domnívají, že pro získání energie se nádoba plnila hroznovou šťávou nebo octem sloužícími jako elektrolyt.

VÝZKUM V OBLASTI VÝROBY ENERGIE Z ROSTLIN

Studie o získávání energie z rostlin a vedlejších produktů fotosyntézy jsou v současné době prováděny vědci v mnoha zemích.

Těmito studii se zabývali i biochemik Dr. Paolo Bombelli a botanik Dennis Ross, kterým se podařilo za pomoci „mechové desky“ zajistit energii pro rádio (zdroj).

„Způsob přerušení fotosyntézy u rostlin umožňuje zachytit elektrony, které rostliny uvolňují během fotosyntézy“ říká ve svém článku profesor vysoké školy inženýrství Ramaraja Ramasamy.

Zapálit svítilny v Hamburku se podařilo díky studiím nizozemské firmy Plant-e, která se již dlouhou dobu zabývá zkoumáním přírody a pozorováním různých přírodních procesů. Experti z Plant-e byli přesvědčeni, že v přírodě existuje potenciální energie, která může být použita ve prospěch lidstva. A dokázali jí najít ve vedlejších produktech fotosyntézy probíhajících v rostlinách.

Ředitel a spoluzakladatel firmy Plant-e Marjolein Helder se domnívá, že tato technologie bude revoluční. S **pomocí živých rostlin se mohou nejen vyrábět čisté, nové „zelené” energie, ale je také možné generovat tuto energii ve velkém množství pro zabezpečení požadovaných potřeb na celém světě!**

JAK SE ZÍSKÁVÁ ENERGIE Z ROSTLIN?

Technologie je založena na využití vedlejších produktů fotosyntézy vodních rostlin rostoucích ve speciálních propojených plastových nádobách. Rostliny při fotosyntéze přeměňují sluneční záření, vodu a vzduch v cukr, jehož část používají pro svůj růst a zbytek je posílán zpět do země. Rozložením nepoužitý cukr uvolňuje elektrony a protony. Následně můžeme sbírat elektřinu ponořením elektrody do půdy. **Tak z 1m zahrady můžete dostat až 28 kilowatthodin za rok!**

Společnost Plant-e plánuje pokračovat ve výrobě energie prostřednictvím mokřadů. Za tímto účelem chtějí inženýři vést vodorovné potrubí například pod povrchem bažiny, močálu, delty řek, či rýžových polí. Proces získávání energie je podobný tomu, který probíhá při sběru elektrické energie z vodních rostlin.

Specialisté této společnosti již vyvinuli prototyp systému. Ředitel Plant-e – Marjolein Helder věří, že se za 3–5 let podaří tento projekt vypracovat a zároveň realizovat.

Lidstvo je na pokraji globálních změn. Vědci předpovídají, že v příštích 20 až 30 letech bude moci celý svět přejít na alternativní, čisté zdroje energie, které se dají samostatně instalovat a budou bezpečné pro životní prostředí.

Hledání alternativních ekologických a bezpečných zdrojů energie dostupné každému člověku je v současné situaci jistě důležité (více čtěte ve zprávě „O problémech a důsledcích globálních změn klimatu na Zemi. Efektivní způsoby řešení těchto problémů“). Studie tohoto druhu zasáhnou i další vědní oblastí, díky čemu bude lidstvo v blízké budoucnosti moci volně využívat energii ve prospěch celé planety.

Olga Černá,
účastnice MSH AllatRa

9 771805 560006 05

Léčivý a chutný smrk

Stále ještě je období sběru mladých výhonků smrčků, které jsou velkým lékem. V některých teplejších oblastech naší republiky už jsou z mladých výhonků nové větvičky, v těch chladnějších teprve vystrčily své světle zelené špičky a tak se dají ještě sbírat a použít mnohými způsoby jako přírodní medicína.
Mladé smrkové výhonky obsahují velké množství vitaminu C, jenž odvádí z těla toxiny a posilují imunitu. Mladé smrkové výhonky a šišky sbíráme v dubnu až květnu. Čaj ze smrkového jehličí léčí záněty dásní.

pokračování na str. 2

ZDRAVÍ

Nehmotná ekonomika

Moderní věda hledá způsoby, jak vytvořit nový typ společnosti. Společnosti, ve které lidé mají právo žít v poctivé, laskavé a tvůrčí atmosféře, ve které jsou hodnoty jako laskavost, jednota, čest nejsou prázdná slova, nýbrž pevný základ. Vybudování takové společnosti spatřuje Anna Panková jako reálné a to v horizontu již několika málo let! Studie mnoha světových vědců tvrdí, že to, jak rychle lze tento záměr zrealizovat, záleží na kvalitě chování každého jednotlivce ve společnosti.

pokračování na str. 3

SPOLEČNOST

Beltine, Květnový předvečer

Beltine býval jedním z nejdůležitějších svátků v celém keltském světě. Býval to svátek natolik oblíbený, že jeho tradice nebyla zlomena ani přicházející římskou či germánskou nadvládou, ani po staletí trvající snahou křesťanské církve.
V různých dobách jej různé národy nazývali různě. Například Květnový předvečer, Beltine. Noc před 1. květnem značila počátek letního období, tak zvaného ‚velkého slunce‘.

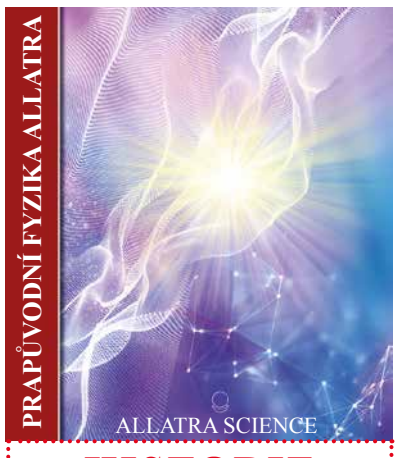
pokračování na str. 4

VE SPOJENÍ S PŘÍRODOU

Prapůvodní fyzika ALLATRA

Zpráva obsahuje informaci o původu a struktuře elementárních částic, o prvotních základech, ze kterých se skládá hmota, o vzájemném vztahu elementárních částic a kosmologie ve světle teorie jednotného pole, o elektromagnetických a gravitačních interakcích, o alternativních zdrojích energie, atd. Zpráva poukazuje na důležitost, rozsah a včasnost nejnovějších poznatků v oblasti fundamentální a aplikované fyziky. Přináší odpovědi na základní, dosud nevyřešené otázky moderní fyziky…

pokračování na str. 5



HISTORIE

Mýty a omyly o smyslu života

Spousta lidí začne dříve či později přemýšlet o smyslu života, o štěstí. Kladou si otázku, zda smysl života skutečně spočívá pouze v tom, že jsme se náhodou narodili, půlku života promrhali tím, že jsme se těšili, až začneme skutečně žít. Nejprve studovali, abychom získali dobrou práci, postavení, pak těžce pracovali, abychom zlepšili své životní podmínky…

pokračování na str. 6

CESTA ZA POZNÁNÍM

Zlepšete revma sportem: tanec

Jednou z nejpříjemnějších forem pohybu je tanec. Že jste na diskotéku staří, tančili jste naposledy na svatbě a do tanečních pro pokročilé by vás nikdo nedostal? Zkusíme vás přesvědčit, že většina překážek se dá překonat. A že i při bolestech kloubů může tanec pomoci.

Sami, nebo v páru, ale vždy pro zdraví!

Ideální sportovní aktivita, to je tanec. Pro každého a v každém věku, neexistují pro něj žádná omezení. U lidí pracujících v kancelářské profesi pomáhá kompenzovat nevhodné pohybové stereotypy.

Tanec posiluje svalstvo, napomáhá šetrnému rozcvičení všech kloubů a též vzpřímenému držení těla. Jako každý pohyb i tanec snižuje riziko pádů a zlomenin. K potlačení bolesti pomáhá též doprovodná hudba.

Skvělý způsob, jak ventilovat emoce, jak bojovat proti depresi, stresu, úzkostem a nutkavému jednání. Kromě toho brání tanec i vzniku a rozvoji stařecké demence. Tolik výsledky reprezentativních studií provedených v Německu a Holandsku. U dětí (zdravých i nemocných) vede tancování ke zvyšování sebedůvěry a napomáhá úspěšnému navazování vztahů.

Posiluje srdce a zvyšuje tělesnou výdrž – i takovou moc má pohyb na hudbu.

Příznivé účinky má jakákoli forma tance včetně netradičních variant (orientální apod.).

Méně užívaných léků na bolest – jako každá šetrná varianta pohybového tréninku pomáhá i tanec snižovat užívání prostředků proti bolesti.

Zvláště prospěšné pro ženy jsou některé typy tance, které uvolňují napětí v pánevní oblasti, posilují pánevní dno, upravují menstruační a klimakterické potíže a jsou výbornou prevencí inkontinence.

Kdy s tancem počkat

Přestože tanec nemá žádná omezení, lze doporučit několik obecných doporučení. Jako před každou novou sportovní aktivitou je nejprve vhodné se poradit s lékařem. Naslouchejte též „řeči těla“, povede vás. Nejvhodnější je pravidelná a rovnoměrná zátěž, ovšem v případě znovuvzplanutí bolestí kloubů, především pokud se projeví proteplením a zarudnutím, je pro vás každá sportovní aktivita, tedy i tanec tabu!

Jak začít?

Podle chuti a preferencí – z hlediska zdraví je jedno, zda se vydáte na operní bál, hasičský ples, nebo vesnickou tancovačku. Nezáleží ani na druhu tance, hlavní je se s radostí hýbat.

Pravidelně tančit a pracovat na technice znamená chodit do tanečních kursů pro dospělé, navštěvovat zdravotní cvičení s tancem nebo kursy orientálního tance či flamenca.

Pohodlné boty jsou tím nejdůležitějším – na některé jihoamerické tance se například používá speciální obuv podbitá hřebíky. Nejlépe je se poradit s tanečním mistrem či trenérem a obouvat a oblékat se tak, abyste se cítili dobře.

http://www.ulekare.cz/

Infarkt myokardu: umíte účinně pomoci?

Podle některých odhadů by mohlo být každoročně zachráněno tisíce životů, pokud by se lidé naučili správně poskytovat první pomoc při náhlé srdeční příhodě. Každý se může ocitnout v situaci, kdy právě na jeho pomoci bude záviset život cizího člověka nebo i někoho z nejbližších. Víte, jak se zachovat v náročné situaci?

Jak poznat náhlou srdeční příhodu

Možná si to představujete jako z filmu: člověk si dramaticky tiskne ruce k hrudi, načež se zhroutí na zem. Ve skutečnosti náhlá srdeční příhoda může v běžném životě vypadat i mnohem méně dramaticky. Příznaky mohou být následující:

- krutá bolest na hrudi, která „vystřeluje“ do levého ramene,
- bolest se místo do ramene může šířit do celé levé paže, nebo dokonce do dolní čelisti,
- tlak nebo pocit plnosti na hrudi,
- nevolnost, zvracení (typické zvláště u žen a starých lidí),
- bledá a opocená kůže,
- dušnost, potíže s dechem.

Je třeba zdůraznit, že nedostatečná pomoc je pro každého mnohem větším rizikem než pomoc přehnaná. Proto i když si nejste jisti, zda se opravdu jedná o infarkt, neváhejte a okamžitě přivolejte zdravotnickou záchrannou službu (tel. 155).

Než přijede záchranka

Zatímco čekáte na příjezd sanitky (přijíždí do patnácti minut), udělejte následující kroky:

Jestliže je postižený při vědomí, snažte se s ním komunikovat a uklidnit ho. Pohodlně ho usaďte nebo položte a uvolněte mu oděv.

Pokud postižený ztrácí vědomí, zkontrolujte mu životní funkce: snažte se zjistit, zda dýchá (vidíte rytmické pohyby hrudníku) a zda mu bije srdce (zjistíte pohmatem na krkavici – velké krční tepně).

Pokud postižený nedýchá a nedaří se vám nahmatat srdeční tep, okamžitě zahajte kardiopulmonální resuscitaci.

I nedokonalá pomoc může zachránit život

Nemusíte se bát, protože i nedokonalá pomoc je lepší než žádná a intenzivní srdeční masáž (cca 100 stlačení hrudní kosti za minutu) spojená s umělým dýcháním (v poměru 2 vdechy na 30 stlačení hrudníku) výrazně zvyšuje šance na přežití postiženého. Mozek, který je nejvíce citlivý na nedostatek kyslíku, začíná odumírat již po třech minutách bez kyslíku. Proto i pár minut, které zbývají do příjezdu sanitky, může znamenat obrovský rozdíl.

http://www.ulekare.cz/

IMUNITA ZNAMENÁ DOBRÁ NÁLADA

Na člověka je třeba dívat se jako na celek a nespoléhat jen na výsledky testů klasického lékařství.

Dotaz:

Je zřejmé, že psychický stav má vliv na stav fyzický. Zajímá mě do jaké míry má vliv na fyzický stav samotná mysl. Například může-li víra, že jsme zdraví, zabránit dané nemoci a jistá skepse prodloužit její průběh?

Jan Hnízdil:

Jednoznačně ano. Uvedu příklad z praxe. Přijde pacient s bolestí kyčle. Je odeslán na rentgen, vrátí se s rentgenovým snímkem a ten nález mu můžete sdělit dvěma způsoby:

1. způsob *(psychotraumatický)*: „Máte tam těžkou artrózu. To může bejt dvojka, trojka. To vás musí bolet. To vám garantuju, do dvou let jdete na endoprotézu.“ To je psychotraumatizující interpretace. Tím toho pacienta úplně demotivujete a on skutečně disciplinovaně srazí paty a odstartujete nevědomé i vědomé procesy, které skočí tím, že do dvou let jde na endoprotézu.

2. způsob *(psychoterapeutický)*:

„Podívejte se, máte tam artrózu, ale není to katastrofa. Pokud se o ten kyčel začnete starat, odlehčíte váhu, začnete sportovat, odpovídající pohyb, odpočinek, relaxace, tak vám ten kyčel může sloužit ještě

spoustu let.“ Odstartujete úplně jiný postoj, jinou motivaci a jiné pochody a ti pacienti skutečně se často k té endoprotéze ani dopracovat nemusejí.

Odkaz na videorozhovor:

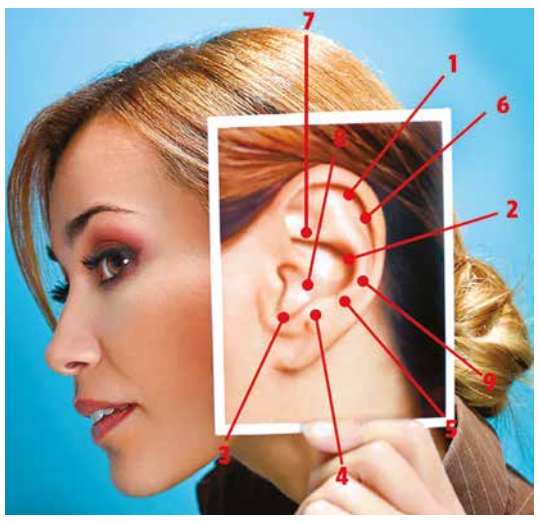
http://www.seberizeni.cz/jan-hnizdil-imunita-znamena-dobra-nalada/

Devět léčivých bodů na uchu

MASÁŽ UCHA

Bolesti i stresu se zbavíte rychle a snadno. Na akupresuře ucha je nejlepší to, že si můžete pomoci rychle vždy a všude. Je to velmi snadné, zkuste to třeba teď!

Jemný tlak rukama a špičkami prstů uvolňuje blokády a působí spolehlivě proti mnohým zdravotním potížím. Je to tak jednoduché! Jemně si masírujete uši a zakrátko cítíte, jak napětí a bolest ustupují. Znovu se cítíte dobře, do těla se vrací vitalita. Proč je akupresura ucha tak účinná? Při masírování reflexních bodů na uchu putují impulsy z pokožky do odpovídajících částí těla, kde uvolní blokády, které jsou příčinou našich problémů. Výborné na této terapii je, že si můžete rychle pomoci vždy a všude. Vyzkoušejte to!



MASÁŽNÍ HMATY

Tahejte si vnější ucho

Začněte na vrchní části ucha. Na konci vrchu ucha se chyťte ukazováčkem a palcem tak, že budete mít palec za uchem. Lehkým tlakem přejíždějte z vnitřku ucha směrem ven. Tak promasírujte postupně celé ucho. Ušní lalůček táhněte opravdu dlouho. Třikrát zopakujte.

Masírujte i za uchem

Nakonec vztyčeným ukazováčkem masírujte jamku za uchem. Začněte nahoře a pokračujte jemným tlakem dolů až na konec ucha. To opakujte třikrát po sobě. Následně relaxujte uvolňovacím cvičením, dělejte ho během 10 – 15 nádechů a výdechů.

1. Pomáhá proti studeným nohám, upokojuje bolestivé klouby.

Masáž tohoto bodu podporuje lepší prokrvení svalstva, je dobrá na nohy.

2. Zmírňuje pocit nafouknutí, nadýmání, podporuje trávení.

Tato zóna je ideální pro všechny, kteří mají neustále problémy se žaludkem. Kromě toho uklidňuje při duševním stresu a vnitřním neklidu.

3. Odbourává stres a zlepšuje spánek.

Srdeční oblast uvolňuje, když jste s nervy v koncích. Po masáži tohoto bodu budete určitě klidnější.

4. Harmonizuje, uvolní hlavu.

Masáž vám pomůže opět najít svou rovnováhu. Budete se cítit vyrovnanější.

5. Uvolní napětí v šíji, zažene bolesti zad.

Pomáhá uvolnit ztuhlé svalstvo, které máte například ze špatného sezení.

6. Zahřeje studené ruce, zmírní bolesti kloubů.

Podporuje prokrvení svalstva a pomáhá léčit ztuhlé klouby.

7. Pomáhá při častých zánětech močových cest a měchýře.

Masáž tohoto bodu působí pročišťující, odvodňuje, tlumí bolesti ledvin.

8. Dodá novou energii a posílí imunitní systém.

Stimulace tohoto bodu posílí spolupráci dýchacích orgánů. Budete opět hlouběji dýchat.

9. Na záda a posílení orgánů.

Podporuje ohebnost zad, udržuje meziobratlové ploténky elastické.

http://www.celostnimedicina.cz/devet-lecivych-bodu-na-uchu.htm#ixzz3YrqEU92B

LÉČIVÝ A CHUTNÝ SMRK

Stále ještě je období sběru mladých výhonků smrčků, které jsou velkým lékem. V některých teplejších oblastech naší republiky už jsou z mladých výhonků nové větvičky, v těch chladnějších teprve vystrčily své světle zelené špičky a tak se dají ještě sbírat a použít mnohými způsoby jako přírodní medicína.

V lidovém léčitelství byly známé léčivé síly mladých větviček, šišek a pryskyřice, které obsahují **terpentýnovou silici.** Ta *rozpouští hleny, čímž uvolňuje dýchací cesty a usnadňuje vykašlávání, zmírňuje revma, tiší bolesti končetin a svalů, stejně jako záněty šlachové pochvy.* Pryskyřice se nanáší na kůži, čímž podporuje prokrvení.

Mladé smrkové výhonky obsahují velké množství vitaminu C, jenž odvádí z těla toxiny a posilují imunitu. Mladé smrkové výhonky a šišky sbíráme v dubnu až květnu. Čaj ze smrkového jehličí **léčí záněty dásní.** Smrkové větvičky a šišky se užívají též při léčebných koupelích – pomáhají při *katarech dýchacích cest, bolestech kloubů a končetin, poruchách prokrvení, nervozitě, nespavosti a celkové vyčerpanosti.*

Uhlí ze smrkového dřeva pohlcuje jedy ve střevech a má dezinfekční účinky. **V aromaterapii** má široké využití **silice ze smrkového jehličí** – aplikuje se formou inhalací, koupelí a masáží. *Při revmatismu, vyčerpanosti a onemocněních dýchacích cest* lze tento siličný olej užívat rovněž vnitřně, avšak výhradně ředěný, například medem, smetanou, vlažným čajem nebo vodou. Předávkování siličným olejem ze smrkového jehličí může vyvolat alergickou reakci, bolesti hlavy, zvracení a dokonce závažné poškození centrální nervové soustavy!

Smrkový med

Na domácí výrobu této léčivé dobroty existuje více postupů, já zde uvedu první svou – vyzkoušenou a druhou přímo od pana Váni, jak ji doporučuje odborník. Jinak smrkové výhonky by měli být velké maximálně 5 cm a měli by se sbírat nejlépe do 15.5., ale záleží na oblasti, ve které žijete (chladnější/teplejší) a velikosti, při které je sbíráte, ta je určující.

Můj recept: 1,5 kg mladých výhonků ze smrkových větviček, 1,5 – 2 kg cukru krystal (někdo má rád sladší), 2 – 3 citrony (podle velikosti, v bio kvalitě se slupkou nebo oloupané), 1,5l vody.

Postup: Čerstvé smrkové výhony opláchneme, dáme do kastrolu, přidáme citróny pokrájené na kolečka, zalijeme vodou a povaříme 20 – 30 minut s pokličkou. To je důležité, neboť bez povaření se výhonky vylouhují jen velmi málo a med by ani nezhoustl. Necháme do druhého dne vylouhovat, pak přecedíme přes síto a dobře vymačkáme všechen výluh, přidáme cukr a za stálého míchání vaříme – odpařujeme (bez pokličky) do požadované hustoty medu, zhruba hodinu. Ještě horký med nalijeme do sklenic, dobře uzavřeme a otočíme víčkem dolů, aby vzniklo vakuum. Takto necháme med chladnout při pokojové teplotě do druhého dne. Takto vyrobený med má načervenalou barvu, krásně voní i chutná a z tohoto množství vzniknou zhruba 2 sklenice – záleží na konzistenci (míře vyvařené vody), ve které med sléváte.

Recept podle pana Váni: Mladé smrkové či jedlové výhonky nasypeme do sklenice, zalijeme vodou a necháme 4 dny stát na slunci. Pak tekutinu přelijeme do hrnce, přidáme listy lesních či zahradních jahod a na mírném ohni vaříme asi 20 minut. Nakonec scedíme, smícháme v poměru 1:1 s cukrem a vaříme do zhoustnutí. Plníme do sklenic a ihned uzavřeme. Jíme jednu až několik čajových lžiček denně. Smrkový med usnadňuje vykašlávání při silném kašli, kataru hltanu, bronchitidě a chřipce, posiluje imunitu a pomáhá při rekonvalescenci. Obzvlášť vhodný je pro děti.

Čaj ze smrkových jehliček

Zalijeme 10 g sušených jehliček 200 ml studené vody a necháme asi 12 hodin stát. Přivedeme k varu a 10 minut zakryté vyluhujeme. Pijí se 2 šálky denně, čaj je možné osladit medem. Po týdnu léčby týden vynecháme. Čaj pomáhá při kataru dýchacích cest, chrapotu, kašli, revmatismu a nervozitě, lze ho použít i jako močopudný prostředek.

Smrkový olej do kuchyně – *můj recept*

Smrkové výhonky se dají také krásně použít na ovonění a nasáknutí své síly a zdraví do extra virgine olivového oleje, kterým pak ozvláštníte jakékoli gurmánské jídlo.

Postup: 4 hrnky olivového oleje zahřejte na teplotu zhruba 50°C a nalijte do sklenice, přidejte 2 hrnky čistých a suchých smrkových výhonků, uzavřete víčkem a dejte do lednice na 2 týdny. Výsledek je báječný a olej voní jako kořeněná bylinková zálivka, kterou lze použít do salátů, na chleba, na výrobu domácí majonézy a podobně.

Smrková koupel

Povaříme 1 kg jehličí a mladých šišek v dostatečně velkém množství vody a asi 30 minut vyluhujeme v zakryté nádobě. Po vyluhování slijeme a přidáme do připravené koupele. Užívá se při nervozitě, nespavosti, nachlazení a bolestech svalů a kloubů. Macerujte, louhujte, ceďte a hlavně si to užívejte a těšte se na skvělé účinky, vůni i chuť přírody. Na podzim budete se smrkovým sirupem nebo medem v čaji s láskou vzpomínat na tohle krásné jaro.

celý článek na: http://slunecnyzivot.cz/2014/05/lecivy-a-chutny-smrk

Dlouhý, zdravý a šťastný život je výsledkem prospěšných činů, smysluplných projektů, které v nás samotných vzbuzují nadšení, a přitom jsou přínosem a požehnáním pro životy druhých. Hans Selye

NEOBVYKLÝ KONCERT
Olgy Gorbačové v Kyjevě

Mnoho lidí trpí neřešitelnými vnitřními konflikty a problémy vytvořenými podmínkami existence v konzumní společnosti. Většina problémů se úmyslně vytváří prostřednictvím médií a dokonce i kultury.

Ale jsou lidé, kteří nesouhlasí s touto situací a **vlastním příkladem ukazují**, že **je nutné a důležité obnovit ve společnosti kulturní a morální hodnoty, které osvobodí lidi z otroctví** konzumního myšlení, jinak je naše civilizace odsouzena k zániku.

Vzpomeňme si na událost, která se nedávno stala na Ukrajině. Přes složitost situace v zemi, ukrajinská zpěvačka, televizní moderátorka Olga Gorbačová dokázala zorganizovat v Kyjevě zajímavý koncertní program „Nejlepší den“. Na tento neobvyklý program se přišel podívat plný koncertní sál vděčných diváků. Koncert měl sedm částí a konal se formou tématického večera věnovaného duchovnímu rozvoji člověka, poznání světa a sebe sama, skutečné roli ženského principu. Vyvrcholením koncertu byl rozhovor o duchovní podstatě člověka, jeho duši.

Zpěvačka mluvila z pódia k publiku jako k blízkým přátelům o tom, že duchovní podstata v nás je mnohem víc, než naše tělo, že smysl života není v hromadění hmotných statků a že základem všeho je skutečná, čistá Láska ke všemu. Zpěvačka se podělila o své zkušenosti, o tom, jak u sebe pochopila důležitost v překonání vlastního egoizmu, připoutanosti k materiálnímu, spotřebitelskému světu, radila lidem, jak se naučit překonávat své strachy, včetně strachu ze smrti, naučit se milovat nezištně, upřímně, navzájem si pomáhat a cenit si přátelství, žít pro duchovní a mravní hodnoty. Pro diváky to nebyl jen kulturní večer, ale především příležitost zamyslet se nad prioritami ve svém životě a odnést si z koncertu inspiraci ke konání dobrých skutků.

Vždyť člověk může konat dobro za jakýchkoliv podmínek a bez ohledu na okolnosti. Dobří lidé jsou všude po celém světě. Jsou jako pochodně a svým tvůrčím potenciálem dokáží nadchnout tisíce lidí ke konání dobrých skutků a nalezení ztraceného smyslu života.

Anna Dvořáková

Zastupitelství Mezinárodního společenského hnutí ALLATRA v České republice

Sdružení poctivých a přátelských lidí, kteří se snaží využít své nejlepší vlastnosti ve prospěch společnosti

Nejsme financováni žádnou politickou organizací nebo vládní strukturou. Stojíme mimo politiku a náboženství. Veškerý sponzoring a charitativní podpora je zajišt‘ována samotnými lidmi, lidmi Dobré vůle, pro něž Svědomí a Duše nejsou jen slova, ale jejich životní krédo.

My nic neslibujeme, my konáme!
www.allatra.eu

MEDITACE
podle knih Anastasie NOVYCH

Kdy: každou středu od 18 hodin
Kde: Antonína Sovy 39, Opava
Kontakty: Renáta 606794639, renata.valeckova@seznam.cz
Dušan 737124037, dusan.valecek@atlas.cz
S meditacemi a duchovními praktikami se můžete seznámit na:
http://ibisbooks.cz/index.php?nma=downloads&fla=podcat&ids=7
a v knize AllatRa

BRATISLAVA: Malý festival lásky

„Slovan nosí všetko v srdci a v duši a dokáže to aj vyjadriť silou prejavu“

Před nedávnem jsme se s manželkou a slovenskými přáteli zúčastnili festivalu Lásky v Bratislavě. Prezentovali jsme knihy Anastasie Novych, rozdávali pozitivní noviny, odznáčky, záložky do knih, pletli jsme s dětmi i dospělými mandaly a vyráběli papírové lotosy. Pokaždé, když rozbalíme náš stánek Dobra na podobných akcích, uvědomím si, že podělit se nezištně o radost a Lásku je to, po čem jsem toužil celý život. Myslím, že je to přirozené každému člověku.

Na tomto festivalu jsem zažil něco velmi zajímavého, když k našemu stolu přistoupila starší paní a s velkým zájmem se zajímala o vše, co nabízíme. V jejím chování jsem vycítil hodně lásky a upřímnosti a hlavně obrovskou touhu po pravdě. Když se seznámila s knihami a s činností Mezinárodního hnutí AllatRa, svěřila se mi, že dnes vůbec neměla v úmyslu sem přijít. Nějaký vnitřní hlas jí však stále našeptával, aby přece jen šla. A když mě tak poslouchá, už ví proč tomu tak bylo. „To je totiž přesně to, co jsem už dlouho hledala“ , pronesla s úsměvem. Náhle jsem si uvědomil, že podobnou větu neslyším poprvé. Vlastně se na každém festivalu najde někdo, kdo se v příbězích knih Anastazie Novych a činnosti Mezinárodního hnutí Allat Ra tak říkajíc najde a chápe smysl, proč právě jeho kroky zamířily dnes k nám. Vždyť dobro je v každém z nás a pomáhat ostatním můžeme všichni, kdekoli a kdykoli.

A na otázku, co je ve skutečnosti ten vnitřní hlas, který nás nikdy nezradí a stojí vždy na naší straně, dáváme jednoduchou odpověď. Je to hlas naší duše – hluboké vnitřní pocity, které nikdy neklamou. Tato nesmrtelná paní Duše se nám snaží neustále ukazovat cestu k Bohu, k Lásce a Dobru, bohužel ji málokdy nasloucháme. Raději dáváme přednost materiálním přáním a konzumnímu způsobu života, kde platí okřídlené „něco za něco“ a potom se divíme, když nám do cesty vstoupí nějaká nepříjemná událost. Vymlouváme se na všechny a viníka hledáme všude možně, jen ne u sebe. Ve skutečnosti si za to můžeme sami. Náhle si vzpomeneme na ten vnitřní hlas, který nás varoval, ale to už v mnoha případech bývá příliš pozdě.

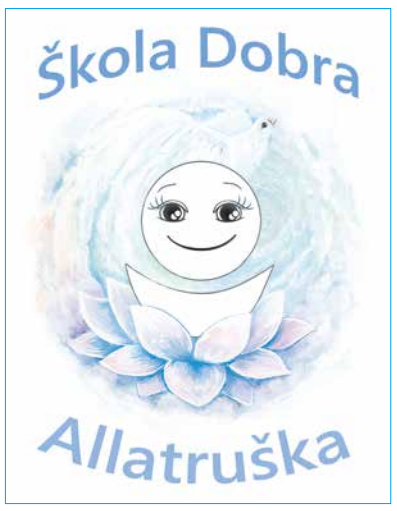
Mám však dobrý pocit z toho, že se čím dál, tím víc lidí přiklání na stranu Dobra a že ten svůj „vnitřní hlas“ začínáme konečně poslouchat. Vždyť každý z nás má v sobě Boha a cítí, že Bůh je Láska a Dobro. Záleží jen na nás, čemu dáme přednost. Přeji všem lidem na světě, aby uvěřili svým hlubokým vnitřním pocitům a následovali je.

Dušan Valeček

CENTRUM EPONA
NOVĚ!
Prokešovo náměstí 634/5, Moravská Ostrava, naproti nové radnice ve čtvrtém patře
(www.epona-centrum.cz)
tel: 777 180 558

PROGRAM KVĚTEN 2015

5.5. Jak vznikají emoce a naše přání?;12.5. Intuice; 19.5. Co nás čeká zítra? Kdy se tvoří naše budoucnost; 26.5. Jak zvládnout stres



Škola Dobra „ALLATRUŠKA“ otevírá své dveře rodičům a dětem!

Škola Allatruška si dává za cíl obnovit přirozený vnitřní stav dítěte – tvořit dobro a dělit se pocitem radosti z tohoto tvoření, nastolit v dítěti pocit rovnováhy, důvěry a jistoty vyplývající z nalezeného vnitřního stavu klidu a pohody.

Setkání se budou konat zdarma
květen: 10.5., 24.5.
od 10.00 do 11.00 a od 14.00 do 15.00
Prokešovo náměstí 634/5, Mor. Ostrava
Sebe a své děti můžete zaregistrovat buď na mailové adrese allatruska@gmail.com, nebo na tel. 606 794 639 (pí. Valečková)

Moc se na Vás těšíme!
více na : *http://polahoda.cz/index.php?nma=news&fla=stat&nums=235*

NEHMOTNÁ EKONOMIKA

„Chcete-li změnit svět – začněte u sebe!“ Slova známého politika a filozofa Mahatma Gandhi nesou v sobě nebývalou moudrost a naléhavost dnes, stejně jako před lety!

V Kyjevě (Ukrajina) se konal training pod názvem „Sociální odpovědnost“, kterého se zúčastnili zástupci vědy, vzdělávání, obchodu a mezinárodního společenského hnutí ALLATRA.

Anna Panková – budoucí pedagog, absolventka doktorandského studia na vysoké škole ekonomické, aktivní účastnice MSH AllatRa, seznámila účastníky s novými globálními směry rozvoje sociální odpovědnosti a vystoupila s prezentací, která apelovala zejména na sílící potřebu vytvořit ***společnost s morálním a etickým vektorem rozvoje, která si je dobře vědoma toho, že i jeden člověk může vykonat skutečně hodně!***

Moderní věda hledá způsoby, jak vytvořit nový typ společnosti. Společnosti, ve které lidé mají právo žít v poctivé, laskavé a tvůrčí atmosféře, **hodnoty jako laskavost, jednota, čest** nejsou prázdná slova, nýbrž pevný základ. Vybudování takové společnosti spatřuje Anna Panková jako reálné a to v horizontu již několika málo let!

Studie mnoha světových vědců tvrdí, že to, jak rychle lze tento záměr zrealizovat, záleží na kvalitě chování každého jednotlivce ve společnosti. Teorie společenské odpovědnosti totiž předpokládá, že každý člen společnosti se aktivně spolupodílí na celkovém rozvoji společnosti a úspěch se odvíjí právě od kvality práce, chování se v rodině, řešení společenských problémů… a množství odpovědnosti každého jednotlivce za svůj život. Uvědomění každého člověka sebe samého jako důležité buňky celé společnosti, přijetí osobní odpovědností za společenské otázky, které může vyřešit na svém pracovišti, v místě bydliště, v rodině… a co je nejdůležitější, pochopení a přijetí osobní **odpovědnosti** každého člověka **za své myšlenky, slova a činy** – to jsou hlavní aspekty, díky kterým každý člověk je schopen ovlivňovat a měnit celou společnost!

Rozhovor s Annou Pankovou

Prosím, objasněte nám podstatu koncepce společenské odpovědnosti a nutnost její realizace v naší společnosti.

Záměna lidských hodnot za materiální bohatství a popularizace konzumní ideologie ve společnosti způsobily vznik a rozvoj akutních sociálních problémů. Filozofie člověka-spotřebitele je směrována pouze na to, co si může vzít, a velmi často vzít i když je to v rozporu se základními lidskými hodnotami a právními normami. Vývoj světové společnosti tímto směrem vede jen ke zhoršení stávajících sociálních problémů a k postupné morální, duchovní a fyzické degradaci celého lidstva.

Vědci, s cílem nejen vyřešit stávající problémy, ale snahy jim v budoucnu předejít, vyvinuli právě výše zmíněnou koncepci společenské odpovědnosti, která nabízí zcela jiný pohled na společnost, její strukturu a co je nejdůležitější, nový pohled na člověka samotného a jeho významnou roli v těchto otázkách.

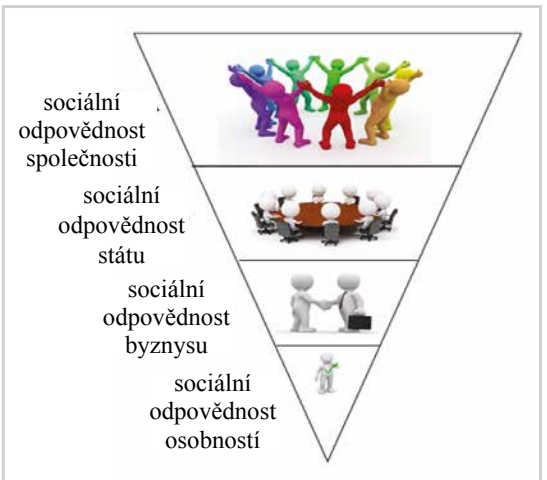
Aby lidská činnost přinášela pozitivní výsledky, měla by být v základu každého činu člověka na této planetě morální složka – odpovědnost.

Mohla byste podrobněji popsat strukturu společenské odpovědnosti a také vzájemné vazby mezi subjekty v ní?

Máme několik subjektů, kteří se spolupodílejí na tvorbě sociální odpovědnosti – je to osobnost, byznys, stát a společnost. Byznys, stát a společnost potřebují mít k dispozici systém, v němž každý účastník bere odpovědnost za kvalitu vykonání svých povinností, řešení společných problémů v podmínkách atmosféry důvěry, vzájemného respektu a zároveň poskytování si prostoru k vlastnímu rozvoji. Například firma přebírá odpovědnost za řešení sociálních problémů a zajištění důstojných pracovních podmínek svých zaměstnanců, stát zase iniciuje a poskytuje výhody společensky odpovědné firmě, zlepšuje ekonomickou situaci země a posiluje její image na mezinárodní úrovni. Realizace těchto záměrů o sociální odpovědnosti a získání všech z toho plynoucích výhod je však možné pouze za předpokladu existence sociálně odpovědné osoby, která je toho základem. Vždyť **byznys, stát a společnost se skládá z jednotlivých lidí, jejichž morální kvality určují směr vývoje celé společnosti. To jsou: ty, já a my společně.** Každý člověk na této planetě, volba každého z nás!

Co znamená být sociálně odpovědnou osobností?

Ve vědě existují různé definice a přístupy k výkladu tohoto pojmu, já se to pokusím říct jednoduše a vyzdvihnout to podstatné. Být společensky odpovědnou osobností znamená žít především podle svědomí a být člověkem s velkým Č. Právě duchovní a morální zásady napomáhají tomu, že osobnost činí svou volbu ve prospěch rozvoje společnosti, nikoli za účelem její degradace! Samozřejmě důležitým aspektem je i právní odpovědnost. Není tajemstvím, že současná právní úprava má hodně “mezer“, jejichž prostřednictvím se můžeme vyhnout odpovědnosti a stíhání a to naprosto legitimním způsobem. Proto i v právních záležitostech by měla být jednou ze základních zásad čest a důstojnost každého člověka. Jedině tak se dodržování zákonů stane normou ve společnosti.



Stěžejní roli hraje rovněž uvědomění si faktu, že jako člověk jsem zodpovědný za širokou škálu otázek, na jejichž kvalitě řešení závisí nejen jeho život, ale také životy mnoha dalších lidí (příbuzných, přátel, sousedů, kolegů, podřízených, atd). Proto je nezbytné si stále připomínat, že kterékoli moje rozhodnutí ovlivní přímo či nepřímo životy lidí kolem, a tudíž i celou společnost! Předtím, než přistoupíte k odsuzování či hodnocení jiných lidí nebo situací, položte si nejprve otázku sami sobě: „Co jsem udělal já při řešení či zabránění této situace?” A nelze ani opomenout význam uvědomění si příčin a následků svých myšlenek, slov a činů – jako důležitého aspektu v rozvoji společenské odpovědnosti každého z nás.

Jak vidíme, konzumní společnost pokračuje v rozvoji, i když hrozivé důsledky tohoto „rozvoje” jsou nám známé. Nicméně, přes média, reklamu, módu, se lidem vnucuje tento vzorec chování. Napadá Vás nějaká cesta, jak realizovat ve společnosti tak důležitý vzorec chování jako „sociální odpovědnost” a jak zvýšit ve společnosti počet sociálně odpovědných jednotlivců?

Ano, médii vnucené šablony a vzory chování mají svůj vliv na lidi, ale v současné době přibývá stále více lidí, kteří si začínají uvědomovat, že závod pouze o materiální bohatství v důsledku k ničemu nevede.

Vztahy, které jsou založeny na principech svědomí, morálky a cti se stávají ve společnosti žádaným „artiklem“ a jejich hodnota každým dnem roste doma, v práci, mezi přáteli, v celé společnosti.

Současná ekonomika začíná rozvíjet nový směr zvaný – **„nehmotná ekonomika“**, který dokazuje, že bez člověka a jeho osobních kvalit je ekonomika pouhým souborem hmotných aktiv, který bez použití tvořivé síly člověka, navázání lidských vztahů s partnery, atd. nemá žádnou významnou hodnotu. V této souvislosti roste hodnota lidských vlastností. Čím vyšší úroveň duchovního a mravního vývoje člověka, tím je to spolehlivější a produktivnější obchodní partner.

Velmi důležitou roli v popularizaci hrají samozřejmě média, internetové komunikační technologie, zavedení potřebných disciplín o společenské odpovědnosti do středních a vyšších vzdělávacích zařízení…To jsou ale jen vedlejší faktory.

Tím hlavním je především změna člověka samotného, mě, vás. Začněte s úsměvem a pozitivním přístupem ke světu, pak odpovědnost za společnost nebude na obtíž, ale stane se naopak radostí!

Pouze osobní příklad každého z nás může probudit ostatní.

Konání dobrých skutků je tou nejlepší vizitkou vyspělé kultivované civilizace, civilizace, ve které slova jako láska, čest a morální zodpovědnost nejsou jen prázdná slova, nýbrž pevný základ!

Březnový čtvrtek v mateřské škole

Občas nastanou situace, které nás donutí vzít do ruky tužku a začít psát o tom, co se stalo.

Ráno vybíhám do práce a jen okem skouknu sněženky, které se ze země vytlačily asi do výšky čtyř centimetrů. V duchu si uvědomím, že to jsou jakési známky předjaří….

Pikantní situace nastává až odpoledne v mateřské školce, kam chodím cvičit s dětmi jógu. Ano, dnes jsem skutečně naladěna a těším se. Zapomněla jsem zvoneček, kterým se vítáme a zahajujeme hodinu. Okamžitě dostanu nápad, že se můžeme přivítat klíči od domova, protože je na nich báječný filcovaný přívěšek, který děti určitě zaujme. Obšťastněna svým nápadem, v ruce držíc klíče, opouštím převlékací prostor i cvičebnu, kde se cvičí. Mířím ke dveřím a jdu vyzvednout děti z jednotlivých tříd. Radostně zabouchnu dveře a poté s mírným zděšením zjišťuji, že klíče zůstaly v zámku, ale z druhé strany. V ruce držím jen vítací klíče od bytu.

V ponožkách a žlutém jógovém oblečku běžím přes dlážděné nádvoří a proklouznu mezi dveřmi do prostoru, kde se děti předávají a odebírají. Dnes je ale nejdu vyzvednout, neboť není kam je odvést. Tuto novinu sděluji paní učitelce. Prosím ji tedy o jinou třídu, abychom mohli společně absolvovat hodinu jógy. Jsem naprosto v klidu a děti odvádím do prostoru před kuchyňkou a posunuji lego, abychom měli víc místa. Na prvním místě je pro mne cvičení, pak budu řešit další… Během cvičení přichází opakovaně učitelka, abychom projednaly strategii.

Děti jsou výjimečně klidné, cvičíme slona, strom, hru na sluníčko a také volavku. Během relaxace se téměř nehýbají. Dýcháme do bříška potom cvičíme loďku na posílení břišních svalů.

Jen Sebastian prohodí: „ Kdy už bude konec?“, ale to říká často někdy i na začátku. Cvičení je u konce, jsem překvapená, jak to proběhlo v klidu. Klíče jsou stále v zámku a za dveřmi mám vše (doklady, mobil, civilní oděv). Paní učitelce oznamuji, že nemohu nikam volat, protože můj mobil je za dveřmi. Najednou jako kdyby zmizely všechny dospělé osoby z celého objektu MŠ. Dozvídám se, že z telefonu, který je k dispozici je možné se dovolat pouze na pevné linky. Fajn, aspoň vím, že mají telefon, což jsem předtím nevěděla. Náhodně objevím u telefonu seznam, kde jsou různá čísla např. na technickou správu a tak tam volám a bylo oznámeno, že mám informovat ředitelku. Jasný, ale ta je pouze na mobilu na škole v přírodě.

V tu chvíli už začaly přispívat svým umem i paní učitelky a přispěchaly s dalším telefonním seznamem, kde byli i zámečníci. Na současnou dobu je to zázrak – sehnala jsem zámečníka na pevné lince a dozvídám se, že přijede tak za 45 minut. Nastává čas klidu, usedám na dětskou židličku a arabské holčičce ze speciální třídy, která umí česky asi 10 slov, popisuji obrázky v knize po česku. Arabskou hatmatilkou něco opakuje. Zajímám se tedy u paní učitelky, jak se takovéto děti integrují. Paní učitelka mi sděluje: „To víte, děti spolu komunikují většinou pěstmi.“

Když se blíží čas příjezdu zámečníka, pobíhám ve vstupní hale, beru poplatky od rodičů za cvičení, sděluji jim, že doklad obdrží příští týden. Občas proběhne učitelka a zahlásí, že musí v 17,00 odejít. „Ano, já už tady taky vlastně nejsem (už jsem v čajovně) – to byl můj plán,“ zadrmolím si pro sebe.

Telepaticky vysílám kamarádce zprávu do čajovny, že přijdu později. Během čekání na zámečníka ke mně přijde arabská dívenka, aby mne objala. Drží mne dlouho v krásném objetí. Je to až dojemné. Hladím jí po vlasech, které jsou kudrnaté, husté a je jich mnoho. Jmenuje se Mája a do této třídy chodí i její sestřička, alespoň tu není sama. V 16.45 se blíží muž, jdu otevřít, ale je to otec děvčátek a hned za ním muž s velkým kufrem. Sláva, zámečník! Uvádím ho na místo činu a nechávám ho o samotě.

Oprava trvá chvíli. S díky přijímám fakturu a platím 845,-Kč. Přiběhne paní učitelka, aby mi oznámila, že odchází. Slibuji, že zamknu a klíče přinesu druhý den. Děkuji zámečníkovi a on se se mnou loučí se slovy: „Víte, jsou i horší případy, tohle byl jen standard.“

Lidé mi volají: „Přijeďte rychle, mám kufry za dveřmi a jedu na letiště nebo mám tam dítě apod.“ No popravdě toto tak akutní nebylo. Radostně sundávám jógový oblek a volám kamarádce, že budu mít zpoždění. V čajovně si objednáváme čaj s názvem Jarní mlha v Bio kvalitě, klábosíme o životě.

Cestou domů, na náměstí Bratří Synků si vzpomenu na arabskou holčičku a mám takový pocit, že bych si vše měla zapsat – dnešní den byl něčím výjimečný…No jasně, už dlouho jsem nic nenapsala. Doma hned píšu a je mi fajn, sama se opět divím, že jsem byla v klidu celou dobu. Že by účinky jógové praxe? To nevím. Došla jsem opět ke zjištění, že nic se neděje náhodně. Kdo ví, třeba jsem byla první, kdo řekl arabské holčičce, že na obrázku je koza, kůň a kohout.

Díky za každý den, kdy se objeví sice něco neočekávaného a my tím projdeme bez vážných následků

Alena Stellnerová AAS

Z OBLAKOV

Z oblakov Slnko vykuklo
šepkajúc nežné slová:
Som tu pre teba človeče,
budem tu, zajtra, znova.

Prebúdzam Zeme pocity
zároveň teplom tvoje,
som strážca žitia pokladov
ochránim obidvoje.

Jar už prichádza potichu,
vôňou si cestu stelie.
Semienka hádže kade kráča,
pre život, potešenie.

Okamih vzácný, sily plný,
dávám vám ako dar.
Zázrakom žiari na púti
sťa věčný drahokam…

Zo zbierky „Čriepky“

OZAJSTNÝ DIV SVETA

Ozajstný div sveta
je naša planéta,
so všetkým životom,
čo do neho vpletá.

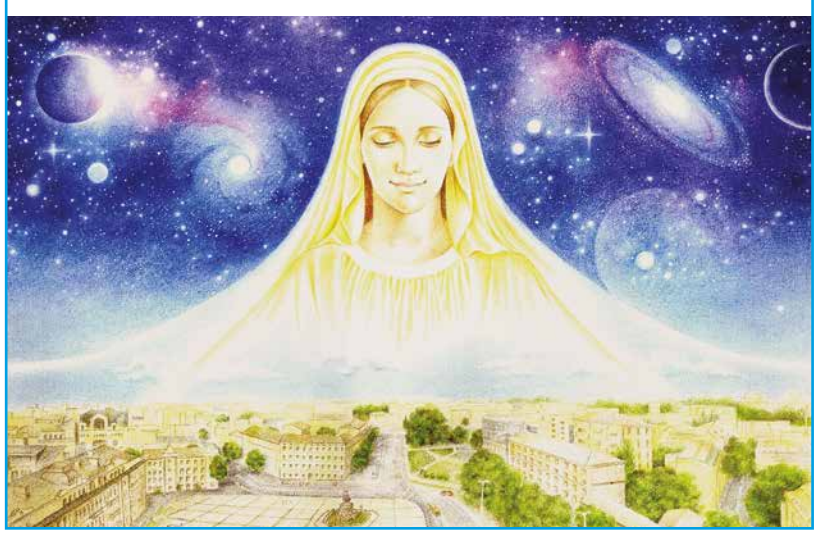
V nádhere, radosti,
bojoch aj starosti,
vždy víťazí v žití
pri našej slabosti.

Opísať nevieme
nekonečné diaľky,
ktoré nám ponúka
z najkrajšej rozprávky.

Oj, krásna planéta
utkaná nám z lásky,
vďačnosť, slabé slovo
vpisujem do básni.

Zo zbierky „Snívaj pre seba“,

Mária Miadoková



Milá máti, jsi zrnkem Matky Země.
Kéž smím být ve tvé náruči.
Prosím, drž mne ještě dlouho
a jemně.
Květy vděčnosti dám Ti do dlaní.
Pod řasy přidám pár kapek radosti
na všechna trápení, na všechny
starosti.

Alka Bazalka AAS

Tolik krásy, kterou nevidíme

Nedávno jsem seděla na trávě v parku. Byl krásný den, svítilo slunce, foukal příjemný jarní vítr. Vedle mě se tyčil strom. Byla to mladá jabloň, hustě obsypaná růžovými kvítky, které se legračně mihotaly ve větru. Uvědomila jsem si, jaká je to krása. Naprosto nezachytitelná jakýmkoli fotoaparátem. Krása, kterou každý z nás vnímá jinak. Došlo mi, kolik nádhery je vlastně všude kolem. Může to být západ slunce, průzračná říčka, ovečky pasoucí se na zelené louce, nebo třeba jen člověk, který se na nás nezištně usměje.

V dnešní době existuje velmi mnoho lidí, kteří veškeré své „zážitky“ sdílejí přes sociální sítě, a díky tomu si celou tu krásu, pro „samé sdílení“, ani nevychutnají.

Lucie

Skutečná krasa je očím neviditelná

ZAJÍMAVOSTÍ O LIDECH, PŘÍRODĚ A VESMÍRU

* Medvídek koala (který nemá s medvědy nic společného) má úplně stejné otisky prstů jako člověk. Těžko se odlišují i pod mikroskopem. Koala ve stresové situaci vydává srdceryvný skřek podobný dětskému pláči. A umí skvěle plavat.
* Mravenci nikdy nespí, jen každou chvilku krátce odpočívají, jinak pracují prakticky 24 hodin denně. Existuje přes 12 500 mravenčích druhů. Některé druhy mravenců vytváří vojáky, kteří nevykonávají vůbec žádnou činnost a pouze pasivně čekají na příležitost k boji.
* Gepard se rozběhne na 70 kilometrů v hodině za tři vteřiny, což je rychleji, než třeba Audi TT. Běží sice rychle, až 130 km za hodinu, ale pokud kořist do 10-20 sekund nedostihne, lov vzdává. Při lovu proto nebývá moc úspěšný, kořist chytí jen v 30 % případů.
* Smích je mnohem méně namáhavý než mračení. Když se kabonímе, musíme zapojit 43 svalů. Úsměv zaměstná jen 14 svalů. Jedno zamračení nás tedy stojí tolik úsilí jako tři úsměvy. A to se zkrátka nevyplatí. Jan Werich to shrnul: smích je svátkem obličeje.

http://michal.skrabalek.cz

Beltine, Živin den nebo Květnový předvečer

Beltine býval jedním z nejdůležitějších svátků v celém keltském světě. Býval to svátek natolik oblíbený, že jeho tradice nebyla zlomena ani přicházející římskou či germánskou nadvládou, ani po staletí trvající snahou křesťanské církve. V různé, víceméně zdeformované podobě lze vystopovat tradice tohoto svátku v oslavách Valpružiny noci, zvyku „pálení čarodějnic“, lidových májových veselicích a dokonce i „moderním“ odborářském svátku práce (přičemž původně květinami ozdobené domy a opentlené proutky vystřídaly prapory a transparenty).

Slovo Beltine pochází ze slovního základu „tine“ nebo „teine“, což značilo ve starokeltštině „oheň“. Beltine byl potom chápán jako oheň k uctění boha Belena (Bel, Belenos). Tento bůh, podobající se trochu Apollonovi, byl vládcem Slunečního ohně a také léčivých vod. Pro druidy to byl též bůh učitel, pro lid pak mocný ochránce. Na počest tohoto boha se v předvečer 30. dubna zapaloval posvátný oheň, jenž byl nejdůležitějším atributem tohoto svátku. Samotný ritus založení tohoto ohně byl dosti složitý – stejně tak celé oslavy provázely pestré ceremonie:

Nejprve se zhášely ohně v celé obci, aby mohly být později zažehnuty od ohně hlavního, který zakládali druidé. Na pečlivě vybrané místo byl vyryt velký čtverec. Ten byl rozdělen na devět stejných čtvercových dílů. Kromě prostředního byly z čtverců odstraněny drny. Potom ovaté (nižší kněží) přinesli na hranici devět druhů dřeva posvátných stromů – na každý čtverec jeden druh. O jaké druhy asi šlo, dnes můžeme pouze odhadovat, víme jen, že nejdůležitější místo ve středu zaujímal dub, který byl také první slavnostně zapalován od dubových třísek v rukou druidů. Dřevo v ostatních čtvercích bylo pak zapalováno postupně ve směru hodinových ručiček. V této ceremonii můžeme spatřovat známou keltskou symboliku: posvátné číslo devět a osm okrajových čtverců, znázorňujících hlavní svátky roku (slunovraty, rovnodennosti, Imbolc, Beltine, Lugnasad a Samhain).

Oheň (i jeho dým) zažehnutý o Beltinu byl považován za očišťující a chránící zdraví lidí i zvířat. Proto se pořádaly tance kolem tohoto ohně (opět ve směru hod. ručiček, tj. „podle Slunce“), spojené s přeskakováním ohně a jeho dýmem se prováděl dobytek.

Různých obřadů a zvyklostí spojených s Beltinem je mnohem víc. Již z keltských dob se traduje zvyk vztyčování jarní májky symbolizující spojení mocností země a nebe. Májka bývala zpravidla z kmene břízy, pomalována červenými a bílými spirálami a na vrcholu ozdobena větvičkami hlohu. Také kolem májky bylo zvykem tančit kruhové tance, které, jak se věřilo, posilovaly půdu.

V předvečer Beltinu se také konala různá sportovní klání, zápasy a závody. Jejich vítěz byl zpravidla prohlášen za Zeleného krále, jehož symbolika se zřejmě blíží znázornění boha – dárce života i smrti, strážce brány do jiného světa a velkého ochránce a dobrodince všech Keltů, známého pod jmény Cernunos, Herne, Hu Gadarn, Belatucadros, či Vitiris. Zelený král býval zpravidla symbolicky oddán se „Zelenou královnou“, snad symbolizující bohyni lásky a květin Creiddylad (či Cordelliu), kterou byla zpravidla dívka vybraná losem.

O Beltinu se také lidé vypravovali k blízkým menhirům o nichž věřili, že v tento den jim pomohou splnit nejrůznější přání. Polévání kamenů a poklepání lískovým proutkem prý spolehlivě vyvolalo déšť. Rybáři sypali k patám kamenů písek s prosbou o dobré počasí a bohatý úlovek.

O Beltinské noci si lidé slavnostně zdobili své příbytky větvičkami cesmíny, hlohu a jeřábu, protože ráno mělo vycházející Slunce spatřit již takto vyzdobený dům. Věřilo se, že ženy, které si ozdobí hlavu věncem z jeřábu a na obličej si nanesou kapky rosy z hlohových poupat, zajistí si tím u bohů krásu. Ráno pak lid pod vedením druidů slavnostně vítal vycházející Slunce.

A když jsme u těch mýtů: tam, kde roste spolu dub, jasan a hloh, je možné o Beltinské noci spatřit skřítky. Nevěříte? Tak to zkuste!

Autor: *Vladimír Šiška, http://www.beltine.cz/svatek-beltine-1-kvetna*

„A co se týče Valpružiny noci...,“ pokračoval Sensei, když všichni ztichli, „dnes lidé věří, že to byl prostě jeden z významných předkřesťanských svátků, velmi oblíbený v minulosti, věnovaný příchodu jara, probouzení přírodních sil. V různých dobách jej různé národy nazývali různě. Například **Květnový předvečer, Beltine**. Dřív mimochodem Keltové počítali dny od večera k večeru, a nikoli od rána do rána. Proto každý významný svátek začínal v momentě, kdy se na nebi objevila první hvězda. **Noc před 1. květnem značila počátek letního období, tak zvaného ‚velkého slunce‘. Od pradávna lidé hluboce věřili, že se v tuto noc otevíraly brány do jiného světa a dokonce i byliny v tuto dobu dostávají kouzelnou moc.**

S rozšířením křesťanství v Německu byl tento starý svátek samozřejmě odsouzen církví jakožto ‚ďábelské uctívání idolů‘ a všichni jeho účastníci byli prohlášeni za ďáblovy služebníky. Ale svátek byl mezi lidmi natolik oblíbený, že museli katolíci vytvořit svůj svátek 1. května – den památky svaté abatyše Walburgy – wimbournské jeptišky z Anglie, která přijela do Německa v roce 748, aby nechala vystavět klášter. A místo populární noci před tímto katolytickým svátkem vymysleli strašné příběhy o ďábelském řádění, orgiích čarodějnic a čertů na nejvyšší hoře Brocken v pohoří Harz. No a světovou proslulost ‚německé čarodějnice‘ spolu se sabaty Valpružiny noci získaly díky Goethovi, který popisoval, jak Mefistofel přiváží na sabat Fausta.“

„Copak se v tuto noc opravdu otvírají brány do jiného světa?“ zeptal se s neskrývanou zvědavostí Ruslan.

Stas se zasmál a poznamenal:

„No, když Vatikán tolik lidi strašil tímto svátkem, tak to znamená, že za tím něco vězí.“

Všichni se v očekávání podívali na Senseie, i když ten se vyhnul přímé odpovědi.

„No, co k tomu mám říct. Myslíte správným způsobem, drazí přátelé...“

Sensei ze Šambaly, 4.díl, A.Novych

Všechny knihy zežloutnou, ale kniha přírody má každý rok nové, nádherné vydání. Hans Christian Andersen

PRAPŮVODNÍ FYZIKA ALLATRA

Zpráva „PRAPŮVODNÍ FYZIKA ALLATRA“ předložená mezinárodní vědecko-výzkumnou skupinou Mezinárodního společenského hnutí ALLATRA. Zpráva obsahuje informaci o původu a struktuře elementárních částic, o prvotních základech, ze kterých se skládá hmota, o vzájemném vztahu elementárních částic a kosmologie ve světle teorie jednotného pole, o elektromagnetických a gravitačních interakcích, o alternativních zdrojích energie, atd. Zpráva poukazuje na důležitost, rozsah a včasnost nejnovějších poznatků v oblasti fundamentální a aplikované fyziky. Přináší odpovědi na základní, dosud nevyřešené otázky moderní fyziky a předkládá laicky srozumitelné vysvětlení.

- Jak zajistit lidstvu samostatný život v extrémních klimatických podmínkách na Zemi a ve vesmíru?
- Znalosti PRAPŮVODNÍ FYZIKY ALLATRA otevírají přístup k nevyčerpatelnému zdroji energie, který je všude, včetně vesmíru.
- Je to obnovitelná energie a může být k dispozici tady a teď každému člověku za jakýchkoli podmínek: na Zemi i ve vesmíru.
- Schopnost přijímat ji a převádět z jednoho stavu do druhého, otevírá nový, bezpečný a snadno dostupné zdroj alternativní energie pro každého člověka.
- Jaderné elektrárny zaniknou jako zbytečné. Ropa, plyn a další nyní známé zdroje energie ztratí svůj smysl vzhledem k pracnosti výroby, skladování, vyčerpávání těchto zdrojů a jejich nebezpečí pro životní prostředí.
- Spotřebitelský trh zanikne jako nepotřebný, neboť kteroukoli věc, jídlo, oblečení, dům, nebo auto si každý člověk může vyrobit samostatně, bezplatně a v požadovaném množství. Za takových podmínek je možný posun civilizace směrem k duchovnímu seberozvíjení, rozsáhlého vědeckého poznání světa a sebe sama. Ale hrozí zde opět nebezpečí použití těchto objevů k egoistickým účelům. Jak víme, prospěch či neprospěch z jakéhokoliv epochálního objevu zaleží na stupnici dominantních hodnot celé společnosti.

zprávu lze přečíst na: http://allatra.org/cs/reports/iskonnaja-fizika-allatra *(originál v ruštině; český překlad se připravuje)*

ÚVOD ...Díky PRAPŮVODNÍ FYZICE ALLATRA lze kterékoli experimenty vypočítat s absolutní přesností, bez dohadů a následného odvolávání se na nezapočtené faktory při nepřesných výsledcích. V současné době se vynakládají obrovské částky na provoz vědecko-výzkumných laboratoří, ve kterých se vědci snaží pomocí drahého vybavení a materiálu vytvořit určité podmínky pro to, aby si ve skutečnosti ověřili jen svoje teorie, provedli pozorování a odvodili vzorce… s chybami. Ale jakmile změníme podmínky, vše je jinak. **Jednoduchý příklad. Za normálních podmínek se destilovaná voda chová jako dielektrik (látka téměř nevodivá), ovšem během zatmění slunce se chová jako elektrolyt (látka, která vede elektrický proud). Podmínky se změnily – a máme zde nový výsledek!**

Z přezkoumání tabulky výpočtů, která ukazuje na nepřesnosti (*poznámka: viz dále ve zprávě*) je zřejmé, jakých elementárních chyb se dopouští věda v procesu podobných pozorování. Jaké jsou chyby ve výsledcích experimentálních studií a jak je lze snadno odstranit, když známe základy PRAPŮVODNÍ FYZIKY ALLATRA. Proč stavět Velký hadronový urychlovač, když každý školák, pokud bude znát základy PRAPŮVODNÍ FYZIKY ALLATRA, provede pomocí tabletu naprosto přesné výpočty interakcí elementárních částic za každých podmínek. Bylo by mnohem humánnější posílat tyto obrovské částky, které se v současné době vydávají na drahé výzkumy, na skutečnou pomoc lidem v nouzi, s ohledem na to, kolik lidí v dnešním světě musí žít pod hranicí chudoby.

Díky PRAPŮVODNÍ FYZICE ALLATRA lidstvo může udělat evoluční skok ve vědě, protože fyzika leží v základu přírodních věd. PRAPŮVODNÍ FYZIKA ALLATRA umožňuje provádět kvalitativně nové výzkumy a učinit objevy v různých vědních oborech, provádět přesné výpočty prakticky bez chyb. Samozřejmě, že tyto evoluční znalosti umožňují kvalitativně nový vývoj kterýchkoli vědeckých disciplín. Mohou udělat skutečný **průlom v kvantové fyzice, biofyzice, chemické fyzice, geofyzice, astrofyzice,** a tak dále. Výzkum v těchto vědeckých oblastech na základě znalosti PRAPŮVODNÍ FYZIKY ALLATRA již přinesl vynikající výsledky, a to včetně **osvojení nových technologií na výrobu a získání nevyčerpatelné energií**.

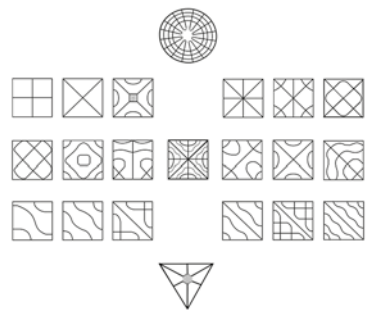
O ÉTERU. V XVIII., XIX. století a dokonce i na počátku XX. století, v období rychlého rozvoje experimentální vědy (její výsledky moderní věda používá dodnes) byl éter jedním z ústředních témat diskusí fyziků, matematiků, chemiků a výzkumných pracovníků z jiných oborů. O světovém éteru mluvilo a psalo mnoho vynikajících vědců. Například anglický fyzik, matematik James Maxwell (1831 – 1879) – jeden ze zakladatelů statistické fyziky a zakladatel klasické elektrodynamiky. Díky modelovým představam o éteru a přítomnosti pradávných znalostí o tomto konkrétním světovém prostředí, přišel k teorii elektromagnetického pole...

V období nových objevů ve fyzice bylo toto všudypřítomné prostředí vnímáno jako základ základů, stejně jako v dávných dobách. Kromě toho se ve světě nových chápání té doby éter také posuzoval jako nosič světla a elektromagnetických interakcí. *Došlo se k závěru, že právě éter napomáhá přenosu elektromagnetického záření,* díky kterému rovněž vznikl dnes běžně užívaný výraz „vysílat z rozhlasového éteru“. To byla doba velkých objevů ve fyzice. Jak uvádějí lidé té doby: „Nápady doslova kroužily ve vzduchu“. Všechny tyto fundamentální objevy se rychle rozvíjely a získávaly významná experimentální potvrzení až do určité doby ...

Nečekaně, na počátku XX. století, byly všechny výzkumy o éteru přerušeny. Mnohým vědcům, kteří obhajovali teorii éteru, zastavili financování, vytvářeli různé umělé překážky, jako například uzavření laboratoře, snižování počtů vědeckých pracovníků, čímž následně nastaly i potíže při hledání nového zaměstnání propuštěnými vědci, atd. Zároveň se v médiích začala masivní diskreditace éteru, jako jednoho ze základních pojmů teoretické fyziky. Proč se výzkum ohledně éteru, na jehož základě slavní vědci z XIX. století vybudovali jejich základní teorie a získali opravdu převratné experimentální údaje o unikátní podstatě elektromagnetismu, náhle přerušil? A proč i následně fyzikové, kteří třeba se jen zmínili o éteru v rozhovoru s kolegy, byli označováni za lháře a jejich teorie za bláboly, nehledě na jejich vědecké zásluhy, i přesto, že jejich úvahy byly správné? Co se v té době skutečně dělo?

zprávu lze přečíst na: http://allatra.org/cs/reports/iskonnaja-fizika-allatra *(originál v ruštině; český překlad se připravuje)*

VLNY KRESLÍ OBRÁZKY ANEBO EXPERIMENT CHLADNIHO



Cladniho obrazce
Geometrický ornament drobných částic po působení zvukové vlny o konkretní frekvenci

Každý den slyšíme a vydáváme různé zvuky. Obklopují nás ze všech stran. Co je to zvuk? Jak zvuk ovlivňuje prostor kolem nás? Jaký vliv má na procesy probíhající ve vesmíru?

Mnozí z vás slyšeli, že zvuk je vlna, nebo přesněji, fyzikální jev vlnové povahy. Věda, která studuje zvuk, se nazývá akustika. Název pochází z řeckého slova „akuein“, což znamená „slyším.“

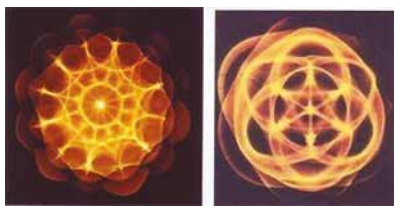
Na konci XVIII století se objevuje spousta prací významných učenců (hudebníků, matematiků) zkoumajících povahu a vlastnosti zvukových vln. Mnoho studií se zabývalo matematickými problémy akustiky: zvukové vlnění (Galileo), rychlost zvuku (M. Mersenne), principy pohybu vln (C. Huygens), mechanické vibrace zvuku (I.Newton), atd.

V této souvislosti jsou zajímavé práce **Ernsta Florence Friedricha Chladniho,** který studoval účinky zvukových vln na všech možných různě znějících tělesech. Pozornost vědců (a následně i společnosti) přilákaly výzkumy obrazů vznikajících na písku pod vlivem zvukových vln na vibrujících deskách.

„Podařilo se mi najít způsob, s jehož pomocí různé zvuky znějících těles, bez jakékoliv příměsi jiných zvuků, můžete nejen slyšet, ale také vidět. Tak doufám, že toto mé pozorování dá alespoň správný směr pro přesnější studii této málo vyvinuté oblasti mechaniky.“ *E. Chladni*

V průběhu experimentu se malé množství písku nasypalo na tenkou kovovou desku. Chladni pak projížděl smyčcem po okraji desky a tím vytvářel určité vibrační kmitání, tzn. docházelo k šíření zvukové vlny. Původně chaoticky nasypaný písek se začal pohybovat po desce, čímž se vytvářely obrazy. Od jednoduchých, až po geometricky nejsložitější. Tyto vzory se výrazně lišily v závislosti na tvaru a místě připojování desek, stejně jako na rychlosti, síle a místě projíždění smyčcem, nebo prstem (pro zadržování vlnění a vytváření uzlu). Například při nízké vibraci na čtvercových deskách pozorujeme nejjednodušší tvary (kříž, čtverec, kruh, atd.) Zatímco na desce ve tvaru kruhu – různé hvězdicovité útvary. Geometrické vzory, které jsou vytvářeny pod vlivem zvuku na písku, jsou známy jako Chladniho obrazce.

Pro studium zvukových vln v objemu vytvořil **Dr. Hans Jenny** zařízení pod názvem tonoskop. Toto zařízení se skládalo z tenkých nádob naplněných různými látkami, jako jsou písek, vlhká sádra a různé



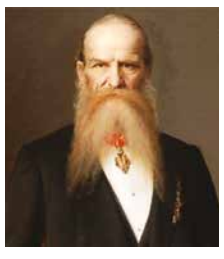
tekutiny sestávající z jemně rozdrcených částic (jemné dispersní prostředí). Stejně jako v experimentech Chladniho se, pod vlivem zvukových vln, částice začínaly skládat do geometrických vzorů v podobě trojrozměrné hvězdy, dvojitých čtyřstěnů v kruzích a dalších tvarů. S nárůstem amplitudy vibrací se tvořili ještě mnohem složitější obrazce.

Ruský experimentátor **A.J.Kushelev** vynalezl svůj způsob zkoumání vizuálního

pokračování na str. 6

LIDÉ – OSOBNOSTI

Josef Hlávka: slovanské mecenášství



Stát a také lidé měli vždycky problémů dost. Tradičně se přemýšlelo nad dilematy, kde získat peníze na opravu nebo rekonstrukci bydlení, na výstavbu sociálního zařízení, nemocnice, školky nebo muzea. Často se tyto problémy řešily pomocí soukromých investic, a to včetně podpory od majetných jednotlivců, takzvaných mecenášů. Nicméně dnes má slovo „mecenáš“ jiný význam než například slovo „dobrotivý“ nebo „velkorysý“. Jaký charakter mělo české mecenášství a jaké by mělo být s ohledem na mentalitu Slovanů?

Podle encyklopedie je slovo mecenáš synonymem podporovatele umění a věd. Historie a původ tohoto slova sahají až do dob panování římského císaře Augusta (63 př.n.l. – 14 n.l.). V této době žil jeden bohatý člověk, který se zabával diplomatickou a politickou činností. Jmenoval se Maecenas. Kromě práce ve státních službách pomáhal a podporoval tehdejší umělce a básníky, včetně dnes známého starořímského básníka Horacia. Postupně nabylo jméno Maecenase obecnějšího významu, který byl spojován s lidmi, zapojenými do charitativní činnosti, pomoci v oblasti umění a později i vědy.

Porodnice u Apolináře, Dvorní opera ve Vídni, rezidence biskupa v Černovicích na Ukrajině, **Česká akademie pro vědy, slovesnost a umění** – za těmito institucemi stála mimořádná osobnost českého architekta, stavitele a mecenáše **Josefa Hlávky**. Od smrti největšího filantropa novodobé české historie uplynulo již sto let. Dobové portréty zachycují Hlávku jako vážného vousatého muže s lehce podmračenou tváří a vlídnýma očima. V profesním životě byl dítětem štěstěny, tedy dařilo se mu vše, na co jen sáhl. Od mládí vynikal výjimečnou pílí a obzvláště pak neuvěřitelným pracovním nasazením.

Profesní život byl velkolepý a velmi úspěšný, na druhou stranu se ale strasti nevyhnuly jeho osobnímu životu. Pro přílišné pracovní vypětí ve svých osmatřiceti letech ochrnul na dolní polovinu těla a deset let byl upoután kinvalidnímu křeslu. Neveselé období završila smrt jeho první ženy Marie. Zdrcený, leč uzdravený Hlávka se ještě více poroučel do práce a začal se věnovat mecenášské činnosti.

VELKOLEPÉ HLÁVKOVY STAVBY

Současně se stavbou **Velké Opery** provedl Hlávka ještě řadu monumentálních staveb **ve Vídni**, množství staveb soukromých domů, **kostel v Köpfingu v Horních Rakousích**. Jeho největším „majstrštikem“ byl komplex staveb pro metropolitu řeckopravoslavné církve v hlavním městě západní Bukoviny, Černovicích. Nyní je to sídlo jedné z desítky nejslavnějších ukrajinských univerzit a kandidátem na zápis do Unesco.

V šesté dekádě devatenáctého století vypracoval Hlávka plány na zemskou porodnici v Praze ve slohu gotickém v pavilónové soustavě. Po velké povodni, kdy se v roce 1890 zřítila část Karlova mostu, prosadil jeho obnovu do původní podoby z doby Karla IV.

HLÁVKA MECENÁŠEM A PODPOROVATELEM ÚMĚNÍ

V 55 letech se podruhé oženil s klavíristkou a zpěvačkou Zdeňkou Havelkovou. Díky ní se Lužanský zámek, který Hlávka původně koupil pro svou matku, stal mekkou českých umělců. Pohostinnosti štědrého a zároveň uvážlivého hostitele užíval výkvět českých umělců mezi jinými Hynais, Brožík,Švabinský, Aleš, Vrchlický, Sládek a Myslbek. Na zámku často pobýval také hudební skladatel Antonín Dvořák, který při příležitosti vysvěcení tamní, nové, zámecké kaple složil mši, takzvanou Lužanskou.

Svou lásku k národu projevil Josef Hlávka ve své poslední vůli, sepsané 25. ledna 1904 v Lužanech. Založil nadaci **Nadání Josefa, Marie a Zdenky Hlávkových,** která se po jeho smrti stala univerzálním dědicem veškerého majetku a jejíž roční výnos byl ze 70 % určen **k podpoře české vědy a tvorby na poli uměleckém i technickém** a ze 30 % **na podporu nadaných studentů pražských vysokých škol.**

Po právní stránce byla nadace tak dokonale upravena, že přežila jak totalitu nacismu, tak i komunismu, a do dnešních dnů plní nadace velkou část Hlávkova odkazu. Je to nejstarší nadace s nepřerušenou kontinuitou v České republice.

Takový byl jeden ze skutečných slovanských mecenášů. Snad jen pro srovnání... V dnešní době se dobročinnost koná pouze pod jakousi maskou velkorysosti a má za cíl zviditelnění a zvýšení vlastní prestiže ve společnosti. To znamená, že tato „show“ neprobíhá na základě osobního přesvědčení a vnitřní potřeby pomoci, ale spíše jako modní trend.

Slovanská mentalita byla po celá staletí proslavená svou štědrostí a velkorysostí, bratrskou podporou a nezištnou pomocí. Rozdíl mezi skutečnou pomocí lidem a touhou po slávě je hluboký jako propast. Nebylo by lepší nahlédnout do zákoutí své mnohostranné duše, která je nevyčerpatelným zdrojem dobra, vzpomenout na úžasné lidské vlastnosti, které má mít Člověk a skutečný slovanský mecenáš, a začít tvořit dobro, ne pro sebe, ale pro ostatní? Vždyť velkorysost a šíře naší slovanské duše je bezmezná. Zkusme oživit a podpořit velkou tradici slovanského mecenášství. Možná, že na sebe pak rozkvět státu a celé společnosti nenechá dlouho čekat.

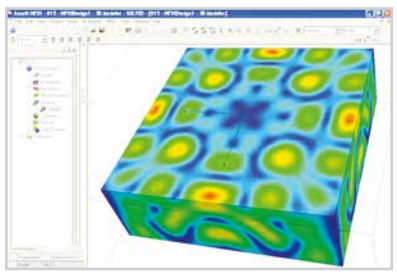
s použitím článků Josefa Holka
http://www.praguecityline.cz/

Architekt, podnikatel a mecenáš Josef Hlávka a jeho poselství dnešku

- Práce šlechtí člověka, prací se lze stát šlechticem ducha, prací si můžeš i zničit zdraví.
Ale i člověk postižený může pracovat na sebezdokonalení – když přijme přijatý kříž.
- Škola života zahrnuje námahu i kontemplaci: homo oeconomicus pak má šanci změnit podnikání v altruismus a sebe sama v dobrodince – mecenáše.
- Pracuj, modli se, a Bůh ti požehná: bohatství je jen tím, co je ti svěřeno pro druhé. Majetek nesobecky pochopený se pak stane plodivou silou, šířícím se požehnáním.
- I člověk z malých českých poměrů si může vybudovat velký kredit v nadnárodní říši: tvrdou prací, pevností charakteru, respektem a úctou ke druhým národům.
- Věda, technika i podnikání potřebují světlo víry. Nejen konzumem živ je člověk, ale i krásou hudby, obrazu, poezie – a slovem, které vychází z úst Hospodinových.
- Společné dobro národa, unie, lidstva, je věčně živým stavebním kamenem společnosti: odpovědnost vůči sobě potřebuje rozšíření o odpovědnost vůči blízkým i vzdáleným.
- Zahálka je matkou hříchu, práce bez odpočinku neděle se mění na otroctví. U stolu všedního i svátečního měj jednu volnou židli pro poutníka – může jím být Bůh sám.
- Jsi-li mladý, výkonný a úspěšný, pamatuj, že „pán Bůh dal“ a „pán Bůh může vzít“.
Ani na děti si nemůžeš dělat právo a nárok; odepře-li ti Bůh potomky – a ty to v pokoře přijmeš – máš šanci na duchovní otcovství, a tvých synů a dcer může být bezpočet.
- Český kapitalismus potřebuje duchovní a morální základy. Kapitál je třeba duchovně „znárodnit“ – a bude přijat a ospravedlněn. Josef Hlávka svůj majetek získal prací – ne podvodem. Pán nás však učí, že i z nespravedlivého mamonu je možno si získat přátele!
- Po tom všem, co Josef Hlávka vykonal pro národ a pro své bližní, zavázal budoucí správce svého Nadání, aby v kapli Lužanského zámku nechávali sloužit mše svaté – i za spásu jeho duše. Jsme jen služebníci neužiteční... Kyrie eleison, Pane, smiluj se!

Pomocí energie, bdělosti, sebekontroly a sebeovládání si moudrý člověk vytvoří ostrov, který ani povodeň nedokáže smést. Budha

VLNY KRESLÍ OBRÁZKY ANEBO EXPERIMENT CHLADNIHO



pokračování ze str. 5

projevu zvukových vln ve formě elektromagnetického analogu.

Tento analog je elektromagnetický rezonátor (z latinského slova **„resono“**, což znamená „znít v odpověď“), který vytvářel na povrchu vzory podobné obrazcům Chladniho. Dále Alexandr Kushelev projektoval trojrozměrné obrazce Chladniho ve virtuálním prostoru pomocí počítačového **programu HFSS**. Po provedení mnoha experimentů A.Kushelev prohlásil, že v dávných dobách měli lidé více znalostí, než máme dnes, měli znalosti v oblasti mikrovlnné techniky a uměli převádět vnitřní energii éteru na elektrickou energii.

Zajímavé je, že geometrické tvary, které vznikají při experimentu Chladniho, používali naši předkové všude. Můžeme je vidět v bytových dekoracích, na sloupech, na starověkých sochách, a dokonce i v ikonách. To znamená, že pro lidi, kteří žili v různých dobách a na různých kontinentech, byly tyto obrazy velmi důležité a také to svědčí o tom, že lidé v dávných dobách znali tyto fyzikální jevy a procesy, které probíhají v neviditelném světě.

„Zvuk a geometricky správné znaky – to je oblast čisté fyziky, což znamená první krok k porozumění tajemství globálního Zvuku a pracovních znaků. Ve skutečnosti jsou to pouze vědecké objevy toho, co bylo od pradávna lidem známo a je uchováno v legendách různých národů“.

A.Novych, AllatRa

To vypovídá o tom, že díky těmto objevům jsme trochu blíž k pochopení toho, jaké bohaté duchovní dědictví nám zanechali lidé minulých civilizací. Ale to vše je možné pochopit pouze tehdy, pokud neustále rozšiřujeme své obzory, analyzujeme, porovnáváme, a co je nejdůležitější, každý den věnujeme pozornost poznání svého vnitřního světa, což umožňuje hlubší pochopení sebe sama, druhých a aktuálních událostí.

„Pokud člověk svým vědomím pozná duši a splyne s ní, jeho možnosti budou neomezené, jakož i hranice jeho poznání.“ A pak budou lidé moci pochopit nejen tajemství *starých staveb, ale také tajemství existence vesmíru.*

Ludmila Michailová, účastnice MSH ALLATRA“

V tomto iluzorním světě je všechno pomíjivé, jako přelud v poušti. Všechno, co na tomto fyzickém světě máme, nemá hodnotu, protože je prchavé. Musíme si pospíšit naučit cítit Duši a vnímat krásu, protože vše na tomto hmotném světě, včetně lidského života, není více než bublina pěny na mořském písku.

Člověk cítí, že není pouze dvounohou bytostí, že je v něm mnohem víc, že jeho vnitřní svět je jiný a liší se od toho, který ho obklopuje. Je v něm Duše – částice zvnějšku – z duchovního světa. A ta má jeden vektor pohybu, jedno přání. Duše se ve skutečnosti snaží dostat pryč z tohoto světa. Chce k Bohu, do svého světa. V podmínkách materiálního světa ovšem tato snaha, tento hluboký pocit vycházející z Duše, naráží na vědomí člověka. A vědomí již vykládá tyto silné hluboké pohnutky jinak, protože vychází ze znalostí a zkušeností získaných v tomto životě. A tak zde hraje důležitou roli převažující pohled člověka na svět, jeho Znalosti o světě a sobě samém.

Rigden

MÝTY A OMYLY O SMYSLU ŽIVOTA

Spousta lidí začne dříve či později přemýšlet o smyslu života, o štěstí. Kladou si otázku, zda smysl života skutečně spočívá pouze v tom, že jsme se náhodou narodili, půlku života promrhali tím, že jsme se těšili, až začneme skutečně žít. Nejprve studovali, abychom získali dobrou práci, postavení, pak těžce pracovali, abychom zlepšili své životní podmínky a uspokojili své potřeby, měli děti a o ty se postarali…a zhruba v 80 letech zemřeli?

Není možné, že existuje nějaký vyšší smysl naší existence zde, který nám přináší skutečné uspokojení, pocit harmonie a štěstí? Lidé kráčející po duchovní cestě věří, že cílem „pobytu“ na této planetě je odolat všem lákadlům materiálního světa a pomocí hlubokých upřímných vnitřních pocitů lásky, čistoty a konání dobra dosáhnout spojení Osobnosti s Duší a odejít jako zralá osobnost na věčnost, do světa Boha, světa lásky, nirvány…jak chcete. Stav absolutního štěstí, bezpodmínečné lásky je člověku totiž nepřirozenějším stavem!

Jaké mýty a omyly nám často stojí na této cestě?

Věříme v evoluční teorii

Důkladné zkoumání rostlin, hmyzu a savců poukazuje na neuvěřitelně přesnou strukturu jejich jednotlivých dílčích částí. **Astronom sir Bernard Lovell** napsal: „Pravděpodobnost náhodného jevu, který by mohl vést třeba jen k vytvoření té nejjednodušší proteinové molekuly, je nepředstavitelně malá. Tato pravděpodobnost je prakticky nulová“.

Molekulární biolog Michael Denton řekl: „Všude, kam se podíváme, a půjdeme-li do jakékoliv hloubky, vždy najdeme nesmírnou eleganci a důmyslnost tohoto řešení“. Denton dále uvádí: „Darwinovská teorie, která tvrdí, že vše živé vzniká jen jako veliká náhoda, je velkým kosmogonickým omylem 20. století“.

Fyzik Paul Davies uvedl: „To, že zde jsme, má jistě určitý důvod. V průběhu mého vědeckého bádání jsem se stále více utvrzoval ve víře, že je vše ve vesmíru vytvořeno s tak dokonalou důmyslností, že to nemohu přijmout jen jako holý fakt. Myslím, že zde musí existovat nějaké hlubší vysvětlení“.

Pokud ovšem nic z toho, nevzniklo jen náhodou, musí mít toto řešení svého konstruktéra. Musí existovat tvořitel, Bůh, chcete-li vyšší síla, která to vše zařídila. A čím je konstrukční návrh propracovanější, tím dokonalejší musí být jeho konstruktér. Znáte snad nějaké výjimky? Žádné nejsou. Víra ve vyšší sílu, oddání se a prostá dětská upřímnost mohou být tím klíčem…

Nejsme tady a teď

Pozorovali jste někdy děti? Když si hrají – tak si hrají, když jí – tak jí, když se smějí – tak se smějí. A co dělají dospělí? Když snídají – myslí na práci, když pracují – těší se domů, když jsou doma – těší se na dovolenou. Možná by se měl každý občas alespoň na chvíli zastavit a začít dělat věci pořádně, začít si hrát, žít přítomným okamžikem.

Jsme závislí na lidech a věcech – na vnějších oporách

Mnozí lidé, především pak ti žijící v západních zemích si myslí, že hlavním smyslem života je získání hmotného majetku, velikého finančního bohatství. Věří, že tak se dá dospět k naprosto šťastnému životu, že si pořídí vše, o čem sní a problémy zmizí. Nezmizí! Zeptejme se těch, kteří již hmotný majetek mají.

Kanadský spisovatel Harry Bruce řekl: „Překvapující množství bohatých lidí tvrdí, že nejsou šťastní“.

Dále jeden z bývalých prezidentů Spojených států Jimmy Carter prohlásil: „Přišli jsme na to, že vlastnictví věcí, o které jsme dříve tak silně usilovali, neuspokojuje naši touhu po poznání účelu. Hromadění těchto věcí nemůže zaplnit prázdnotu života, v němž schází jistota“. A další významný politik řekl: „Mnoho let se zabývám intenzívním hledáním pravdy o sobě a mém životě. Znám nespočetně mnoho jiných lidí, kteří tvrdí totéž. Více lidí než kdykoli dříve si klade otázky: Kdo vlastně jsem? Co je smyslem mého života? Proč mám tyto otázky?

Často podmiňujeme své štěstí existencí dokonalého vztahu či fungující rodiny. Ano, láska může vést ke štěstí. Ovšem měli bychom být opatrní v definici opravdové lásky! Ta totiž nikdy nežárlí, není sobecká, je bezpodmínečná, nic neočekává, raduje se z pouhého dávání…Láska v pojetí západní civilizace je postavena na systému obchodu – má dáti – dal, vlastnictví a manipulace. To není láska, nýbrž pouhá iluze, která byla stvořena jen naší animální touhou, či jen jako záplata na naši nemocnou duši. Ale co je hlavní – pokud se vnější podmínky, na kterých nám stojí náš „dům štěstí“, změní, zhroutí se nám celý svět. Naopak, když najdeme oporu uvnitř sebe samotných, nikdo a nic nám nemohou nabourat vnitřní klid a harmonii.(článek Vnitřní duchovní opora, Polahoda 4/2015)

Nejsme sami sebou

Člověku je vlastní sklon k napodobování, snaha zavděčit se okolí, zapadnout do společnosti, být oceněn. Rigden: *„ ....skrze vytváření stereotypů a jejich vštěpování do kultury společnosti. Například prostřednictvím cíleného působení masmédií a také oblíbených kulturních projektů, uměleckých filmů. Vždyť skrze oblíbené„idoly“ a jejich „zvyky“ je snadno kódovat člověka různými šablonami, podřídit ho systému, jelikož, jak jsem říkal, každé individuum má sklony k napodobování.“* (z knihy AllatRa). Jsme jedinečný kousek celku, jako část z puzzle. Bez nás to není dokonalé! Buďme sami sebou, řiďme se svými pocity, protože to je jediná pravda! Veškeré vědění máme v sobě, přicházíme s ním na tento svět. Problém je, že v průběhu života je nám vštěpováno spousta informací, pravidel, šablon chování…Je dobré očistit se od toho a znovu se otevřít hlubokým vnitřním pocitům. Jako bychom vyprázdnili džbán a nechali proudit opět tu božskou čistotu.

Věříme na nezvratnost osudu

Člověku byly dány do vínku dvě úžasné schopnosti – právo volby a síla myšlenky. Ať se tomu často nechce věřit, vše, co se s námi děje, je náš výběr! My jsme zodpovědní pouze za svůj stav vědomí, neboť ten odráží naše myšlenky, které následně tvoří vše v našem životě! Anastasia:„ *Neexistují náhody. Náhoda je jen zákonitý důsledek našich nekontrolovatelných myšlenek“* (z knihy Sensei ze Šambaly. 1. díl)

Své životy dáváme do rukou druhých

Významní filozofové tvrdí, že existuje pravda, která vede k naprosté harmonii. Nemusí být však vůbec jednoduché se k této pravdě dopátrat, protože je ukryta do každého z nás. Je velice nerozumné myslet si, že někde najdeme mapu vedoucí k našemu štěstí. Nepomohou nám ji najít ani psychologové, ani kartáři, věštci, různí „duchovní“učitelé! Je sice jen jedna hora a na jejím vrcholku je skutečná pravda. Ovšem těch cest, kudy na ni můžeme vyšplhat je spousta. A trasu té správné cesty nám nikdo neřekne, protože jen my sami si musíme najít tu, která je vhodná právě pro nás.

Eva Svobodová, s použitím citací z článku: http://zivotni-energie.cz/smysl-zivota-zivot-je-hra-kterou-hrajeme-sami-se-sebou.html

Pojďme spolu tvořit POZITIVNÍ NOVINY!

Každý z nás je jedinečným zdrojem znalostí a životních zkušeností, nositelem obrovského dosud nevyužitého tvůrčího potenciálu. Rádi uvítáme Vaše články, zajímavosti, nápady, postřehy, o které se chcete podělit s ostatními, básničky, veselá vyprávění, zápisky cestovatele… prostě všechno, co přináší dobrou náladu, optimizmus, prospěje ostatním lidem, pomůže na cestě k poznání. Kontakt: polahoda@centrum.cz; Nakladatelství IBIS s.r.o., P.O.BOX 45, 251 70 Dobřejovice

Příběh o strachu

Muž šel v noci po kamenité cestě a náhle uklouzl a upadl. Měl strach, že by mohl spadnout tisíce metrů dolů, protože věděl, že pod okrajem cesty se rozkládá velmi hluboké údolí, a tak se pevně držel větve přesahující ze stráně. V temnotě noci pod sebou viděl jen bezednou propast.Vykřikl, a jediné, co uslyšel, byla ozvěna vlastního hlasu – nebyl tam nikdo, kdo by ho slyšel.

Dokážete si představit, jak strašlivě ten muž po celou noc trpěl. Tam dole na něj neustále číhala smrt, ruce měl čím dál studenější a nemohl se držet moc pevně…, ale podařilo se mu přečkat noc a pak vyšlo slunce a muž pohlédl dolů…, a rozesmál se!

Žádná propast tam nebyla. Jen malý kousek přímo pod jeho nohama čněl skalní převis.Celou noc mohl odpočívat a dobře se vyspat – převis byl dost velký – ale místo toho se noc změnila v noční můru.

Strach je iluze. Záleží jen na vás, zda se budete dál držet větve a změníte svůj život v noční můru, nebo se raději pustíte větve a postavíte se na vlastní nohy. Není se čeho bát.

To po čem toužíš
jen v sobě hledej,
když steskem se soužíš
na řeči kolem nedej.

Jen v sobě máš vše ukryto
a když to nehledáš,
tvé Duši je to moc líto.

To je ta bolest palčivá,
co celým tělem se ozývá,
co harmonii v tobě ruší
a na zavřené srdce buší.

Zlatá je stezka
od srdce do srdce,
zlatá je stále,
nejen když jsou Vánoce.

Za zavřenými víčky
se otevře Ti nový svět,
nepřestaň hledat,
budeš mu rozumět.
Zlatý pak bude každý Tvůj den
jen z okýnka srdce vykoukni
ven.

Alena Chamrádová, Ostrava

Byl jednou jeden chlapec, který velmi toužil stát se karatistou, ale už v dětství přišel o pravou ruku. Myslel, že tím všechny šance ztratil, a přesto se našel jeden Mistr, který ho vzal do učení. Naučil ho ale jen jediný karatistický chvat. Léta plynula a Mistr chlapce učil stále totéž. Hocha to už pravda nudilo a měl dojem, že ho Mistr zanedbává. Ale učitelům se neodmlouvá, tak mlčky cvičil pořád tentýž chvat.

Konečně přišel den, kdy měl předvést své umění veřejnosti. A vida! Porazil prvního soupeře, druhého i desátého, porazil všechny, s nimiž bojoval. Užaslý šel za svým učitelem: „Mistře! Jak je možné, že jsem porazil ty zdravé muže? Vždyť skoro nic neumím, nemám pravou ruku a znám jenom jeden chvat!“

„Nu,“ řekl Mistr, „důvody jsou dva. Jednak je to opravdu výborný chvat, a zadruhé: jediná obrana proti němu je chytit soupeře za pravou ruku.“

Každá ztráta v sobě nese příležitost od něčeho odulpět. Pak nás za to nelze chytit, nelze s námi praštit o zem. To, co „máme“, o čem věříme, že nám to patří, za to nás jde chytit velmi snadno. Něco ztratit a vidět v té ztrátě tuhle šanci, to je opravdu výborný chvat.

Bylo nebylo,…před dlouhou, dlouhou dobou existoval ostrov, na kterém žily všechny pocity člověka: **dobrá nálada, smutek, vědění.** A kromě ostatních různých pocitů i **láska**.

Jednoho se pocity dozvěděly, že se ostrov potopí. Každý si tedy připravil svou loď a odplouval z ostrova.

Jen láska chtěla čekat do poslední chvíle. Ještě než se ostrov potopil, prosila láska o pomoc.

Na luxusní lodi plulo kolem lásky bohatství. Zeptala se: „Bohatství můžeš mě vzít s sebou?“ „Ne, nemůžu. Mám na své lodi mnoho zlata a stříbra. Tady pro tebe není místo!“

Tak se láska zeptala pýchy, která projížděla kolem na přenádherné lodi: „Pýcho můžeš mě vzít s sebou?“ „Já Tě lásko nemůžu vzít…“ odpověděla pýcha, „tady je všechno perfektní. Mohla by jsi poškodit mou loď.“

Láska se zeptala smutku, který jel kolem: „Smutku, prosím,vezmi mě s sebou“ „Ach lásko,“řekl smutek, „já jsem tak smutný, že musím zůstat sám.“

Také dobrá nálada projela kolem lásky, ale byla tak spokojená, že ani neslyšela, že na ni láska volá.

Najednou řekl nějaký hlas: „Pojď lásko, já Tě vezmu.“ Byl to nějaký stařec kdo promluvil. Láska byla tak vděčná a šťastná, že se zapomněla zeptat na starcovo jméno. Když přijeli na pevninu, stařec odešel. Láska si uvědomila, že mu hodně dluží a zeptala se vědění:

„Vědění, můžeš mi říct, kdo mi pomohl?“ – „To byl čas,“ odpovědělo vědění.

„Čas?“ zeptala se láska, „proč mi pomohl čas?“

A vědění odpovědělo: „Protože jen čas ví, jak důležitá je láska v životě.“

SUFÍJSKÝ PŘÍBĚH: ZRCADLENÝ SVĚT

Jednou nováček zeptal se derviše:

„Učiteli, je svět nepřátelský k lidem? Nebo je pro člověka blahem?“

„Řeknu ti podobenství o tom, jaký je tento svět pro člověka,“ řekl učitel.

„Kdysi dávno žil velký Sultán. Přikázal postavět překrásný palác. Tolik obdivuhodných, nádherných věcí tam bylo. Ale nejpozoruhodnější v paláci byl sál, kde všechny stěny, strop, dveře a dokonce i podlaha byly pokryté zrcadly. Zrcadla byla tak nezvykle jasná a čistá, že si návštěvník zpočátku ani neuvědomoval, že před ním jsou zrcadla – natolik přesně odrážely objekty. Kromě toho, stěny sálu vytvářely ozvěnu. Když se zeptáš: „Kdo jsi?“ slyšíš ze všech stran: „Kdo jsi? Kdo jsi? Kdo jsi?“

Jednou do tohoto sálu vběhl pes a zarazil se uprostřed – ze všech stan byl obklopen celou smečkou psů, byli všude nahoře, dole, kolem něj. Pro však případ pes vycenil zuby; všechny odrazy udělali totéž – vycenili zuby. Vyděšený pes zběsile zaštěkal. Ozvěna opakovala jeho štěkání.

Pes štěkal hlasitěji. Ozvěna také. Pes házel sebou sem a tam, kousal vzduch, i jeho odrazy skákali kolem, kousali a štěkali. Druhý den ráno služebníci našli psa bez života, obklopeného miliony odrazů nehybných psů.

V sále nebyl nikdo, kdo by mu mohl nanést alespoň nějakou škodu. Pes bojoval se svými vlastními odrazy“.

„Nyní chápeš,“ řekl derviš, „že svět sám o sobě není ani zlý ani dobrý. Je k člověku lhostejný. Vše, co se děje kolem nás je pouze odrazem našich vlastních myšlenek, pocitů, tužeb a skutků. Svět je jedno obrovské zrcadlo.“

TIRÁŽ: **Polahoda – měsíčník aktualit a zajímavostí z domova i ze světa** ● Vydává Nakladatelství IBIS s.r.o., Cedrová 1042, 252 42 Jesenice. Internet www.polahoda.cz. Odpovědný redaktor Světlana Šilivská. Kontakty na redakci: polahoda@centrum.cz, tel: +420 774 689 512 ● Rozšiřuje Mediaprint & Kapa. Předplatné pro Českou republiku vyřizuje Česká pošta, s. p., oddělení periodického tisku, Olšanská 38/9, 225 99 Praha 3. Předplatné si můžete objednat na www.periodik.cz, e-mailem na postabo.prstc@cpost.cz, na bezplatné infolince České pošty 800 300 302 ● Predplatné pre Slovenskú republiku vybavuje Slovenská pošta, a. s., Stredisko predplatného tlače, Uzbecká 4, P.O.BOX 164, 820 14 Bratislava 214. Objednávky na predplatné prijíma každá pošta a doručovateľ Slovenskej pošty, alebo môžete objednávku zaslat na email predplatne@slposta.sk, zahranicna.tlac@slposta.sk ● Přetisk a šíření povoleno s uvedením zdroje ● Tisk Novotisk s.r.o. ● Povoleno MK ČR E 20880