

# páter František Ferda, Recepty a rady

## Obsah

<b>TOTÁLNÍ PROTIRAKOVINNÁ KÚRA</b>	<b>7</b>
<b>DŮLEŽITÉ ČAJE PŘI PROTIRAKOVINNÉ DIETĚ (KÚŘE)</b>	<b>7</b>
○ ŠALVĚJOVÝ ČAJ	7
○ LEDVINOVÝ ČAJ	7
○ ČAJ Z KAKOSTU (ČAPÍ NŮSEK)	7
○ JITROCELOVÝ ČAJ (SMĚS PRO 1 OSOBU NA 6 TÝDNŮ)	7
<b>JE RAKOVINA VYLÉČITELNÁ?</b>	<b>8</b>
○ MÁ BÝT DBÁNO NÁSLEDUJÍCÍCH VAROVNÝCH SIGNÁLŮ	8
○ NEJČASTĚJŠÍ DRUHY RAKOVINY	8
○ RADY	8
<b>MOJE TPK</b>	<b>10</b>
○ MOJE SMĚS ZELENINOVÝCH ŠŤÁV	10
<b>REŽIM DNE</b>	<b>10</b>
<b>RADY PRO RŮZNĚ LOKALIZOVANOU RAKOVINU</b>	<b>11</b>
○ PŘI TUMORU MOZKU	11
○ PŘI RAKOVINĚ OKA	11
○ PŘI RAKOVINĚ PRSU, VAJEČNÍKŮ A DĚLOHY	11
○ PŘI RAKOVINĚ PATRA, RTU, JAZYKA A KRČNÍCH ŽILAZ HRTANU	11
○ PŘI RAKOVINĚ KŮŽE	11
○ PŘI RAKOVINĚ JATER	11
○ PŘI RAKOVINĚ ŽALUDKU	12
○ PŘI RAKOVINĚ SLEZINY A SLIZNIVKY BŘIŠNÍ	12
○ PŘI RAKOVINĚ PROSTATY A VAKLAT	12
○ PŘI RAKOVINĚ KOSTI, PLICÍ, RAKOVINĚ A PLICÍ TUBERKULÓZE	12
<b>DOPLNĚNÍ MÉ „TPK“</b>	<b>12</b>
<b>PŘIPOMÍNKY K MÉ PROTIRAKOVINOVÉ KÚŘE</b>	<b>14</b>
<b>KNIHA PÁTER FRANTIŠEK FERDA - EXPERIMENTY, RECEPTY, ŽIVOTNÍ OSUDY</b>	<b>15</b>
<b>ÚRYVEK Z ÚVODU</b>	<b>15</b>
<b>RADY PÁTERA FRANTIŠKA FERDY</b>	<b>16</b>
<b>ZÁSADY</b>	<b>16</b>
<b>ČAJE, OBECNÁ PŘÍPRAVA</b>	<b>16</b>
<b>KOUPELE, OBECNÁ PŘÍPRAVA</b>	<b>16</b>
<b>OBKLADY A ZÁBALY</b>	<b>16</b>
<b>RADY K RŮZNÝM OBKLADŮM</b>	<b>17</b>
<b>DIETA</b>	<b>17</b>
<b>NÁDOBY K VAŘENÍ BYLIN</b>	<b>17</b>
<b>OBECNÉ RADY A BYLINNÉ RECEPTURY PŘI RŮZNÝCH ONEMOCNĚNÍCH</b>	<b>17</b>

**LÉČENÍ JEDNOTLIVÝCH NEMOCÍ** **17**

<b>BĚŽNÉ NACHLAZENÍ A RÝMA</b>	<b>17</b>
<b>RÝMA A ZASTYDLÉ DUTINY</b>	<b>18</b>
<b>ZÁNĚT HRTANU</b>	<b>18</b>
<b>ZÁNĚT PRŮDUŠEK A ZÁPAL PLIC</b>	<b>18</b>
<b>ANGÍNA</b>	<b>18</b>
<b>NEMOCI ZAŽÍVACÍHO TRAKTU</b>	<b>18</b>
<b>NADÝMÁNÍ U KOJENCŮ</b>	<b>19</b>
<b>BOLENÍ BŘÍŠKA U KOJENCŮ</b>	<b>19</b>
<b>ŽLUČNÍKOVÉ POTÍŽE</b>	<b>19</b>
<b>OTRAVY Z JÍDEL</b>	<b>19</b>
<b>PODRÁŽDĚNÍ ŽALUDKU</b>	<b>19</b>
<b>ZÁNĚT SPOJIVEK, PÁLENÍ OČÍ</b>	<b>19</b>
<b>BOLESTI HLAVY</b>	<b>19</b>
<b>KOUSNUTÍ KLÍŠTĚTEM</b>	<b>20</b>
<b>BOLESTI KLOUBŮ</b>	<b>20</b>
<b>SRDEČNÍ POTÍŽE</b>	<b>20</b>
<b>BOLESTI NOHOU A KŘEČOVÉ ŽÍLY</b>	<b>20</b>
<b>MODŘINY</b>	<b>21</b>
<b>CHRONICKÉ PORUCHY HLASIVEK – ČASTÝ CHRAPOT A ŠEPTÁNÍ</b>	<b>21</b>
<b>DĚTSKÉ VYRÁŽKY A EKZÉMY</b>	<b>21</b>
<b>PŘI TEPLITÁCH</b>	<b>21</b>
<b>ZÁŠKRTOVÁ ANGÍNA – ČASTÉ POKAŠLÁVÁNÍ Z KOKU</b>	<b>21</b>
<b>PŘI ROZBRÁZDĚNÝCH MANDLÍCH – PŘI OPAKOVANÝCH ANGINÁCH</b>	<b>22</b>
<b>BOLESTI HLAVY</b>	<b>22</b>
<b>BOLESTI PÁTEŘE, KOLEN NEBO KLOUBŮ</b>	<b>22</b>
<b>DVANÁCTERNÍKOVÉ VŘEDY</b>	<b>22</b>
<b>HEMEROIDY</b>	<b>22</b>
<b>NEURÓZA – CELKOVÉ UKLIDNĚNÍ</b>	<b>22</b>
<b>POČŮRÁVÁNÍ U DĚTÍ</b>	<b>22</b>
<b>ZÁNĚT DÁSNÍ A NEMOCNĚ ZUBŮ</b>	<b>23</b>
<b>AFTY</b>	<b>23</b>

**PŮSOBENÍ POTRAVIN, PRŮMYSLOVÝCH ŠKODLIVIN A RŮZNÝCH LÁTEK NA LIDSKÝ ORGANISMUS** **23**

**S PŘIJÍMANOU POTRAVOU SE DO TĚLA DOSTÁVAJÍ LÁTKY, KTERÉ VE VĚTŠÍ MÍŘE PŮSOBÍ NA RŮZNÉ ČÁSTI LIDSKÉHO ORGANISMU.** **23**

**KAŽDÝ ČLOVĚK BY MĚL DODRŽOVAT TYTO ZÁSADY** **23**

- OMEZIT 23
- NEJÍST 24
- MÁK 24
- HOUBY 24
- MLÉKO 24
- MASO 24
- UZENINY 24
- Z TUKŮ 24
- KOŘENÍ 25

○ ALKOHOL	25
○ OBECNĚ PLATÍ	25
○ RŮZNÉ RADY	25
○ PRACÍ PRÁŠKY	25
○ PVC	25
○ HLINÍKOVÉ NÁDOBÍ	25
○ ODVAR PROTI JEDŮM Z TKANIN	25
○ CIBULE	26
○ ČESNEK	26
○ OŘECHY	26
○ JÍME-LI ČOKOLÁDU A KAKAO,	26
○ PÁRKY, VUŘTY, MĚKKÝ SALÁM	26
○ PEPŘ	26
○ CHUDOBKY	26
○ ODJEDOVACÍ ČAJ	26
○ KOUŘENÍ	26
○ KMÍNOVÝ ČAJ	26
○ HŘEBÍČKOVÝ ČAJ	27
○ KOUPEL PŘI BOLESTECH NOHOU	27
○ ANGÍNA	27
○ HLUBOKÉ ZÁNĚTY LEDVIN, ZÁNĚT PLIC, ZÁNĚT DĚLOHY, MOČOVÉHO MĚCHÝŘE S TEPLOTAMI	27
○ NA POKAŽENÝ ŽALUDEK	27
○ NESPAVOST	27
○ LEDVINOVÝ PÍSEK	27
○ PŘI CHŘÍPKÁCH A NACHLAZENÍ	27
○ PŘI NARAŽENÍ ŠLACH	27
○ KÝLA	28
○ PŘI POTÍŽÍCH S HLASEM	28
○ PŘI HOREČCE	28
○ ŽLUČNÍK – NADÝMANÍ	28
○ ŽLOUTENKA INFLKČNÍ	28
○ ČAJ Z BYLIN	28
○ DO KOUŘELE	28
○ BYLINY A JEJICH POUŽITÍ	28
○ ČOKOLÁDA	28
○ POMERANČE A OVOCE CELKOVĚ	29
○ BANÁNY	29
○ KAKAO	29
○ BRAMBORY	29
○ ALKOHOL	29
○ MÁSLA	29
○ BARVY	29
○ HLINÍKOVÉ NÁDOBÍ	30
○ PRANÍ	30
○ SANYTR	30
○ MOČOVINA	30
○ NA TVORBU KRVE	30
○ ODKAŠLÁVÁNÍ	30

○ KOUPEL Z KOPŘIV	30
○ NA ZUBY PRO DĚTI	31
○ KMÍNOVÝ ČAJ	31
○ BĚLENÍ ZUBŮ	31
○ PROPOLISOVÉ KAPKY	31
○ SIRUP Z CIBULE	31
○ NA PŘEKYSELENÍ ŽALUDKU	31
○ NA NERVY A PAMĚŤ	31
○ TINKTURA Z TŘEZALKY	31
○ ARNIKOVÁ TINKTURA	31
○ BOLEST ZUBŮ	31
○ KOUPEL K ODJEDOVÁNÍ PRÁDLA	32
○ ČAJ PRO DĚTI	32
○ SKLERÓZA	32
○ KOUPEL Z JEŘABIN	32
○ ČAJ Z ČERNÉHO BEZU	32
○ ODVAR Z OVESNÉ SLÁMY	32
○ OLŠOVÉ VĚTVIČKY	32
○ DUBOVÁ KŮRA	32
○ KOUPEL Z ŘEPÍKU	32
○ PŘI CUKROVCE	32
○ VODOLÉČBA	32
○ BYLINY	33
○ EKZÉM V OBLIČEJI	33
○ PÁSOVÝ OPAR	33
○ PLÍCE – ZÁNĚT	33
○ ZÁNĚT PLIC – VZNIK NEDOMYKAVOSTI SRDEČNÍ CHLOPNEK	33
○ ZÁPAL PLIC – PŘECHOZENÝ	33
○ NA KRČNÍ PÁTEŘ	34
○ NA LEDVINY	34
○ NA PRSNÍ KOSTI	34
○ NA SLEZINU	34
○ PRŮDUŠKY	34
○ HORNÍ ČESTY DÝCHACÍ (ZÁNĚT PRŮDUŠEK)	34
○ PRŮDOK	34
○ PŘEVHOD	35
○ PRACH	35
○ PRŮJMY	35
○ PRST – ÚRAZ, TRŽNÁ RÁNA – HNISÁNÍ – PRAVDĚPODOBNĚ AŽ KE KOSTI	35
○ PROSTATA	35
○ PROJÍMADLO	36
○ PLÍCE – RAKOVINA	36
○ PSOTNÍK (U DĚTÍ)	36
○ REVMATISMUS	36
○ REVMATISMUS – CELKOVÝ, KLOUBOVÝ, SVALOVÝ	37
○ REVMATISMUS HLAVY A OBLIČEJOVÉ ČÁSTI – MIGRÉNA. PRŮVAN, PROSTUZENÍ	37
○ LÉČBA RÝMY	37
○ RUCE – EKZÉM (OLEJ, VAZELÍNA, NAFTA POD.)	37

○ RUCĚ – TŘES	37
○ RUCĚ – BRADAVICE	38
○ RAKOVINA – Z RADIOAKTIVITY – PŘEDEVŠÍM VE VZDUCHU	38
○ RÝMA	38
○ SRDCE – ANGINA PECTORIS	38
○ SLINIVKA BŘIŠNÍ – PANKREAS	38
○ NEDOMYKAVOST SRDEČNÍ CHLOPNĚ	38
○ SLINIVKA – PANKREAS	39
○ OČI – ZÁNĚT SPOJIVEK	39
○ OČI – TRACHOM	39
○ SPRCHA VODNÍ NA OMÝVÁNÍ I OTUŽOVÁNÍ	39
○ ODTUČNĚNÍ	39
○ OTRAVA ŽALUDKU, STŘEV	39
○ OTRAVA SLINIVKY HOVĚZÍM MASEM, CUKREM ZALEPENÉ LEDVINY, HNIS POLICÍ, TKAMI	39
○ KŘENOVÁ PLACKA	40
○ OPAR NA RTECH PŘI HOREČNATÝCH ONEMOCNĚNÍCH	40
○ TŘEŠNĚ	40
○ ŠVESTKY	40
○ VLAŠSKÉ OŘECHY	40
○ JABLKA	40
○ OTRAVA VAJÍČKY	40
○ OTRAVA PRÁDLEM	40
○ OTRAVA VE STŘEVECH (BOLESTI STŘEV A ŽALUDKU)	40
○ OTRAVA SLINIVKY – BOLESTI PO PRAVÉ STRANĚ ZEBER	41
○ OTRAVA ACETONOVOU BARVOU	41
○ OTRAVA MOČOVINOU (Z MASA – HOVĚZÍ MASO, PAŠA, SROUČE, PLÍCE, JÁTRA)	41
○ MOČOVINOU SE POPÁLÍ U DÍTĚTE JAZYK, PATRO I PRŮČEKY	41
○ OPAŘENINY (RUKOU, NOHOU APOD. – HORKOU VODICOU, POLÉVKOU ATD.)	41
○ OTRAVA TĚLA KOŠLÍ PŘI MOCENÍ TĚLA - U ŽEPRANÍ ŽENITKO	41
○ OTRAVA HLINÍKEM (NADOBÍ)	41
○ OČKOVÁNÍ – SMÍŠENÁ INJEKCE – EPILEPTIKÉ ZÁCHVATY	41
○ SLINNÉ ŽLÁZY – ZDUŘENÍ – NACHLAZENÍ	42
○ SRDCE – KREVŇÍ TLAK	42
○ SKLERÓZA, MÍRNĚ ZVEDNUTÝ KREVŇÍ TLAK	42
○ SKLERÓZA	42
○ ŠLACHY – ZMOŽENÍ – ZÁNĚT (NAMÁHAVÁ PRÁCE) – NA KRKU, V RAMENI	42
○ ŠILHÁNÍ	42
○ TEPLOTA: ENDOGENNÍ – VNITŘNÍ; EXOGENNÍ – VNĚJŠÍ	42
○ TROJKLANNÝ NERV	43
○ TĚHOTENSTVÍ	43
○ TENKÉ STŘEVO – DVANÁCTERNÍK: DUODENUM – VŘEDOVÁ CHOROBA	43
○ UCHO – ZÁNĚT STŘEDOUŠÍ	43
○ ÚRAZ – BULKA NA PRSU (ASI RAKOVINA)	43
○ ÚRAZ – ZÁDA APOD.	44
○ ÚRAZ NA OBLIČEJI	44
○ VYRÁŽKY – HERPES	44
○ VAJEČNÍKY – CYSTA, KRVÁCENÍ, BOLESTI V BŘIŠE NA PRAVÉ STRANĚ	44
○ VYPADÁVÁNÍ VLASŮ	44

○ ZÁŠKRT	45
○ ZUBY: PARADENTÓZA	45
○ ZLOMENINY – KOSTÍ	45
○ ZÁCPA	45

---

<http://www.uspesna-lecba.cz/rakovina/totalni-protirakovinna-kura-pater-frantisek-ferda/>



páter František Ferda

## Totální protirakovinná kúra

### Důležité čaje při protirakovinné dietě (kúře)

#### ○ Šalvějový čaj

1-2 polévkové lžíce sušené šalvěje dáme do půl litru vroucí vody a necháme 3 minuty vařit. Pak odstavíme a přidáme ještě do vroucího čaje po jedné špetce třezalku, mátu peprnou a meduňku a necháme vše 10 minut vyluhovat a nevaříme. V šalvěji je mnoho éterického oleje, což je pro účel kloktání velmi dobré, ale pro pití jej nesmí obsahovat. Proto jej vaříme 3 minuty, aby nežádoucí oleje byly odstraněny a aby se ještě vařením uvolnil další ferment, který je důležitý pro všechny žlázy, míchu a ploténky. Takto připravený šalvějový čaj velmi prospívá lidskému zdraví, a proto by ho měl každý pít denně, neboť potom bude kdy sotla nemocen.

#### ○ Ledvinový čaj

- ✓ Připravíme bylinnou směs, která vydrží 3 týdny pro jednu osobu.
- ✓ 15 g přesličky
- ✓ 10 g kopřiv (na jaře sbírané a usušené jsou nejlepší)
- ✓ 8 g truskavce
- ✓ 6 g třezalky

Z této promíchané směsi dáme 1 špetku do 1 šálku horké vody a necháme 10 minut vyluhovat. Potom scedíme a na vyluhovaný zbytek nalejeme 2 šálky pravého vyluhovaného čaje, který byl připraven také jen vyluhováním (zalit horkou vodou, bez vaření). Získáme tak 3 šálky čaje, který potřebujeme na 2 dny pití. Ráno, před obědem, před večerí - 1/2 šálku čaje (ráno na lačno). Pít studený po doušcích. V použitých bylinách je několik substancí, které by se vařením znehodnotily. Kyselina křemíková z přesličky se například uvolňuje teprve pravým čajem z vyluhovaného zbytku bylin. Během 3 týdenní doby pití tohoto čaje nesmíme jíst žádné hovězí ani vepřové maso včetně jejich vývarů.

#### ○ Čaj z kakostu (čapí nůsek)

Kakost smrdutý - *Geranium robertianum*. Špetku kakostu dáme do šálku horké vody a necháme 10 minut vyluhovat. Denně pít po doušcích šálek studeného čaje.

#### ○ Jitrocelový čaj (směs pro 1 osobu na 6 týdnů)

- ✓ 5 g jitrocel list (*Folium plantaginis*)
- ✓ 5 g lišejník islandský (*Lichen islandicus*)
- ✓ 5 g popenec nať (*Herba hederæ terrestris*)
- ✓ 15 g divizna květ (*Flos verbasci*)
- ✓ 10 g koprník štětínolistý (*Meum athamanticum*)

Ledvinový čaj by se měl pít při každé nemoci tři týdny denně, hlavně při zánětech a operacích. Preventivně se může třítydenní ledvinová kúra opakovat 3x do roka. Přerušení mezi jednotlivými kúrami musí být nejméně 14 dní.

Čaj z kakostu smrdutého nutno pít při všech formách rakovinového onemocnění, obzvláště byl-li pacient ozařován. Kakost smrdutý obsahuje trochu (údajně) radia.

### Je rakovina vyléčitelná?

Rakovina vzniká u lidí příčinou určité náklonnosti k této chorobě a vlivem nezdravého prostředí. Dlouhodobým působením a vlivem třeba i velmi malých množství rakovinových škodlivin může dojít k narušení zdraví, aniž je to pozorováno a tudíž ani není léčeno, a tento stav může vést až ke vzniku vlastního onemocnění. Častou příčinou jsou nevhodné konzervační látky nebo barviva v potravinách a přepalování poživatin, která vedou k počátku vzniku onemocnění.

#### o Má být dbáno následujících varovných signálů

- ✓ hmatatelné uzliny nebo zatvrdliny, zvláště na prsou žen
- ✓ nápadné změny prsní bradavky nebo mateřské znamení, které se nápadně změní
- ✓ trvalá změna činnosti střev nebo močového měchýře
- ✓ trvalé ochraptění nebo kašel
- ✓ tvrdošijné krvácení nebo výtok z kteréhokoliv tělesného otvoru, jakož i krvácení žen mimo menses
- ✓ potíže při polykání v pokročilém věku
- ✓ rány a bolestivá místa, která se nehojí
- ✓ nápadné hubnutí, ztráta váhy při vydatném živení se

Z uvedených signálů nevyplývá, že musí jít nutně o rakovinu, protože tyto změny mohou mít i jinou příčinu a mohou signalizovat i jinou chorobu. Kdo ani kterýkoli z vyjmenovaných signálů zjistí, ten ať preventivně co nejdříve započne s Totální proctirakovinovou kúrou (TPK).

#### o Nejčastější druhy rakoviny

Nejčastější příčinou především rakoviny hrtanu a plic je kouření. U kuřáků vzniká rakovina plic asi 20x častěji. Zabraňujte proto dětem kouřit. Rakovina dělohy začíná bez bolesti a jakéhokoliv pocitu onemocnění, zvláště během přechodu a po odeznění měsíčeků v pokročilém věku. U mladších žen krvácením po souloži, při močení, krvácením při stolici a nebo namáhavé práci. Ta může být vyléčena, když po zjištění příznaků ihned započneme s kompletní TPK. Rakovina dělohy, když je zanedbána, vede k smrti. Rakovina prsu je plíživá, uzliny, zatvrdliny a svašťeliny prsu mohou být znamením počínajícího stavu rakoviny, i když nijak nebolí. Žádný strach z rakoviny, ten je zbytečný a pouze zpomaluje léčení! Bolesti a vředy se projevují teprve při pokročilém stavu rakoviny.

#### o Rady

Dbej na dostatečnou činnost tělesnou. Dýchej zhluboka čistý vzduch. Vyhýbej se zakouřenému a vydýchanému vzduchu. Nekuř! Dávej přednost přirozené a vitamíny bohaté stravě, nepřejídej se. Dbej na pravidelné trávení a vyprazdňování.

Co je to rakovinový nádor? Rakovinná zduřenina je samostatný nádor nebo novotvar, který vzniká také působením tlaku. Když je někdo po léta nemocný na žaludek a potrava mu zůstává hodiny ležet v žaludku, vzniká tím nepřírozený dlouhotrvající tlak na žaludeční stěny a okolní žlázy, což může vést k rakovině žaludku.

Znal jsem muže, který měl od rána do večera v ústech stále na jednom místě dýmku. Předpověděl jsem mu, že dostane rakovinu rtu. Asi po deseti letech tento muž skutečně rakovinu rtu dostal. Jeho ret se podobal plnovousu ve tvaru malého včelího roje. Budiž připomenuto, že přitom se z postiženého retu vyměšovala tekutina. Kapala po celý den.

Nezvyklý a dlouhotrvající tlak na různá místa v těle brání dostatečnému prokrvení těchto míst a mohlo by nastat jejich odumření. Ale tato místa chtějí stále žít a tak se brání tím, že svoji výživu čerpají ze svého okolí. Tento způsob výživy není „legální“, takže nemá dostatečně provázanou regulaci, následkem čehož novotvar stále roste. Ze začátku pomalu, což trvá dlouho, často deset let i více. Až potom dojde k prolomení regulační bariéry a nádor začíná rázem a rychle bujet. Když už to došlo tak daleko, je čas, ale zdaleka ne pozdě, začít s mojí protirakovinovou kúrou.

Jestliže hned na počátku takový na pohled nezáluždný novotvar operativně odstráníme, nebo jej po okolí mačkáme například při ranní prohlídce těla, potom se stane takové místo divoké a probudí se jako tygr, jeho produkt vstoupí do krevního oběhu a vzniká rozsev - metastázy. Je tedy lépe, když takovou uzlinu necháme v klidu. Pokud má někdo z rakoviny strach a chce mít klid, ať nasadí moji Totální protirakovinovou kúru. Zde je totiž jiné ošetření než řez. Často jsem přemýšlel, jak by takové ošetření mělo vypadat.

Přišel jsem na myšlenku, že zde by mohlo být pomůženo zeleninovými šťávami. Šťáva z červené řepy je určitě proti rakovinovému onemocnění. Ale ze samotné šťávy z červené řepy nemůže člověk žít. Přidal jsem šťávu z mrkve pro její obsah karotenu, zelený kořen pro obsah fosforu, černou ředkev a šťávu z brambor pro požadavek k játer.

V roce 1962 jsem byl u jedné paní, která měla již neoperovatelnou rakovinu žaludku, během posledního jeden a půl měsíce skoro nic nejedla ani nepila, denně zvracela. Říkal jsem, že tato paní žije z rakovinového nádoru. Dával jsem jí ráno i večer po 3 kapkách výtažku z mochny nátržníku (*Potentilla erecta*) vytažek na jazyk, přeměněný čaj z mochny nemohla již ani polykat. Měla otevřenou rakovinu žaludku. Po třech dnech již nezvracela, otevřená rakovina žaludku se zatáhla a mohla pozřít z polévkové lžíce zeleninové šťávy a potom stále víc. Desátého dne jí řekl její lékař, který k ní denně chodil, že kura divá zde nastalo podstatné zlepšení a ptal se, zda může něco jíst. Řekla, že ano. Šťávu, je, šťávu. „A to pomáhá? Nemusíte již zvracet?“ Ano nemusím. Tato paní žije dodnes.

Nemocný rakovinou, který má nádor velký, potřebuje málo šťávy a nemusí nic jíst, tedy nepotřebuje žádnou bílkovinu. Nemocní s malým nádorem těžko vycházejí s tím, že jim má k obživě vysučet jenom zeleninová šťáva. V takovém případě bylo dovoleno jíst denně 1 šálek čisté cibulové polévky, protože zde je k dispozici málo bílkovin. totéž platí po operaci nádoru.

Bruno Vanargurk, autor knihy „Boží požehnání v přírodě“, posuzuje úspěch mé zeleninové kúry takto: poněvadž vývoj a růst nádorů, jejich bujení a vyživování je podporováno bílkovinami, léčivou kúrou se zeleninovými šťávami se přísun bílkovin zvenčí zastaví. Poněvadž ale organismus bez této látky nemůže žít, šíří se tedy hladová krev v těle na všech místech přebytečné bujení, struskovitost a nádory. Toto jest práce - pravá operace bez nože, kterou sama krev v těle provádí, jemně dávkuje a řídí.

Druhé hledisko hodnotí v bohatosti minerálních látek obsažených v rostlinných šťávách. Je prokazatelné, aby odbourané zplodiny dlouho v těle nezůstaly a nezpůsobily otravu činností vylučovacích orgánů je podporována právě vhodnou kombinací čajů, přičemž kakost smrdutý povzbudí ledviny a pomáhá vyloučit z těla jedy. Koprník štětínolistý (*Meum athamanticum*) čistí

krev. Šalvěj zabraňuje a léčí záněty. Květ měsíčku (*Calendula officinalis*) odstraňuje z krve viricimos (poruchu buněčného dýchání v krvi). Mnozí kúru provedli z důvodu prevence nebo jako odtučňovací prostředek a během této kúry nepožili sebemenší sousto jiné potravy a cítili se přitom dobře a byli schopni práce.

## Moje TPK

Po dobu trvání této kúry nesmí pacient přijímat žádnou potravu mimo předepsaných čajů a zeleninové šťávy. Směs zeleninové šťávy může pít pacient při pocitu hladu, avšak ne víc jak ½ litru za den (čím méně, tím lépe).

### o *Moje směs zeleninových šťáv*

- ✓ 300 g červené řepy
- ✓ 100 g mrkve karotky
- ✓ 100 g celerové hlízy
- ✓ 30 g černé ředkve
- ✓ 1 brambor velikosti slepičího vejce

Vše očistit, rozstrouhat, smísit a vylisovat přes gázu. Šťavu ještě **přefiltrujeme**, necháme ustát, pak slijeme. Usazeniny z dužin nejsou vhodné (potrava pro nádory). Pije-li pacient 42 dní uvedenou zeleninovou šťávu a uvedené čaje, nálož odumírá, ale člověk i přesto, že může na váze ztratit 5 -15 kg, se cítí docela dobře. Sám jsem tuto kúru prováděl a nikdy se mi tak dobře nepracovalo.

Je dobře ještě před započítím kúry mít normální potravu, vypít denně asi 1/4 litru této šťávy, abychom si na to pomalu zvykli.

Minimum, které člověk k životu bezpodmínečně potřebuje, je pouze 1/8 - 1/4 litru za den, ale při pocitu hladu je možné vypít jako denní dávku až 1/2 litru. Mimo předepsané čaje lze jako tekutinu doplňovat libovonně i množství normálního dalších čajů podle chuti, ale všechny pravidelně. Pijeme v malých dávkách, po lžičkách nebo po doušcích, nepolykáme rovnou, ale čekáme, až se tekutina posliní. Takto se zbytečně nezatěžuje trávicí trakt, protože enzymy ze slin trávení ulehčují. Dodatečně čas od času můžeme vypít doušek šťávy kysaného (kvašeného) zelí, což pomáhá při vyměšování. Moje TPK kdo správně provádí ztratí na váze, ale jen nadbytečná kila.

## Režim dne

- ✓ ráno nejdříve pomalu a po doušcích vypít 1/2 šálku studeného ledvinového čaje (pít jen 3 týdny)
- ✓ po 50 - 60 minutách po doušcích vypít 1/3 šálku teplého šalvějového čaje s třezalkou, mátou peprnou a meduňkou
- ✓ pak po 30 - 60 minutách malý doušek zeleninových šťáv dle popisu. Během dopoledne budeme potřebovat asi 10 - 15 doušků zeleninových šťáv. Doušek zeleninové šťávy, studený šalvějový čaj, kolik chceme - bez cukru
- ✓ v poledne pomalu a po doušcích vypít 1/2 šálku studeného ledvinového čaje, večer před spaním rovněž (pít jen 3 týdny)
- ✓ je nutné denně postupně vypít celý šálek čaje z kakostu smrdutého

- ✓ odpoledne malý doušek zeleninové šťávy, zapít studeným neslazeným šalvějovým čajem
- ✓ pokud má pacient trvalý pocit hladu i při 1/2 litru zeleninové šťávy, je dovoleno jíst denně 1 šálek čisté cibulové polévky, která má jen minimální obsah bílkovin
- ✓ dovoleno je k tomu užívat občas buď trochu šťávy z citronu, anebo čerstvě vylisovanou šťávu z jablek, ale nikdy obojí současně

Při zácpě si pomáháme pitím lehkých projímadel nebo čípků. Šťávkovou kúrou je žilní oběh tak povzbuzen, že zpracuje vše téměř beze zbytku. Může se tedy snadno přihodit, že pacient nemá stolici po několik dní.

## Rady pro různě lokalizovanou rakovinu

### ○ Při tumoru mozku

1 - 2 šálky čaje z meduňky, studené po doušcích, zlatá meduňka nebo citronová meduňka nebo jejich směs, špetku do horké vody a nechat 10 minut vyluhovat - nevařit

### ○ Při rakovině oka

Denně po doušcích šálek studeného čaje ze světlíku, špetku do šálku horké vody a nechat 10 minut vyluhovat – nevařit

### ○ Při rakovině prsu, vaječníků a dělohy

Denně po doušcích šálek studeného čaje ze směsi špetky kontryhele obecného a alpského (Alchemilla vulgaris, Alchemilla alpina) se špetkou květu hluchavky do šálku horké vody a nechat 10 minut vyluhovat, pití studené po doušcích.

### ○ Při rakovině patra, rtů, jazyka a krčních lžících

První polévkovou lžičku bedrníkového čaje vyplachovat ústa a vyplivnout, s druhou lžičkou totéž, třetí lžičkou kloktat a vyplivnout. Opakovat vícekrát denně. Na jeden šálek čaje 1 čajovou lžičku kořene bedrníku (Pimpinella magna) 3 minuty vařit.

### ○ Při rakovině kůže

Vlaštovičník - po jeho utržení vytéká žlutá hořká šťáva. Několikrát denně s touto šťávou toto postižené místo natupujeme. V zimě používáme k natupování odvar z této byliny nebo k omývání. Špetku sušeného vlaštovičníku do šálku horké vody a nechat 10 minut vyluhovat. Lze také použít vlaštovičnickovou tinkturu, ale nikdy ne přímo na otevřené bolavé místo.

### ○ Při rakovině jater

Denně vypít po doušcích 2 šálky studeného nebo teplého čaje z bramborových slupek. Hrst syrových bramborových slupek vařit 2 - 4 minuty v 1/4 litru vody. Pokud tento čaj pacientovi chutná, je to neklamná známka toho, že jej jeho játra potřebují. Jestliže mu nechutná, je to známka, že jej pít nemusí.

Při rakovině jater by měl pacient dělat ještě zábaly z kapustových listů s následným vtíráním olivového oleje. Nejlépe vrchní 3 listy z hlávky kapusty opereme vlažnou vodou. Tyto listy na prkénku rozválcujeme pomocí lahve, až žebra listů zvláchní. Do postele napříč položíme vlněnou deku složenou do pruhu asi 50 cm širokého, na ni prostěradlo složené na 30 cm. Na něj šátek s rozmačkanými listy - tyto musí být vnitřní stranou na tělo. Pacient si na toto lehne a my jej zabalíme. Zábál musí vydržet celou noc. Ráno sejmeme s pacienta zábál a vtíráme 1 - 2 čajové lžičky olivového oleje na choré místo, které pak přikryjeme teplým šátkem. Pacient musí mít stále pocit tepla - nesmí mu být zima.

#### ○ *Při rakovině žaludku*

Pít jednou denně po doušcích 1 šálek studeného čaje z pelyňku nebo zeměřluče. Špetka drogy se nechá v šálku horké vody vyluhovat pouhé 3 vteřiny. Pokud je při této chorobě současně i žaludeční neuróza, pije se denně pomalu a po doušcích 1 šálek čaje z kozlíku lékařského. Špetku kozlíku vařit 3 minuty v šálku vody, potom ještě další špetku rozinku 3 vteřiny luhovat nebo přes ni čaj přelít, horké pít.

#### ○ *Při rakovině sleziny a slinivky břišní*

Pacient má pít denně nejméně 1 litr studeného nebo teplého šalvějového čaje. Doporučuji ještě krátké horké zábaly ze senných květů, přesličky nebo ovesné slámy. Senné květy necháme jen luhovat. Přesličku nebo ovesnou slámu necháme asi 10 minut povařit.

#### ○ *Při rakovině prostaty a varlat*

Pít denně pomalu a po doušcích 2 šálky studeného čaje z vrboviny (vrbovky malokvěté). Jednu špetku do množství horké vody na 2 šálky, necháme 10 minut luhovat.

#### ○ *Při rakovině kostí, plicní rakovině a plicní tuberkulóze*

Jitrocel kopinatý nebo širokolistý, islandský mech, divizna a koprník štětinolistý. Vše dohromady v horké vodě vyluhovat 10 minut. Při plicní tuberkulóze ještě spolknout s čajem nebo trochou vody 1 lžičku jitrocele širokolistého.

#### Doplnění mé „TPK“

Vypozoroval jsem, že čaj, obsahující vápník, který doporučuji při rakovině kostí a plic, poskytuje velmi dobré služby také při všech formách rakoviny na různých částech těla. Proto také tento čaj vřele doporučuji všem rakovinou postiženým (jitrocel kopinatý nebo širokolistý, islandský mech, popenec, divizna a koprník štětinolistý vše dohromady v horké vodě vyluhovat 10 minut). Záslouhou tohoto čaje netrpí při prováděné kůře nedostatkem vápníku nebo draslíku.

Dříve jsem doporučoval provádět kůru pod dohledem ošetřujícího lékaře. Mám však zkušenost, že mnozí lékaři nechtějí o léčbě bylinkami ani slyšet. Hned po případné operaci se nesmí moje léčebná kúra provádět. Je nutné posečkat 2 - 5 měsíců, podle toho, jak se pacient cítí. Během této čekací doby by ale pacient měl pít 1/8 litru zeleninových šťáv mimo svou normální stravu, například polévku z ovesných vloček, zeleninovou polévku, slepičí nebo telecí maso a jiné lehké jídla. Zeleninovou směs pít pomalu a po doušcích s předepsanými čaji vždy před obědem.

S plnou kůrou bez dalšího jídla se může začít tehdy, až se pacient cítí dobře a dost silný.

Po 42 denní kůře se zeleninovými šťávami a předepsanými čaji začne jíst pacient pomalu, málo osolenou stravu, lehce stravitelnou a každopádně dále ještě 2 - 4 týdny má pít po doušcích zeleninové směsi šťáv. Doporučuji 3 x denně užívat kvasnicové tablety.

Moje směs zeleninových šťáv pomáhá všestranně nejen při rakovině, ale i roztroušených kloubových zánětech a nadměrném opotřebení hrudních či bederních obratlů. U těchto onemocnění stačí absolvovat pouze 3 týdenní šťávu kůru, ale stejně jako při rakovině i s předepsanými čaji. Rozhodne-li se pacient pro 42 denní kůru, v žádném případě to neškodí, a získá se navíc jistota, že bude zbaven i případných rakovinových buněk. Kromě toho doporučuji při všech kloubových potížích spojit každý 3. a 4. den tuto kůru s kůroupelem s přídávkem přesličky, sena nebo ovesné slámy, jak ostatně doporučuje na základě vlastních zkušeností i institut Habenschmidtova „Herbskucit“.

Starší lidé snášejí moji kůru lehčeji a půst jim nepřipadá tak těžký, protože již nepotřebují tolik stavebních výživných látek. Snad tisíce lidí již přestály moji kůru a jsou zdraví.

Někteří nemocní jsou také citliví na zemní proudy a záření. Ti pak trpí mnohem více, pokud jejich postel stojí na místech, kde se projevují. Tato místa se dají prokázat virguli, a je lépe umístit postel pacienta mimo ně. Jsou ovšem lidé, kteří na tyto úkazy nevěří.

Poznámka: Pes se těmto proudům vyhýbá a mopek kočky je vyhledávají. Je možno pozorovat tato zvířata, jejich chování a podle toho jednat. Existují faktory zemských proudů, které se mohou zjistit s virguli v ruce.

Byl jsem tázán, zda by pacienti při mé kůře mohli jíst trochu chleba, nebo med, vejce, zeleninu nebo šťávu z černého rybízu, malin a dýně. Dále chtěl vědět, zda smějí současně užívat léky. Při 42 denní kůře se smí jako jediná potrava užívat jen směs zeleninových šťáv a čaje, dovoleno je k tomu užívat občas trochu šťávy z citronu a nebo čerstvě vylisovanou šťávu z jablek, ale nikdy obojí současně, ale samostatně ano. Čaje ze sauvjeje, máty peprné, třezalky a meduňky se mohou pít v neomezeném množství, a však bez cukru. Jinou potravu samotný princip této léčby vylučuje! Při nedodržení mých údajů a při současném užívání ještě jiných potravin po dobu kůry se úspěch léčby podstatně prodlouží a je dokonce nebezpečí nezdaru v léčení!

Odhadeno kolem 20 tisíc osob rakovinou nemocných a jiných zdánlivě nevyléčitelně nemocných nabylo opět zdraví touto mojí doporučovanou kůrou. Zemřeli jen takoví, kteří mimo kůry dostávali medikamenty a injekce rozrušující krevní buňky. Při těchto medikamentech a injekcích jsou zničeny nejen rakovinové buňky, ale i ostatní. Rakovinové buňky nemohou dále žít jen ze zeleninové šťávy a čajů. Rakovinový nádor je samostatný útvar a vytváří samostatné buňky, takže v tomto smyslu vlastně není nemocí. Přirozeně, že pak nádor vnucuje tělu svoje vlastní buňky a současně ty jeho ničí, toto je potom nemoc. Musíme tedy rakovinové buňky rozrušit, a to co nejšetrněji, což lze jen pomocí šťávu kůry. Toto je můj názor a ten je potvrzen tisícerými úspěchy. Co je to vlastně rakovinový nádor popisují důkladněji ve své brožuře. Tímto malým popisem jsem, doufám, odpověděl i na otázky mnohých lékařů, kteří mi psali a nevěřili, že při provádění doporučované kůry lze vydržet plných 42 dní bez bílkovin.

## Připomínky k mé protirakovinové kúře

Hodně pohybu na čerstvém vzduchu. Obzvláště bych chtěl připomenout, že moje kúra zeleninovými šťávami přinesla žádoucí úspěch mnohým rakovinou nemocným, ale doporučuje se také v následujících případech:

- ✓ jako prevence proti onemocnění rakovinou
- ✓ jako regenerační kúra pro celé tělo takto upravená: 1/8 - 1/4 litru zeleninové šťávy i s čajem k tomu uvedeným (šalvějový, ledvinový) pít po doušcích denně před jídlem
- ✓ jako odtučňovací kúru, aniž bychom trpěli hladem nebo žízní a bez jakékoliv újmy - možno až celých 42 dní jako při rakovině
- ✓ jako jarní zdravotní kúru
- ✓ na zlepšení krevního obrazu, čištění krve
- ✓ při potížích v kloubech jako artritida, artróza atd. ve spojení s koupeli

Rakovinou onemocnělí kuřáci, kteří nepřestanou kouřit, budou moji léčebnou kúru provádět bezúspěšně.

Při těžkém rakovinovém onemocnění připravíme zeleninovou šťávu z čerstvé zeleniny sami. Červenou řepu, mrkev, celerový kořen, černou ředkev a brambor velikosti slepičího vejce nastroháme, vznikne syrová kaše a tuto lehce přes plátno vylisujeme na šťávu. Nebo zeleninu umeleme a šťávu vylisujeme (totéž v mixéru).

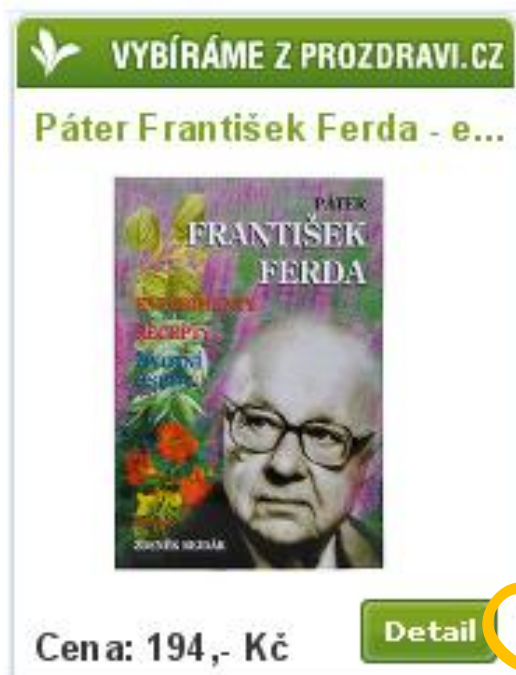
Více zde:

<http://www.uspesna-lecba.cz/rakovina/totalni-protirakovinna-kura-pater-frantisek-ferda/>  
[Obecné rady pátera Františka Ferdý](#)

## Knihy Páter František Ferda - experimenty, recepty, životní osudy

přibližuje životní osudy legendární postavy českého léčitelství pátera F. Ferdy a jeho experimenty, kterými šokoval odborníky v mnoha zemích.

### Úryvek z úvodu



Vážený čtenáři, chceme se s vámi podělit se vzpomínkami, které jsou ještě čerstvé, na vzácného člověka, pátera Františka Ferdu. On v pravém slova smyslu zasvětil svůj život heslu: "Pomáhej bližnímu svému!" Chtěl vždy pomoci konkrétnímu pacientovi s jeho konkrétními problémy. A k tomu se snažil využít především svých ja. nov. dných schopností a rad a postupů lety prověřených. (...)

Tak podobně bychom také mohli charakterizovat přístup pana pátera k léčbě a k diagnostice. Mezi řádky jeho rad můžeme vyčíst téměř všechny úspěšné praktiky především evropské alternativní medicíny. Bere v úvahu vlivy dědičnosti, používá fyto-erapie, hyperemizující obklady i cosi jako reflexoterapii, orientuje se na úpravu diety a žyotosprávy. A zabývá se i na zcela něco nového, bohužel specifického pro naše devastované životní prostředí, které často výrazně negativně

ovlivňuje to, čemu říkáme učeně potravinový řetězec, na prohřešky v rostlinné a živočišné výrobě, ty pan páter zejména sledoval s velkou pozorností. Jeho metoda využívání "stejného na stejné" nám připomíná homeopatický přístup. Laskavý humorný postoj hluboce věřícího člověka k trpícímu jedinci dává jasně předpoklady k úspěšné laické psychoterapii. Pan páter do jisté míry dovedl pacienta i filozoficky motivovat a celý proces pomoci v utrpení - nemoci, byl u něho završen v nezlomnou víru v Boží dobrotu.

Počet stran: 222

Více zde:

<http://www.uspesna-lecba.cz/nemoci-a-jejich-leceni/rady-patera-frantiska-ferdy/>

<http://www.uspesna-lecba.cz/rakovina/totalni-protirakovinna-kura-pater-frantisek-ferda/>

## Rady pátera Františka Ferdy

Obecné rady k léčení různých onemocnění bylinami. Uvedené rady a poznatky jsou znalosti získané rozmluvou s páterem Františkem Ferdou, kterému byla dána mimořádná schopnost přesně určit diagnózu nemocného a léčit ho pomocí bylin.

### Zásady

- 1) Hlavní léčba bylinami – nekombinovat s léky, výjimku tvoří pouze malé dávky acylpyrinu při horečkách a pocení.
- 2) Podpůrná léčba bylinná – tvoří jí různé čaje (směsi z lékárny nebo odjedovací a čistící čaje), lze používat při hlavní léčbě medikamentosní.
- 3) Obecně o bylinách:
  - ✓ sbírat byliny z míst chemicky neošetřených (práškování), minimální vzdálenost od silnice a komunikací je v průměru 50 m, jinak hrozí otrava olozem.
  - ✓ byliny nesmí být zapařené, správně usušené, mají i po usušení přírodní zelenou barvu (ne hnědou až černou)
  - ✓ uschování sušených bylin v papírových sáčkích na suchém a chladném prostředí
  - ✓ byliny lze použít přímo čerstvé, sušíme je z důvodu uschování. Sušené byliny se mají uschovávat nejdéle 1 rok, po roce ztrácí účinnost (v nouzi lze použít až 2 roky staré, ale dává se potom dávka 1,5 až 2x větší)
  - ✓ při použití koření (nové koření, anýz, fennel apod.) - koupit nové
  - ✓ cibule, česnek atd. Použít čerstvé, ne vykrájené, ne namílené či plesnivějící, jen v bezvadném stavu
  - ✓ dubová kůra – rozumíme mladé dubové větvičky, nejsilnější jako malík ruky, větvičky se sbírají v době od dubna do konce října i kvůli míze. Kupovaná dubová kůra nemá účinky jako větvičky. Je zcela něco jiného. Jiné větvičky (například jasan, kaštan) jako dubová kůra

### Čaje, obecná příprava

Do vroucí vody vložit dávku bylin, nechte vařit 8 minut a potom slít. Popíjet během dne. Je-li v receptu do bylinné směsi přidáno koření (např. 3 ks nového koření, 5 ks hřebíčku), přidává se na každou dávku čaje bylinné směsi udané množství koření. Čaje se popíjejí nejdéle 3 týdny, potom vysaďte na čas – škodí předávkování.

### Koupele, obecná příprava

Svařený odvar z bylin (cca 4 – 5 l) se vlije do vany a dotočí se vodou dle potřeby tak, aby byl člověk ponořen. Před koupelí vanu opláchneme tak, aby se odstranily zbytky saponátů, písku atd. horkou vodou.

### Obklady a zábaly

Nepoužíváme umělých tkanin, látek praných v pracích prostředcích (dovoleno je pouze mýdlo), tkaniny musí být dobře vymáchané. Nejlepší je použít lékařskou gázu, nebo plátno, vyvařené jen

v čisté vodě (ne v hrnci prádla), na převázání obkladu z venku lze použít obyčejný ručník, plenu atd.

### Rady k různým obkladům

- ✓ tvarohové obklady včetně kombinací s přísadami (cibule, česnek) nerez nožem nadrobno rozsekat, uhníst s tvarohem a vložit do gázy
- ✓ cibulové obklady – cibuli nakrájet nadrobno, nebo na tenká kolečka a vložit do ušitého pytlíku z gázy
- ✓ kořenová placka – 1/3 jemně nastrohaného křenu + 2/3 jemně nastrohaných syrových brambor, smíchat a vložit do gázy. Křenová placka působí často palčivě a jsou po ní červené skvrny na kůži. Časem se ztratí. Placka se přikládá po 2 dnech a místo se před přiložením placky pomázne sádlem

### Dieta

Je důležitá součást léčby – minimálně 2 měsíce od začátku léčby je nutné dietu dodržovat a neporušovat ji.

### Nádoby k vaření bylin

Mají se vyhradit určité hrnce, ve kterých se budou byliny vařit, nemeskovat je, nemýt v saponátech. Nesmí být z hliníku.

### Obecné rady a bylinné receptury při různých onemocněních

S léčebnou kúrou je třeba začít hned po zjištění onemocnění a celou léčbu je třeba provést pečlivě. Nezmizí-li zcela potíže, má se léčba po 14 dnech až 3 týdnech opakovat. Léčebnou kúru můžeme opakovat i po delší době. Uvedené rady při léčbě bylinami jsou brány obecně. Působení bylin na každý orgánismus člověka nemusí být stejný. Cítíme-li příznaky nějaké choroby a nasadíme-li léčbu, nemusí dojít ke zlepšení, protože ne vždy je nejpodstatnější pro správnou léčbu. Pozor i byliny působí jako drogy a mají různé vedlejší příznaky (účinky), např. při jejich předávkování nebo dlouhodobém a nesprávném užívání. Uvedené návody bylinných receptů jsou vhodné pro děti od 3 let, pro děti menší děláme v slabší koncentraci.

### Léčení jednotlivých nemocí

#### Běžné nachlazení a rýma

**ČAJ** na pocení: vypocení – do ½ l vody dáme vrchovatou lžící bezinkového květu a lžící lipového květu, vařit 8 minut. Lze osladit medem nebo karamellem vypít teplé a vypotit se. Pro dospělého člověka lze zvýšit účinek pocení dvojnásobnou dávkou čaje. Nejíst kakao a čokoládu (může obsahovat plísnový mikrob, který způsobuje zduření sliznice dýchacích cest a rýmu).

## Rýma a zastydlé dutiny

Léčí se **INHALACÍ** z odvaru – do ½ l vroucí vody hodit hrst bezinkových kuliček, hrst dubových větviček, 2 celé stroužky česneku, povařit 6 minut, slít a páry odvaru inhalovat asi 15 minut. Při inhalaci přehodit přes hlavu deku, teplý ručník (ne larisu). Opakovat několik dní, inhalaci provádět 1x až 2x denně. Nespustí-li se rýma (při poklepu na čele způsobuje zastydlá rýma bolest), vložíme do plátýnka či gázy horký vařený brambor a přikládáme co nejteplejší na čelní dutinu (střed čela a na vedlejší dutiny (lícni kosti pod očima), přes to položíme ručník, vaty atp., aby teplo bylo udrženo co nejdéle. Brambory lze vyměnit za horké, obklady mají trvat ¾ až 1 hod. Možno opakovat několikrát denně.

## Zánět hrtanu

Projevuje se jako suchý dávivý kašel. Asi 2x denně **INHALOVAT** páru z odvaru – do ½ l vody 5 stroužků česneku, 5 minut vařit, slít a inhalovat 15 – 30 minut.

**OBKLADY NA KRK:** Gázu nebo plátno namočit do hodně teplé vody, přiložit kolem krku, přes to suchý zábal (ručník) a nechat působit asi 2 hod. Nejlépe na noc, být stále v teple. Obklad se přidává bez igelitu.

## Zánět průdušek a zápal plic

Projevuje se jako dráždivý kašel a vykašlávání hlenu, někdy dlouhodobě trvající. Přikládáme **OBKLAD** na hroty plic (krajina klíční kosti 20 dk cibule pokrývají). Dusit se 2 lžicemi vody 4 minuty, vložit do gázy a co nejteplejší přiložit na 2 hod. Nejlépe na noc. Obklady opakovat maximálně 3x ob jeden den. Nejíst čokoládu ani kakaš. Při dlouhodobém kašli, při zápalu plic se přikládá na hroty plic křenová placka. Pro dítě děláme placku velikosti mužské dlaně na každou stranu pro dospělého člověka podle potřeby. Přikládáme na ½ hodiny (podle citlivosti kůže).

## Angína

Je-li reakce mandlí na streptokoky a jiné bakterie, projeví se zánětem a zduřením mandlí, bílými povlaky a čepy, bolestí v krku. Přikládáme obklady na krk a na průšňi uzliny.

**OBKLAD Z ODVARU:** Do ½ l vody 2 vrchovaté lžice pelyňku, 8 minut vařit, slít a co do nejteplejšího odvaru namočit gázu a první hodinu po 10 minutách přikládat a další hodinu nechat přiloženo na krku. Gázu vždy zabalovat suchým, teplým ručníkem, bez igelitu. Kloktat vlažným odvarem ze šalvěje a heřmánku.

**ODVAR:** Do ¾ l vody 1 lžici heřmánku, 2 malé lžičky šalvěje, vařit 8 minut, slít a kloktat.

## Nemoci zažívacího traktu

Nadýmání, tlaky, pálení v žaludku, způsobuje hliník. Při vaření se slučuje s vodou, oxiduje na kyslíčník uhličitý. Je potřeba vyloučit ho pravidelným pitím čaje.

**ČAJ:** Do ¾ l vroucí vody vhodit hrst dubových větviček, 1 lžici přesličky, 8 minut vařit, slít a popíjet během dne. Při akutních potížích denně 14 dní až 3 týdny. Jinak stačí 1x týdně. Je to základní čistící čaj – při jeho užívání odcházejí z těla škodliviny.

## Nadýmání u kojenců

Je známo, že dítě z neznáme příčiny často dlouhodobě pláče. Stává se, že vypilo nekvalitní nebo spařený Sunar. Dítě pálí žaludek. 3 dny dostává tento ČAJ:

do ¼ l vody jednu lžičku petrželové natě, 8 minut vařit a vlažné bez cukru pít. Možno přisladit karamellem. Dá se doma vyrobit s krystalového cukru, nikoliv cukrem, který způsobuje kyselost. Tento čaj je vhodný dávat dětem, které dostávají Sunar 1x za 14 dní.

## Bolení břicha u kojenců

ČAJ: Do ¼ l vody půl lžičky fenyklu a špetku kmínu, 8 minut vařit a dávat popíjet dětem vlažné.

## Žlučnickové potíže

Jde většinou o dráždění slinivky břišní a na žlučník.

ČAJ: 3 lžice směsi řebříčku, jitrocele, třezalky, kmínu, petržele (jakákoliv), přesličky v poměru 3:1, do ¾ l vody, 8 minut vařit, slít a pít denně po dobu 16 dní až 3 týdny.

## Otravy z jídel

Zvracení, průjem, tlak v žaludku, nadýmání, podobný průběh jako u střevní chřipky. Při těchto potížích pijeme denně po dobu 14 dní tento ČAJ. Do ¼ l vody 2 lžíce dubových větviček, 8 minut vařit, slít a popíjet.

## Podráždění žaludku

Opakované zvracení, jen po pozítí lžičky čaje. Na žaludek dáme OBKLAD: do ½ l vody dáme lžici čekanky, 10 minut vařit, slijeme. Do teplého odvaru namočíme gázu a teplou přikládáme po 10 minutách 1 – 2 hodiny.

## Zánět spojivek, pálení očí

Po dobu 1 hodiny přikládáme na obě oči OBKLAD: do teplého odvaru namočíme gázu a měníme po 10 minutách.

ODVAR: do ½ l vroucí vody dáme 1 lžičku kmínu, 1 lžici jitrocele, 8 minut vařit, slít. Ihned po skončení obkladu přiložit zase na 1 hodinu druhý obklad: do gázy zabalit ½ kostky tvarohu a měkce přitlačit na zavřené oči. Celé opakovat asi 3 dny. Minimálně 1 týden se nedívat na televizi.

## Bolesti hlavy

- ✓ z únavy: doporučuje se procházka na čerstvém vzduchu, studený mokrý obvaz na čelo, nebo můžeme přiložit OBKLAD z tvarohu, pít černou kávu
- ✓ ze sluníčka: mohou být spojené se zvracením či nevolností. Na 2 hodiny lehnout do stíněné, vyvětrané místnosti a na čelo a spánky přiložit OBKLAD: smícháme 1 rozsekanou cibulku a 1 kostku studeného tvarohu (z lednice) a vložíme do gázy

## Kousnutí klíštětem

Klíště **ZAKAPEME** na 3 min. olejem a **DOLEVA VYKROUTÍME**. V případě, že se nám to nepodaří, jdeme k lékaři. Vyndáme-li klíště celé i s kusadly, přiložíme na ranku **OBKLAD**: přímo bez gázy 2- 3 kolečka cibule (je možné ranku přímo cibulovou šťávou zakapávat) a na ní přímo trochu tvarohu. Celé na 2 hodiny převážeme.

## Bolesti kloubů

**Jsou způsobené nadměrným požíváním brambor.** V bramborách jsou látky, které pomáhají uvolnění kloubních pouzder a tím i k vysychání kloubní jamky, tření a bolesti kloubů. U malých dětí se překrmování polévkami, ve kterých je hodně brambor nevyplácí - dochází k luxaci kyčlí. Abychom těmto potížím zabránili, musíme **brambory vždy vařit s kmínem** nebo je zapíjet kmínovým čajem.

**KMÍNOVÝ ČAJ:** do ¼ l vroucí vody dát půl lžičky kmínu, 8 minut vařit.

**ČAJ PROTI BOLESTEM V KLOUBECH:** Do ½ l vody dáme hrst březových listů, 8 min. vařit. Slijeme a popijíme dle potřeby několikrát několik dní (až 3 týdny). Potom na čas vynecháme.

## Srdeční potíže

**Jsou z největší části způsobené předávkováním sírou.** Dostává se do těla v potravě, nebo ji přijímáme z okolí kůží, celým povrchem těla. Síra je obsažena v mnoha věcech. Např. linoleum, v dece „Larisa“ tkaninách žluté barvy, oranžové barvě, v umělých a směsových tkaninách apod. V potravě je obsažena v sýrech (nejhorší jsou tavené, poněkud lepší jsou sýry tvrdé). U nás je nejlepší Ementál a sýry zahraniční, které jsou vyráběny jinou technologií. Síra dělá díry v srdci. Síra se váže v krvi a jak koluje, nahlodává srdeční stěnu. Síra se z těla odstraňuje pravidelným pitím čaje:

**ODVAR Z PŘESLIČKY:** Do ¼ l vroucí vody dáme vařit 1 lžičku přesličky a 8 minut vaříme, ihned slijeme a popijíme. K přesličce dáme většinou 1 hrst dubové kůry – základní čistící čaj na ¾ l vody. Další látkou, která vyvolává potíže podobně jako u anginy pectoris je **solanin. Je to prudký jed obsažený v bramborách (i v zeleném angreštu), hlavně zelených a kolem klíčků.** (Solanin neutralizuje kmín). U citlivého člověka se na 1 hodinu po požití objeví nevolnost a bolesti u srdce. Proto zelené nebo naklíčené brambory vůbec nepoužíváme. Nemají se rovněž kupovat pudinky a škrobové moučky, vyráběné z brambor. Nahrazujeme je kukuřičnou moučkou - Maizenou nebo škrobovou moučkou pšeničnou, která je nezávadná.

## Bolesti nohou a křečové žíly

Páter František Ferda doporučuje preventivně i při potížích **KOUPEL NOHOU:** do 4 litrů vroucí vody dáme hrst dubové kůry, hrst přesličky, 10 dkg cibule, 3 lžičce pelyňku, 10 minut vaříme, potom slijeme do vědra a dotočíme vodou, nohy koupeme 20 minut. Je možné přidat 2 lžičce soli.

## Modřiny

Na modřinu se na 2 hodiny přiloží **OBKLAD** ze syrové cibule. Můžeme jej opakovat. Je-li současně s modřinou otok nebo jiné zhmoždění, přikládáme obklad ze studeného tvarohu a rozsekané cibule.

## Chronické poruchy hlasivek – častý chrapot a šeptání

Jsou způsobované vdechováním škodlivých výparů z různých nátěrů (fermež apod.) Může se projevit až za dlouhou dobu. Léčba spočívá v opakované inhalaci (asi 5 dní po sobě).

Vdechujeme **PÁRY Z ODVARU**: do ½ l vody dáme na 10 minut vařit 10 stroužků česneku.

## Dětské vyrážky a ekzémy

3 – 5 dní dáme pít dětem **ČAJ**: do ½ l vody, 1 lžička petržele, 1 lžička mrkve, dáme 8 minut vařit, dále děláme koupel č. 7 a přidáme hrst kopřiv. **ODVAR NA KOUPEL**: do 4 l vroucí vody vhodíme hrst dubové kůry, 20 dkg cibule, 5 stroužků česneku, hrst přesličky, 3 lžičce fenyklu a hrst bezových větviček, přidáme hrst kopřiv a 10 minut vaříme, slijeme do vany a dotočíme vodou. Koupel trvá 20 minut.

## Při teplotách

Dělat **ZÁBALY HRUDNÍKU A KRKU**: hrst čerstvé dubové kůry (nejdele 1 měsíc stará) hrst přesličky, hrst třezalky, hrst bezinkových větviček, hrst pelyňku do 1,5 l vody. Dubovou kůru nekupovat v lékárně, protože nemá tríslovinu. Při přehřnutí přihodit 1 hrst jeřabin (mohou být plané, větvičky, listy, listové kousky, plody, sokoliv z toho použít), 4 stroužky česneku a malou cibuli, 3 lžičce fenyklu – vše vařit 9 minut, pak přihodit hrst permánku a vařit ještě 1 minutu. Nakonec scedit. Do tohoto odvaru namočit prostěradlo a přikládat křížové obaly přes hrudník až ramena a zvláště přikládat 1 obal na krk. Zabalit do deky. Nechat v zábalu 10 min. Znovu namočit a přiložit zase po 10 minutách. Podle možnosti opakovat takto hodinu až do 1,5 hodiny. Je zkušenost, že klesla teplota ze 40 stupňů C na 37 stupňů C. Teplotu sráží zvláště „pelyněk“. Při teplotě přes 38 stupňů dát též acylpyrin. Bylinný odvar nevylít, protože mohou teploty druhý den opět vystoupit. Pak odvar přihřát a dávat zábaly znovu. Při teplotě do 38 stupňů, pokud není odpor ke koupání, udělat totéž na 5 l vařící vody, dát všeho hrst, vařit stejně, scedit do vany, dolít až po krk teplou vodou a zůstat v ní 20 minut. Když nastane nepříjemný pocit, koupel ukončit. Vodu z vany nevylít, možno ji znovu použít, kdyby teploty stouply. Jedna koupel vydrží od rána do večera, druhý den se odvar zakalí. Koupel je místo zábalu (v jednom odvaru se může vykoupat celá rodina).

## Záškrtová angína – časté pokašlávání z krku

1 litr vařící vody spařit, 3 lžičce pelyňku, nechat stát 5 min., slít, z toho asi 1 dcl odlít a použít jako **ČAJ**. Ze zbytku obklady – 5x po 10 minutách.

## Při rozbrázděných mandlích – při opakovaných anginách

Denně **KLOKTAT**: do šálku vody buď 1 lžičku octa nebo lžičku soli, či lžičku citrónu.

## Bolesti hlavy

Mohou být i z překyselení ve stravě. Proto denně petržel, protože je zásaditá. Z ovoce jsou zásadité pouze hrušky. Někdy mají děti i dospělí vyrážku právě z překyselení.

## Bolesti páteře, kolen nebo kloubů

4 brambory normální velikosti, ne zelené, ne naklíčené smíchat s křenem. Dát do gázy, **UDĚLAT PLACKU**. Položit na lopatky do středu na 30 minut. Před tím namočit kůži sádlem.

### **MAZÁNÍ NA PÁTEŘ:**

4 větvičky thuje, 1 lžice kmínu. 3 stroužky česneku do 1 ½ l vody vařit 10 minut. Nechat zchladit, scedit a smíchat se ¼ l slivovice. Natírat páteř i klouby. Kůru lze opakovat.

## Dvanácterníkové vředy

**ČAJ**: Každé ráno vypít na lačno po 14 dnů: 1 lžice prýšky spařit se ¼ l vody, nechat stát 6 minut, scedit.

## Hemeroidy

**ZEVNĚ PŘILOŽIT** strouhanou mrkev na konečník. Opakovat 5x možno i 3 hodiny za sebou. Vždy novou mrkev každou hodinu nastrouhat. Na starou židli položit igelit, do gázy mrkev a usednout si na ni na 1 hod. Po obkladech z mrkve 3x nastrouhat 5 dkg syrové cibule nebo nakrájet nadrobno, dát do gázy, přiložit na konečník na 2 hod. Potom po 12 dní **VÝPLACHY**: do ½ l vody 2 lžice dubové kůry, 2 lžice melnyku a 2 stroužky česneku. Vařit 7 minut, scedit, odvar rozdělit na 2 části. Ráno vypít chroust konečník a 1x večer opět. Držet v konečníku co nejdéle. Možno použít balónek.

### **MAST NA KONEČNÍK – HEMEROIDY:**

3 lžice cibule, 3 lžice mrkve, 3 lžice olšových větviček, nebo 15 olšových lístku do 10 dkg sádla, pak slijeme a podle potřeby mazat na konečník (při obtížích).

## Neuróza – celkové uklidnění

Popíjet dlouhodobě **ČAJ** z meduňky nebo mateřídoušky: do ½ l vroucí vody 1 lžici mateřídoušky nebo meduňky – 8 minut vařit a slít.

## Počůrávání u dětí

**Nedávat dětem barvené cukroví** (bon-pari, barevné žvýkačky, limonády). Jsou to dehtoviny, které dětem zatěžují ledviny.

**LÉČBA:** Po vysazení bramborů apod. Děti pročistíme **ČAJEM** z dubové kůry a přesličky. Na noc jim dáváme málo pít.

### Zánět dásní a nemocné zuby

Zanícené dásně vyplachujeme odvarem ze šalvěje: do ½ l vroucí vody dáme 1 lžičku šalvěje, 10 minut vařit. Vlažným **ODVAREM** vyplachovat ústa. Nenechat v ústech špatné a zkažené zuby. Jsou příčinou mnoha chorob.

### Afty

**Nesmí se používat zubní pasta s chlorem a fluorem.** 3 dny po sobě několikrát denně vyplachovat **ODVAREM:** špetku pelyňku, 1 lžičku kostivalu, 1 lžičku jitrocele, 1 lžičku heřmánku, 6 minut vařit a slít.

Na dásně, do nosu (použijeme tampony z gázy) a přes prsa přikládáme obklady 6x v jednu tahu po 12 minutách namáčíme gázu do teplého odvaru.

**ODVAR NA OBKLAD:** do 3 l vroucí vody dáme hrst dubové kůry, 4 stroužky česneku, hrst přesličky a 10 minut vaříme a nakonec slijeme.

### Působení potravin, průmyslových škodlivin a různých látek na lidský organismus

S přijímanou potravou se do těla dostávají látky, které ve větší míře působí na různé části lidského organismu.

Tyto látky se vyskytují

- ✓ jako přirozená složka různých potravin
- ✓ jako druhotná složka vzniklá působením chemických a technologických procesů ve výrobě. Působení těchto škodlivin je velmi rozdílné – je závislé na individualitě organismu člověka

### Každý člověk by měl dodržovat tyto zásady

- ✓ 1x týdně pít čistící čaj z dubové kůry a přesličky
- ✓ nejíst žvýkačky, limonády, barevné cukroví, kofolu, rum – dehtoviny, čokoládu (hlavně děti)

### ○ Omezit

- ✓ brambory (vždy je vařit s kmínem, zelené nejíst vůbec)
- ✓ pudinky (bramborové obsahují solanin) jíst jen kukuřičné a pšeničné
- ✓ cukry – způsobují kyselou reakci v žaludku, správně je sladit karamel: ½ kg hrubého krystalu na teple za stálého míchání přepustíme na hustou kaši. Do tekutého vlijeme necelý ¼ l vlažné vody a na teple znovu mícháme

- ✓ ovoce a kompoty: jíme jen malé množství, odpoledne, nikdy ne na noc. Větším množstvím zatěžujeme ledviny, potíže s močením. Omezujeme jablka (obsahují velké množství kyseliny křemičité – blokuje trávení). Omezujeme třešně, jahody, pomeranče a džusy (zapít sklenkou Cinzana, Vinprunu). K pomerančům máme sníst kousek pomerančové kůry otřené 8% octem. Z kůry za stejným účelem vyrobit tinkturu a vzít 1 lžičku: 2/3 láhve naplníme pomerančovou kůrou, zalijeme lihovinou a na teple a světle necháme stát 3 týdny

#### ○ Nejíst

- ✓ banány: obsahují plísně, které mohou u dětí vyvolat zápal plic, dušnost
- ✓ vlašské ořechy: mají v sobě strychnin, který rozhájí krevní tlak kolísá po 2 minutách (plus – minus). Proto jíst jen malé množství v kombinaci s lístkovými ořechy

#### ○ Mák

rovněž jíst málo, zajíst loupánými mandlemi.

#### ○ Houby

nesbírat nakousané houby (nebezpečí zmijího jedu – protijed – sušené žampiony a sušená bedla jedlá). Sušené houby jsou zdravější než čerstvé. Nikdy nejíst houby zapařené!

#### ○ Mléko

**silně omezit v zimě** (obsahují močovinu a jiné škodlivé látky z krmení siláží). Při pravidelném pití mléka, zejména u dětí se má pít pravidelně 1x za týden čaj z dubové kůry a přesličky. Zdravý je tvaroh.

#### ○ Maso

jíst celkově **málo**: nejvíce omezit játra, novčí maso, vnitřnosti (obsahují velké množství močoviny). Zdravější je vepřové maso a drůbež. Nekupovat balíčkové maso, nebezpečí zapaření – nepít o drůbeži.

#### ○ Uzeniny

jsou rovněž nezdravé, mají se jíst jen v malém množství. Nezdravé je uzené maso. Při nevolnosti po požití masa pijeme zase čaj z dubové kůry a přesličky, a to tak dlouho, dokud se zdravotní stav neupraví.

#### ○ Z tuků

je doporučeno **jedině máslo, sádlo** a to na smažení a na mazání méně se má používat máslo a minimálně se mají používat rostlinné tuky a oleje. Nejzdravější z nich je slunečnicový olej.

### ○ Koření

platí zásada: málo kořenit, nejíst moc ostrá jídla. Z koření je dobré nové koření, kmín, hřebíček, zázvor, fenykl. Nepoužívat nebo jen minimálně pepř, ten jen v kombinaci s novým kořením (neutralizuje karcinogenitu pepře), dále papriku a majoránku.

### ○ Alkohol

pít jen čistá přírodní vína, neslazená (způsobují kyselost), koňaky vhodné na pití jsou jen 4hvězdičkové. Rum vůbec nepít! **Zdravý a doporučovaný druh piva je Prazdroj a Budvar.** Méně vhodné jsou ostatní značky, hlavně 10stupňové, je vyrobeno z nekvalitních surovin.

### ○ Obecně platí

Nejíst jednostrannou stravu a ničeho mnoho, raději častěji a méně. Nezaváděný v podstatě je černý chléb.

### ○ Různé rady

vlasý pravidelně 1x týdně nebo za 14 dní umyjeme, nejpe mýdlem. Použijeme-li šampón, musíme dávat pozor, aby nám pěna nestékala do očí, zejména u dětí. Vyvolává zánět spojivek. Po umytí vlasů splachujeme je odvarem z kaštanových větviček: do 1/2 l vroucí vody vhodit 2 hrsti nastříhaných kaštanových větviček, 10 minut vařit a vlažným odvarem splachovat. V případě lupů, strupů ve vlasech nebo zvýšeného vypadávání vlasů vtíráme dlouhodobě tento odvar do pokožky hlavy.

### ○ Prací prášky

působí ekzémy, záněty kůže, podrážky dýchacích ústoj. V podstatě by se neměly používat, hlavně při praní osobního prádla u dětí. Správné a požadované je mýdlo. Řádně vymáchat.

### ○ PVC

obsahuje velké množství síry, kterou je třeba 1x týdně vytřít odvarem z přesličky. Jinak škodí zdraví.

### ○ Hliníkové nádoby

hlavně konvice na vodu-**vůbec nepoužívat**. Vzniká celková otrava hliníkem, která se projevuje různými potížemi, hlavně v trávicím ústrojí. Odstraňujeme ji dlouhodobým pitím čaje z dubové kůry a přesličky.

### ○ Odvar proti jedům z tkanin

některé látky, hlavně škodlivé umělé tkaniny, obsahují hodně škodliviny, působících negativně na náš organismus. Abychom jich oděvy zbavili, vymácháme důkladně v tomto odvaru: do 4 l vroucí vody vhodíme 2 lžíce heřmánku, 2 lžíce přesličky, 2 lžíce dubové kůry (hrsti), 10 stroužků česneku, 1 lžíce fenyklu a 10 minut vaříme.

○ *Cibule*

podporuje rozvoj červených krvinek.

○ *Česnek*

podporuje rozvoj bílých krvinek. Užívání nepřehánět, jinak se dostaví opačný účinek. Proto zvýšení červených krvinek vyžaduje méně jíst česnek, zvýšení bílých krvinek znamená méně jíst cibuli.

○ *Ořechy*

vlašské i burské obsahují strychnin, který způsobuje prudké kolísání krevního tlaku. Nutno při konzumaci kombinovat s lískovými ořechy.

○ *Jíme-li čokoládu a kakao,*

je nezbytné a nutné jíst kokos, jinak škodlivé zejména pro děti. V přírodě je rovnováha, kde rostou kakaovníky, rostou i kokosové palmy.

○ *Párky, vuřty, měkký salám*

obsahují „arzén“.

○ *Pepř*

karcinogenní látka (rakovina konečníku), eliminuje se hřel jíčkem a novým kořením. Nejíst banány. Hliník se váže na železo v červených krvinkách a zabraňuje vazbě kyslíku v krvi.

○ *Chudobky*

20 ks denně, vytváří rovnováhu ve složení krve.

○ *Odjedovací čaj*

působí proti škodlivinám a jedům obsažených v potravinách: 1 hrst dubových větvíček (max. 6 let staré, silné asi jako malíček sbíráme do konce října - míza , 1 polévková lžíce přesličky, 4 ks nového koření, 5 ks hřebíčku, to vše vařit 8 minut mírně ve ¾ l vody, ne v hliníku. Pít 1x za 14 dní. Nemá se pít najednou, musí se spotřebovat asi během 2 dní.

○ *Kouření*

není vyloženě zakázáno (maximálně 30 cigaret denně). Je vhodné 1x týdně inhalovat páry z odvaru kmínu a česneku: asi do 1 litru vody dáme 1 lžíci kmínu a 10 stroužků česneku.

○ *Kmínový čaj*

když se sní pudink z bramborové moučky nebo brambory, které snad nikdy nejsou dokonalé, je nutné vypít kmínový čaj: do ¼ l vroucí vody se nasype ½ kávové lžičky kmínu, vaří se 8 minut a hned se slije a popíjí.

#### ○ Hřebíčkový čaj

kokos možno nahradit čajem z hřebíčku – odstraňuje brom z kaka. Přidává se 8 ks hřebíčku k čistícímu čaji, nebo se pije samostatně: do ¼ l vody vhodit 7 hřebíčků a 8 minut vařit.

#### ○ Koupel při bolestech nohou

Hrst dubové kůry, hrst přesličky, hrst bezinkových větviček, 3 lžíce fenyklu, 5 stroužků česneku, 20 dkg cibule – vše vařit 8 minut ve 4 l vody. Slít a **DÁT DO VANOVÉ KOUPELE** (koupat 15 až 20 minut).

#### ○ Angína

20 dkg syrové cibule nakrájet nadrobno, dusit na mírném ohni pod pokličkou se 2 lžícemi vody - 4 lžíce anýzu asi 10 minut. Pak nasypat na gázu a přiložit na krk na 2 hodiny. **OBKLAD** musí být příjemně teplý. Opakovat i vícekrát denně, pokud jsou čepy na mandlích. Pokud začne škrábat v krku, připravit 1 kostku tučného tvarohu 4-6 stroužků česneku rozetřených, zabalit do gázy, na to vaty a přiložit na 2 hodiny na mandle. Připevnit obvazem nebo šátkem, dětem kulicha. Dětem do 1 roku stačí 2 stroužky česneku. Opakovat 1x denně do úlevy. Možno pít čaj na bolesti v krku.

#### ○ Hluboké záněty ledvin, zánět plic, zánět dělohy, močového měchýře s teplotami

Rozpařená cibule 10 dkg + 2 lžíce vody a 10 minut dusit, vychladit na příjemnou teplotu, dát do gázy a **PŘILOŽIT** na 2 hodiny.

#### ○ Na pokažený žaludek

1 lžíce dubové kůry, 1 lžíce kmínu, ½ citrónu (vařit s kůrou, citrón napřed umýt v octové vodě), do ½ l vody a vařit 7 minut, **SCEDIT A VŠE VYPÍT**. Buď se zvrací nebo uvolní.

#### ○ Nespavost

Večer spájit 1 lžičku mateřídoušky v ¼ l vody, 6 minut nechat stát a potom **SCEDIT A VYPÍT**. Asi 4. týden se už lépe spí. Možno používat i dlouhodobě, každý den.

#### ○ Ledvinový písek

Člověk je překyselený. Vynechat ovoce, možno pouze hrušky. Ze zeleniny petržel, dále pampelišku, pelyněk. Sladit karamellem, Občas **OBKLAD** ze syrové cibule na močový měchýř. Nezadržovat moč.

#### ○ Při chřipkách a nachlazení

Používat bezinky, jeřabiny, koupel, čaj.

#### ○ Při naražení šlach

**ODVAR** z kmínu a potírat.

### ○ Kýla

Hrst kokošky pastuší tobolky a hrst kopřiv do 3 l vody, 10 minut vařit. **SEDACÍ KOUPEL** 1x týdně.

### ○ Při potížích s hlasem

**INHALACÍ** česneku, kmínu, bezinkové větvičky do 1 litru vody, vařit vdechovat několik minut, pak možno tentýž odvar použít, vdechovat nosem i ústy.

### ○ Při horečce

Spařit 1 lžičku pelyňku ve ¼ l vody, nechat stát 5 minut, **SCEDIT A NA LAČNO VYPÍT.**

### ○ Žlučník – nadýmání

4 lžičky fenýklu do 2 ½ l vody, vařit 8 minut, scedit v odvaru, namáčet **OBKLADY** a přikládat kolem pasu 5x za sebou po 10 minutách. Možno udělat každý den až do úlevy. K tomu ráno **PÍT** 1 lžičku fenýklu do ¼ l vody a vařit 8 minut.

### ○ Žloutenka infekční

Nahřát 1 kostku tvarohu, 5 stroužků česneku, **OBKLAD** přikládat každý den po 7 dní na 2 hodiny na játra. K tomu pít čaj: 2 lžičky dubové kůry, přesličky, třezalky, heřmánku do ½ l vařící vody, 7 minut vařit, pít každý den alespoň 14 dní. K tomu **DIETU**.

### ○ Čaj z bylin

Dáváme **většinou 2 lžičky 1-2 l vody**, není-li uvedeno jinak. Byliny, které obsahují prchavé látky a éterické oleje, které by se vařením vypařily, rozlity nebylo žádoucí, se pouze spařují pod pokličkou, aby tyto prchavé látky v čaji zůstaly. Jsou to: pelyněk, heřmánek, máta peprná, vřes, melisa.

### ○ Do koupele

Dáváme od každého určeného druhu bylin hrst do čtyřlitrového hrnce. Vaříme 10 minut, přes síto vlijeme do koupele a dotočíme vodou na ponor. **Většinu koupelí užíváme 20 –30 minut.**

### ○ Byliny a jejich použití

**Žádná bylina se nesmí užívat dlouhodobě**, aby nedošlo k jejímu předávkování. Jestliže přesto k předávkování dojde, srovná to čaj z třezalky. Jedině čaj z mateřídoušky se může používat celoročně - nedojde k předávkování.

### ○ Čokoláda

Může se z ní dostat do těla čokoládová plíseň. Proti této plísni a při konzumaci čokolády vůbec se užívá hřebíček nebo kokos. Pro malé děti je vhodné jíst kokosovou moučku.

### ○ *Pomeranče a ovoce celkově*

Způsobují zpomalení krevního oběhu, což má neblahý vliv na srdeční činnost. Od pomerančů může vzniknout malarijní horečka, která je provázena velmi vysokými teplotami. Proti pomerančům se užívá čaj z pomerančové kůry, která se musí otřít octovou vodou.

### ○ *Banány*

Jsou velmi často napadány banánovou plísní, která je bez chuti a zápachu. Při nadměrné konzumaci banánů vzniká nedostatek červených krvinek, z čehož může dojít až k leukemii.

### ○ *Kakao*

Obsahuje brom, který se usazuje v těle, vyplavuje z těla železo.

### ○ *Brambory*

Nejnebezpečnější jsou zelené brambory, které obsahují jed solanin, jenž má velmi neblahé účinky na srdce. Proto je nutno zelené brambory vyházovat, nestačí je jen okrájet. Brambory obsahují dusičnany, které na sebe vážou vodu. Proto jsou **obézních lidí nutné omezit brambory** na minimum kvůli obezitě a s ohledem na srdce. Obézní člověk hodně konzumující brambory, vytváří ideální podmínky pro infarkt. **Proti bramborám se užívá kmín, a proto je třeba jej přidávat i při vaření brambor.**

### ○ *Alkohol*

**Tuzemský rum je prakticky nejhorší nápoj, protože je to dehtovina na bázi kofoly. Nejlepší z našich alkoholů je slivovice, ze zahraničních kubánský rum, který se vyrábí z cukrové třtiny. Nejlepší pivo je Plzeň 12-ti stupňové a Prazdroj. Je to jediné zásadité pivo na světě.**

### ○ *Máslo*

Způsobuje únavu, vyplavuje z těla kyselinu křemičitou, která je velmi důležitá pro zpevnování tkání. **Proto se má mastit hlavně hřbetním sádlem doma vyškvařeným.** Z olejů je nejlepší olivový olej lisovaný za studena, tedy „virgin“. Ostatní oleje se vyrábí extrakcí. Proti máslu se užívá čaj z černého bezu.

### ○ *Barvy*

Zvláště škodlivé je barevné cukroví (lentilky), které je barveno cukrářským barvivem a toto barvivo se usazuje v těle. Způsobuje nechutenství k jídlu a překyselení žaludku i krve, od něhož může docházet k počurávání malých dětí a nechuť k jídlu. Zvláště hodně barviva obsahují barevně zdobené perníky a hodně barvené mandlové těsto.

U obleku vadí z barev nejvíce ostré, kontrastní barvy, jedovaté zplodiny těchto barev se dostávají do těla přes kůži a způsobují těžké kožní ekzémy a otravy. Proto je vhodné každou novou součást oblečení před prvním použitím vymáchat v odjedovací koupeli. Nejnebezpečnější ze všech látek je Krimplen, na odjedování montérek a tepláků (kobaltová modř) se používá přeslička.

### ○ *Hliníkové nádoby*

Je velmi nebezpečné, protože v něm vznikají kysličníky hliníku, které jsou prudce jedovaté a dostávají se do těla s potravou, proto by se **v hliníkových nádobách nemělo vůbec vařit**. Taktéž kysličníky kovů vznikající při svařování jsou velmi nebezpečné. Proti těmto kysličníkům se užívá jediné přeslička.

### ○ *Praní*

Nejzdravější je prát pouze v jádrovém mýdle. Každý prášek na praní má velký obsah chlóru, který se z prádla neodstraní ani mácháním, takže člověk tento chlór vstřebá přes pokožku. Proti chlóru se používá heřmánek, proto je vhodné do každé koupele přidat odvar z heřmánku. Nejlepší mýdlo na osobní hygienu je dětské mýdlo.

### ○ *Sanytr*

Je to dusičnan, který vadí nejvíce na střeva a na žaludek. Je obsazený ve všech uzeninách, hlavně v uzeném mase.

### ○ *Močovina*

Je obsažena v předním hovězím mase, v mléce a v některých látkách. Shlukuje se v těle a může v RTG snímku vytvořit i stíny. Proti močovině se užívá hlavně citron nebo kvašený jablečný mošt.

### ○ *Na tvorbu krve*

Používá se pšeničná mouka. Žito čistí krev – velmi dobrá je káva ze žitovky. Na trávení se používá zeměluč. Na dvanácterník je jediné pelýrek, a to na lačno nebo máta peprná, ta však po jídle.

Nadměrné konzumování zahradních jahod nebo angreštu způsobuje žlučové kameny.

### ○ *Odkášlávání*

Používá se rozpuřená cibule (**OBKLAD**) na prsní kost. Nakrájíme 20 dkg cibule, přidáme lžici fenyklu nebo anýzu, podlijeme lžící vody a necháme dusit až cibule zesklouvná. Přikládá se hodně teplá na 2 hodiny.

### ○ *Koupele z kopřiv*

Užívá se proti tloušťce. U obézních lidí dělat koupele jednou týdně alespoň půl roku. Úplně omezit brambory, kopřivy dodávají do těla kyselinu křemičitou. Velmi zdravý je špenát z mladých kopřiv.

#### ○ Na zuby pro děti

Užívá se **ODVAR** z chudobek, který obsahuje hodně železa a tím působí na stavbu zubů a kostí. Pro dospělé se naloží láhev chudobek (květů) a zalije šumavským vínem, nechá se 10 dní louhovat.

#### ○ Kmínový čaj

Užívá se hlavně proti bramborům.

#### ○ Bělení zubů

Ve vrtulovém mlýnku rozemlít usušenou **PŘESLIČKU NA PRACH**, navlhčit kartáček a obalit štětiny v tomto prachu. Takto si čistit zuby a potom vypláchnout ústa propolisovou vodou, která zároveň působí i proti paradentóze.

#### ○ Propolisové kapky

Asi 2 dkg propolisu rozmělníme na prach, naložíme do 1/3 l čísteného lihu. Necháme **LOUHOVAT** 10 dní. Každý den protřepeme, aby se propolis řádně rozpustil. Potom kápneme pár kapek do vody, až se vytvoří mléčný zákal a touto vodou vypláchneme ústa po čištění zubů. Propolis je černý včelí med. Kterým včely zalepují všechny nečistosti v úle. Tyto kapky se též užívají na hojení zlomenin, nebo když se kazí kost. **POSTIŽENÁ MÍSTA SE POTÍRAJÍ** nezředěnými kapkami.

#### ○ Sirup z cibule

Proti kašli. Nakrájíme 10 dkg cibule, 10 dkg cukru, 4 l vody. Vaříme až to zhoustne, potom scedíme přes plátno a užívá se 3x 1 lžička.

#### ○ Na překyselení žaludku

Pije se **ODVAR** z petržele.

#### ○ Na nervy a bolesti

Užívá se **DEKVAR** z třezalky a jasanové kůry. Vařit 10 minut třezalku jen 6 minut.

#### ○ Tinktura z třezalky

Naplníme láhev třezalkovými květy a zalijeme slivovicí. Necháme asi 10 dní **LOUHOVAT**. Užívá se **PO KAPKÁCH** při srdeční slabosti nebo při mdlobách.

#### ○ Arniková tinktura

Květy arniky zalijeme slivovicí a necháme **LOUHOVAT**. Užívá se pro utišení bolestí – **POTÍRÁME POSTIŽENÁ MÍSTA**. Nepoužívá se vnitřně – je jedovatá !!

#### ○ Bolest zubů

**NAMOČÍME VATU** do třezalkové tinktury **A PŘIKLÁDÁME** na zub nebo do kazu.

○ *Koupeľ k odjedování prádla*

Dubová kůra, přeslička, třezalka, heřmánek, pelyněk, 10 stroužků česneku, fenykl, kmín – z toho můžeme pít i ČAJ.

○ *Čaj pro děti*

Děti, které konzumují cukroví, čokoládu a banány - 15 ks hřebíčku, 3 bobkové listy, lžička zázvoru do ½ l vody. 10 minut vařit. K tomuto čaji je dobré pojídat kokosovou moučku.

○ *Skleróza*

ČAJ z mateřídoušky – celoročně.

○ *Koupeľ z jeřabin*

Může být i s větvičkami a s listy. ODVAR se vlije do koupele, užívá se hlavně při nachlazení a prochlazení dětí.

○ *Čaj z černého bezu*

Užívá se proti máslu a na ischias.

○ *Odvar z ovesné slámy*

Při bolestech po protitetanové injekci.

○ *Olšové větvičky*

Stahují žíly a desinfikují.

○ *Dubová kůra*

Užívá se proti vešmě a chemii. Nejvhodnější jsou mladé větvičky dubové kůry (stáří tak 7 let).

Dub vyznačuje zvýšené fluidum, dobře se pod ním spí.

○ *Koupeľ z řepíku*

Na otevřené rány.

○ *Při cukrovce*

Používá se oman nebo lusky.

○ *Vodoléčba*

Je ideální pro dobrou tělesnou kondici. Vodoléčbou odchází z těla až 70 % škodlivin.

Postupujeme tak, že začínáme sprchovat nejprve pravou nohu, potom levou nohu, pravou ruku, levou ruku a nakonec uděláme totéž přidáváním na teplotě co sneseme. Nakonec uděláme totéž studenou vodou a pak řádně vydrhneme tělo ručníkem.

## ○ Byliny

Sbíráme podle kalendáře sběru léčivých rostlin, od jara do podzimu. Zásadně sbíráme byliny co nejdále od měst, pokud možno v čisté přírodě. Nikdy nesbíráme byliny podél cest a silnic. Sušíme je na vzdušném, stinném místě, nikdy ne na slunci! Uschováme je též na vzdušném místě, nejlépe v papírových pytlících. Usušené byliny jsou hodnotné 10 měsíců. Starší byliny hodnotu ztrácejí, proto je dobré sbírat byliny každý rok.

## ○ Ekzém v obličeji

- 1) Medem potřít tvář 2x po 30 minutách, potom obklady z odvaru: 3 lžíce dubové kůry, 3 stroužky česneku, hrstička jalovce, pelyňku a vařit 10 minut ve 3 l vody. 7x po 10 minut teplé přiložit – nebrat plátno prané v prášcích. Možno také provést tak, že odvar se vlije do koupele a při koupeli přikládat každé 3 minuty na obličej během 20 minut. Pozor na mýdlo červené barvy, nejíst vepřové ani hovězí maso alespoň týden.
- 2) Medem lesním tmavým 3 x 30 minut natřít obličej, 3 týdny pít lžičku kořene pampelišky, petrželové natě, 5 listů jitrocele do ½ l a 8 minut vařit, pít po jídle. Jablečný mošt pít denně, celkem 4 láhve.

**MAST:** 10 dkg mrkve, 3 lžíce kmínu do 10 dkg sádla hřbetního a 8 minut vařit, spolu scedit a touto mastí potírat obličej i jinde. Podle potřeby koupel i mast opakovat.

## ○ Pásový opar

Nutno zjistit z jaké příčiny (nervové vyjetí, nachlazení, nakažení). Může se použít **KOUPEL** z dubové kůry – 2 hrsti do 3 l vody – 10 minut koupel.

## ○ Plíce – zánět

6 dní dubovou kůru, 2 lžíce do ½ l vody. **KŘENOVÁ PLACKA** na ½ hodiny dopředu po ¼ hod. (20 dkg brambor, 4 lžíce křenu, a 3x pod prsou lopatku na ½ hodiny. **ČESNEK OBKLADY:** 10 stroužků česneku do 2 ½ l vody – 3 x 30 minut křídla přes prsa. **ČESNEČKA** 3 dny.

## ○ Zánět plic – vznik nedomykavosti srdeční chlopně

I po ovoc: třešně, pomeranče, banány, brambory

**LÉČBA:** na hroty plic křenová placka a pak ji přesunout pod lopatky. Třetí den opakovat. 3x denně lžičku pomerančové tinktury, 14 dní denně před jídlem.

14 dní kardobenedict, přesličku, třezalku, kmín po 1 lžičce do 0,5 l vody – 8 minut vařit, pít po jídle

**KOUPEL:** v odvaru: hrst jeřabinových plodů nebo větviček a hrst bezinkových větviček – vařit 10 minut v 5 l vody – vlít do koupele, dotočit na ponor – 20 minut 3x denně.

**NEJÍST:** sýry, máslo, pomeranče, banány, pudink, brambory

**PÍT:** častěji 12stupňové pivo Prazdroj.

Použít pomerančovou tinkturu.

## ○ Zápal plic – přechozený

Má mnoho následků. Většinou bývá, že zápal plic je bez teplot – nevěnuje se tomu pozornost. Antibiotika jen nemoc uklidní, ale nevyléčí. Snadno se dostává voda na plicích nebo také v břiše.

Břicho je pak nabitě vodou. Přestanou totiž pracovat řádně ledviny – vytvoří se v nich zánět i písek. Pozor! Úplná zástava ledvin = smrt!

**LÉČBA:** ledviny nutno povzbudit k činnosti, obklady ze slivovice, křenová placka.

**OBKLADY:** na břicho – česnek s tvarohem, cibule udušená i syrová – obklad.

**ČAJ:** co nejméně tekutin – zvyšuje se obsah vody v břiše. Řebříček 2 lžice, 1 lžice jalovce, 1 lžice kokosové moučky do ½ l vody – 8 minut vařit. Někdy je třeba upustit vody z břišní dutiny, aby rychleji účinkovaly obklady břicha.

#### o Na krční páteř

**(OBKLAD)** Půl kostky tvarohu, 3 stroužky česneku na 2 hodiny, 2x.

#### o Na ledviny

**(OBKLAD)** Kostku tvarohu, 20 dkg cibule, 3 lžice kmínu smíchat, přiložit na 2 hodiny 2x.

#### o Na prsní kost

**(OBKLAD)** Rozpařit cibuli po 20 dkg, 3 lžice anýzu, 3 lžice fenýklu spolu dusit a teplé přiložit na 2 hodiny 2x.

#### o Na slezinu

**(OBKLAD)** Půl kostky tvarohu, 3 stroužky česneku na 2 hodiny, obepakovat 4 dny.

**KOUPEL:** v odvaru hrst vratiče, bezinkových větvíček do 4 l 10 minut vařit, vlít do koupele, dotočit vodu na 20 minut 3x.

**ČAJ:** 1 lžice jitrocele, řebříčku, dubové kůry mladé, přesličky, kmín do ½ l a 8 minut vařit – 16 dní pít.

**DIETA:** pozor na černý svět, maso nejce s bílkem, hovězí polévky, brambory.

#### o Průdušky

**SIRUP:** ½ l vody – 2 lžice fenýklu, 1 cibule a 5 kostek cukru, 12 minut vařit. Za 3 dny využívat.

#### o Horní cestu dýchací (zánět průdušek)

**ČAJ:** petrklíč, divizna, fenýkl, lékořice kořen, jitrocel, máta peprná, podběl, kořen ibišku. Čaj použijeme k pití a ke kloktání.

**NEBO ČAJ:** 4 listy jitrocele, 1 lžice dubové kůry, 1 lžice bezových větvíček.

**KOUPEL:** 1 hrst jeřabinových větvíček, 1 hrst bezových větvíček. Pod lopatku křenovou placku na 30 minut.

#### o Porod

Po porodu, zvláště když je žena sešivaná, k vyprázdnění střev používá 1 lžici nastrouhané mrkve, dá se do gázy a udělá se **TAMPON** a vloží ke konečníku na 1 hodiny. Potom nový tampon s mrkví a zase na hodiny. Za den se opakuje 3x = 3 hodiny. Druhý den se podle potřeby opakuje.

### ○ Přechod

Léčba: **ČAJ** z kořene kozlíku lékařského – 2 lžíce kořene do ½ l vody, 10 minut vařit – 15 minut nechat louhovat.

### ○ Prach

**INHALACE** česneková – 8 stroužků do ¾ l vody uvést do varu – vdechnout asi 3 minuty několikrát přes den.

(**OBKLADY**) **Na hroty plic:** rozpařenou cibuli na 2 hodiny 2x.

Na játra: kostku tvarohu, 2 lžíce křenu + 3 stroužky česneku smíchat – na 2 hodiny 1x.

**Potom:** ½ l vody + 1 lžíce (větší) rýže – odvar + dětská krupička k jídlu a trochu mléka.

**ČAJ:** 1 lžička jitrocele denně do pití – 5 dní.

**KOUPEL:** 3 lžíce větvíček z černého rybízu – 3 dny.

### ○ Průjmy

Je také řada příčin: studené nápoje (hlavně přechlazené z ledničky), studená jídla, konzumování většího množství ovoce, pití na ovoce, nezralé ovoce, naklížené ovoce i jídlo.

**LÉČBA:** 2 lžíce kostivalové natě s listy vaříme v ½ l vody 8 minut. Popijíme během dne teplý.

Podle potřeby opakujeme. Také pomáhá **ODVAR** z dubové kůry: 2 lžíce kůry z dubu do ½ l vody – vaříme 8 minut, popijíme.

**PROTI PRŮJMU:** mrkev, jahodník, jasan, ořešák, nocna, dubová kůra, šalvěj, borůvka, kostivalová nať.

### ○ Prst – úraz, tržná rána – hnisání – pravděpodobně až ke kosti

**KOUPEL:** kostival, kokoška pastuší tobolka, řepík, peliněk – desinfekce

### ○ Prostata

**Na močový měchýř:** 20 dkg cibule, 3 lžíce kmínu, spolu dusit, **TEPLÉ PŘILOŽIT** na 2 hodiny – opakovat 3x.

(**OBKLAD**) **Na ledvinu:** 20 dkg rozpařené cibule, 3 lžíce kmínu a na 2 hodiny 3x.

**ČAJ:** 2 lžíce přesli, 2 lžíce srdečníku do ¾ l a 8 minut vařit – denně pít až do ustálení řádného močení.

**Nejíst:** saláty zelené, okurky, ovoce, jahody, kompoty, zelí, květák.

**Potom:** na játra: půl kostky tvarohu, 10 dkg cibule syrové, 3 lžíce křenu smíchat a **PŘILOŽIT** na 2 hodiny i déle, opakovat jakmile kůže zbledne.

**ČAJ:** 6 listů jitrocele, možno i květ přidat se semeny a lžící kmínu – vařit 8 minut v ½ l vody – denně pít po 6 dní

**Nejíst:** brambory, zelí, ovoce, smetanu, sýry.

**K jídlu:** kousek chleba se sádlem nebo kousek špeku k snídani v případě zácpy.

**PÍT:** pampelišku – 1 kořen do ½ l, vařit 7 minut po jídlu. Ráno lžící mrkve – 14 dní.

### ○ Projímadlo

**ČAJ:** list senný, krušina, lékořice, máta peprná, fenykl

**ČAJ:** krušinová kůra, fenykl, lipový květ, květ černého bezu

**ČAJ:** sušené švestky

Projímadlo – krušina olšová, len, reveň, posed bílý.

### ○ Plíce – rakovina

**OBKLAD NA HROTY PLIC:**

Rozpařenou cibuli – 20 dkg pokrájet, dusit s 2 lžícemi vody, teplé přiložit na 2 hodiny – 4x udělat.

**OBKLADY KOLEM KRKU:**

Přes ramena zkřížit na prsa: hrst bezinkových větviček, dubové kůry mladá, 4 stroužky česneku. 4 lžice pelyňku do 3 l – 10 minut vařit – 3x12 minut teplé za sebou přiložit.

**OBKLAD NA PRSNÍ KOST:**

Rozpařenou cibuli 20 dkg, 3 lžice anýzu, 3 lžice pelyňku spolu dusit, teplé přiložit na 2 hodiny 2x.

**OBKLAD POD UŠI:**

Kostku tvarohu, 4 stroužky česneku rozetřít, smíchat lžičku zázvoru, přiložit na 2 hodiny, 2x udělat (rozdělit na obě strany)

**OBKLAD NA POBŘÍŠNICI:**

Kostku tvarohu, 20 dkg cibule pokrájet drobně, přiložit na 2 hodiny 2x.

**OBKLAD NA SLEZINU:** Půl kostky tvarohu, 4 stroužky česneku smíchat ještě s lžičkou zázvoru, přiložit na 2 hodiny, 5x udělat.

**MAZÁNÍ:** 5 stroužků česneku, 3 lžice fenyklu, 1 lžice dubové kůry, s ½ l slivovice – potírat denně páteř, krk, prsa, stehna, břicho.

**ČAJ:** lžičku skořice, 5 hřebíčků, list bobkový, lžici dubové kůry, přesličku, třezalky, anýzu, lžičku petržele do ¾ l a 8 minut vařit – pít po jídle 3 neděle.

Denně **TROCHU ČERSTVÉ ŘEPY**, přes poň šťávu.

**DENNĚ 3 LŽICE FERNET-STOCKU – PŘED JÍDLEM – 7 LAHVE.**

**Nejíst:** banány, čokoladu, kakao, pomeranč, hovězí maso, sýry, máslo, pozor na zelený sýr a křemlen.

### ○ Psotník (u dětí)

Dítě je neklidné, často pláče, špatně usíná, těžko se zabírá do spánku.

**LÉČBA:** Na 3 dny vyloučit ze stravy mléko, protože mléčný tuk, dále vaječný tuk (ze žloutku) právě toto způsobuje.

**PODÁVAT:** 3 dny **ODVAR** z rýže: 3 lžice rýže vaříme v 1 litru vody 10 minut. Tento odvar spolu s dětskou krupičkou v podobě kaše podáváme. Dítě nesmí ani žloutek z vajíčka.

**KOUPEL:** 3 lžice rovné kmínu + 3 lžice dubové kůry mladé, do 3 l vody – vaříme 10 minut.

### ○ Revmatismus

**MAZÁNÍ:** 4 větvičky jalovce, 4 stroužky česneku, 4 lžice kmínu, 3 lžice křenu do 2 l vody, 10 minut vařit, smíchat s půl litrem slivovice – potírat klouby.

**ČAJ:** lžici žebříčku, pampelišky kořen, ½ citrónu, dubovou kůru, jitrocel, kmín, benedikt (koření), do ¾ l – 8 minut vařit. Pít po jídle, pít 16 dní až 3 neděle. (vše po 1 lžici).

- *Revmatismus*  
– celkový, kloubový, svalový

**KOUPEL:** Hrst jeřabinových plodů, bezinkových větviček, jeden citrón, hrst vratiče, 2 lžíce kmínu, 4 stroužky česneku, 3 větvičky jalovce, do 5 l vody 10 minut vařit – do koupele na 20 minut 2x týdně – 6 neděl.

**MAZÁNÍ:** 4 větvičky jalovce, 4 stroužky česneku, 3 lžíce kmínu, lžička křenu, 3 lžíce mrkve, jeden citrón do 2 ½ l vody a 8-10 minut vařit, pak odvar smíchat s ½ l slivovice a tím denně potírat klouby a stehna.

(**OBKLADY**)

**Na kolena:** křenovou placku na 30-40 minut, na kotníky a kyčle totéž. Pod placku podmastit kůži.

**Na stehna:** (vnitřní stranu) – rozpařenou cibuli – 20 dkg teplou na 2 hodiny 2x.

**Na lýtka:** syrovou cibuli – 10 dkg na 2 hodiny 2x.

**Nohy koupel:** hrst vratiče – 10 min. Vařit ve 4 l vody – do kýble na 20 minut denně po dobu 6 dní.

**Na hroty plic:** kostku tvarohu, 4 stroužky česneku rozetřít a smíchat – na obě strany hrotů plic rozdělit na 2 hodiny 2x.

**Na slezinu:** ½ kostky tvarohu, 4 stroužky česneku na 2 hodiny – opakovat po dobu 5 dní.

**Na ledviny:** kostku tvarohu, 20 dkg cibule, 3 lžíce křenu – smíchat a přiložit na 2 hodiny – 2x opakovat.

**ČAJ:** lžička kořene pampelišky, jehlice trnité. Lžička křenu, jitrocele, lžička řebříčku, půl citrónu, lžička kmínu, do ¾ l – 8 minut vařit po jídle po 3 dny denně.

**Nejíst:** vejce s bílkem, ne hovězí maso ani polévky, sýry, másto, ryby.

- *Revmatismus hlavy a obličejové části – migréna.*  
Průvan, prostuzení

**Hlava:** **OBKLADY** – hrst jeřabinových plodů, hrst bezinkových plodů do 3 l a 10 minut vařit a 7x12 minut teplé obklady hlavy.

**PÍT ČAJ:** lžičku bezinek, 3 líčky pokrájet do ½ l – 8 minut vařit, po 12 dní pít.

**OBKLADY:** cibule udušená.

- *Léčba rýmy*

**ČICHAT** česnek, 2 hrsti bezových větviček, 2 hrsti jeřabinových plodů, do 4 l vody – 8 minut vařit. Vlít **DO KOUPELE**, na 20 minut, omývat hlavně hlavu.

**Rýma u dítěte:** dávky zmenšit. Menší hrst bezových větviček, menší hrst jeřabinových plodů, do 2 l vody – 8 minut vařit. Vlít do koupele – omývat hlavně hlavu.

- *Ruce – ekzém (olej, vazelína, nafta pod.)*

**KOUPEL:** 3 stroužky česneku, 1 lžíce dubové kůry, 1 lžíce přesličky.

Do 2 l vody – 10 minut vařit – 30minutová koupel – 1x denně – podle potřeby opakovat.

- *Ruce – třes*

20 dkg cibule, 3 lžíce anýzu – udušit v troše vody – **OBKLAD** na krční páteř na 20 minut – teplé přikládat 3x.

### ○ Ruce – bradavice

Na rukou, obličej apod. Nakažlivé, přenos z druhého člověka.

**Léčba:** **POTÍRAT RUCI FERNET-STOCKEM**, obsahuje pelyněk, zeměžluč.

### ○ Rakovina – z radioaktivity – především ve vzduchu

Občas pít čaj z přesličky – bylina, která odnímá z těla radioaktivitu. **ČAJ:** 2 lžičky přesličky, do ½ l vody a 7-8 minut vařit. Popíjet během dne.

### ○ Rýma

**KOUPEL:** 2 hrsti bezových větvíček nebo květ, 2 hrsti jeřabinových plodů nebo větvíček do 4 l vody – 8 minut vařit, vlít do koupele na 20 minut omývat hlavně hlavu 2x.

**INHALACE:** 1 cibule (jen nová), 2 lžičky větvíček černého rybízu, 2 lžičky komonice lékařské, 20 chudobek (sedmikrásek), 2 stroužky česneku. Vařit 8 minut ve ¾ l vody. Pak ručník přes hlavu a vdechovat ústy a nosem 5 x 10 minut, 4x. Komonici lékařskou (žlutou nebo bílou) rozemlít na prášek (jemný) a šňupat dle potřeby.

3 lžičky arniky naložit do starorežné nebo vodky, či slivovice a po 6 dnech používat jen jako

**MAZÁNÍ** – čela, nosu. Pozor na domácí kvetoucí květiny, hlavně cizí. Dále dát pozor na výpary nafty, petroleje, a syntetických barev.

### ○ Srdce – angina pectoris

**Kolem krku:** přes ramena zkřížit na prsu **OBKLADY:** hrst přesličky, třezalky do 3 l – 10 minut vařit. Namočit po 12 minutách. 6x za sebou.

**Potom:** na hroty plic rozpařenou cibuli – novou – po 20 dkg dusit a 2 lžičky vody – teplé přiložit v kaliku zabalit na 2 hodiny 2x.

**Na prsní kost:** rozpařenou cibuli 20 dkg, 3 lžičky anýzu, 3 lžičky benediktu, spolu dusit, teplé přiložit na 2 hodiny 2x.

**ČAJ:** lžičky fenýklu, lžičky hlohových větvíček nebo plodů, lžičky benediktu, 5 kuliček nového koření, řebříčku, 20 chudobek, lžičku dubové kůry, jitrocele, petržele, lžičku celeru do ¾ l – 8 minut vařit, po jídle pít 3 dny.

**Na ledviny:** kostku tvarohu, 20 dkg cibule, 3 lžičky koření, smíchat a přiložit na 2 hodiny.

**Na slezinu:** (vlevo pas) – půl kostky tvarohu, 3 stroužky česneku na 2 hodiny, opakovat po 4 dny.

**DIETA:** pozor na růžovou barvu textilu, košile, pyžama. Nejmít bílý cukr, sladit karamellem.

**Nejmít ořechy vlašské ani burské, nejíst vejce – bílek, pepř, papriku.**

### ○ Slinivka břišní – pankreas

12 dní pít **ODVAR** z dubové kůry: 2 lžičky dubové kůry do ½ l – 5 minut vařit.

5 dní **ODVAR** řebříček: 2 lžičky do ½ l – 5 minut vařit.

Na slinné žlázy **OBKLADY** z dubové kůry na 30 minut 3x. (5 lžiček do 1 litru – 6 minut vařit)

Na ruce **OBKLADY** k loktům dubovou kůru 3x po 30 minutách. **Nejmít maso po 3 týdny.**

### ○ Nedomykavost srdeční chlopně

Pomerančová **TINKTURA:** 3 lžičky pomerančové kůry omyté v octě do ½ l slivovice.

○ *Slinivka – pankreas*

Otravu slinivky hlavně hovězím masem i vajíčky. Slinivka se ozývá pronikavými bolestmi v břiše, v ohbí žeber vpravo, při konzumování hodně zralých švestek, slív apod. Při jídle syrového ovoce se toto špatně prosliní a dráždí se žaludek a hlavně slinivka břišní. Ovoce se lépe zužitkuje s moukou (švestkové knedlíky, koláče, buchty).

○ *Oči – zánět spojivek*

Oči jsou začervenalé v bělmu a v očích řeže jakoby v nich byl písek.

**Léčba:** hrst heřmánku **DÁME DO ŠÁTKU (HADŘÍKU) MÍRNĚ ZAHŘEJEME** na radiátorech ústředního topení nebo kamnech na pokliče hrnce apod.. Pak dáme přímo přes oči na 20 minut. Opakujeme několikrát.

○ *Oči – trachom*

Zánět očních víček s vřídky, pak jizvy. Žilky v oku jsou krvavé. Časem končí slepotou. Léčba – pelyněk – obklad na oči a pak heřmánek na oči kvůli chloím.

○ *Sprcha vodní na omývání i otužování*

**Teplá voda:** nejprve pravá noha od spodu nahoru, pak levá noha, pak pravá ruku od prstu nahoru, pak levá ruka, pak obličej, pak hrudník. Pak nec **studená voda:** stejně.

○ *Odtučnění*

**ČAJ:** kůra krušinová, sennový list, lipový květ, bezirkový květ i plod, fenykl, kořen petržele, kořen lékořice, březové listí

○ *Otrava žaludku, střev*

**ČAJ:** 2 citróny, 1 l vody, 2 lžičky kmínu, 1 lžička fenýklu, vařit 7 minut.

○ *Otrava slinivky hovězím masem,  
cukrem zalepené ledviny,  
hnis pod lopatkami*

12 dní **PÍT ODVAR** z dubové kůry (2 lžičky do 1/2 litru vody, 5 minut vařit)

**OBKLADY**

**Na ledviny:** ze slivovice 5x10 minut – na obklad 4 lžičky na slinné žlázy – obklady z dubové kůry na 30 minut 3x5 lžiček do 1 litru a 6 minut vařit.

**Na ruce:** k loktům obklady z dubové kůry 3x30 minut

**Na levé lýtko:** syrovou cibuli na noc 2x15 dkg nakrájet

**Pod lopatky:** rozpařenou cibuli na 2 hod 3x – 20 dkg nakrájet a dusit s vodou 5 minut, teplé přiložit

**Nesmí se jíst hovězí maso po 3 týdny.**

○ *Křenová placka*

2 – 3 kořinky křenu nastrouhat, 10 nových brambor i se slupkou – vodu z brambor slít – dá se do igelitu – na 5 minut **PŘILOŽIT**.

○ *Opar na rtech při horečnatých onemocněních*

**ŠŤÁVA** z borůvek nebo **ODVAR** z dubové kůry, jitrocel, řebříček.

○ *Třešně*

přílišné požívání má někdy špatný vliv na srdeční činnost – špatné dýchání vlivem nemoci srdce.

○ *Švestky*

jsou dost těžké na žaludek, překyselují jej. Také špatným rozkousáním, prosliněním onemocní pankreas – slinivka. Lépe je použít jako švestkové knedlíky – lepší proslinění. Švestky mívají také chorobu tzv. „šárka“ – nemoc je přenosná na lidi – pozor! Švestky nedozrávají a jsou jen červené. Také pozor na plíseň na švestkách – hlavně tam, kde je stopka.

○ *Vlašské ořechy*

bývají někdy plesnivé – pozor – plísně způsobují zduření mízních uzlin pod ušima.

**Léčba:** **ČAJ** – ořechové větvičky (papírové vlašské ořechy), nové koření, bobkový list.

○ *Jablka*

pozor – mají hodně jablečné kyseliny – překyselují žaludek, děti mohou dostat červinky z jablek.

○ *Otrava vajíčky*

řebříček, fenykl po dobu 5 dní, rozpařit cibuli, kmín

○ *Otrava prádlem*

Zelená barva – arsen

Žlutá barva –

Červená barva – anilinové barvy

Modrá barva –

Prevence: všechno barevné prádlo nutno vymáchat: odvar: 2 lžice dubové kůry, 2 lžice přesličky do 3 l vody, 8 minut vařit. Vlít do vany s vodou a v tom barevné prádlo vymáchat. Jednou provždy je prádlo zbavené jedovatosti.

○ *Otrava ve střevech (bolesti střev a žaludku)*

Česnek 3 stroužky, 2 lžice třezalka, ¾ l vody, 7 minut vařit, 3x za sebou **KOUPEL**.

○ *Otrava slinivky – bolesti po pravé straně žeber*

3 lžice dubové kůry, citrón, lžice fenyklu, 5 lístků jitrocele ve ¾ l lihu, 7 minut vařit

**INHALACE:** 3 lžice přesličky, 3 stroužky česneku.

○ *Otrava acetonovou barvou*

Dubová kůra – 4 lžice na 1 litr, 3 stroužky česneku – 3 l vody a 7 minut vařit.

Dubová kůra, 5 stroužků česneku – kolem hlavy a krku až na hroty plic.

○ *Otrava močovinou*

(z masa – hovězí maso, pajšl, srdce, plíce, játra)

Léčba: **ČAJ** – 1 lžice fenyklu, ½ citronu (i s kůrou) do 0,5 l vody, 10 minut vařit – 3 porce.

○ *Močovinou se popálí u dítěte jazyk, patro i rtíky*

1 lžice řebříčku, 1 lžička šťávy z citrónu – vařit 8 minut. Dítěti **hlava VYPÍT A VYTÍRAT ÚSTA**, také vytírat lesním medem.

○ *Opařeniny*

(rukou, nohou apod. – horkou vodou, polévko i a. d.)

**LÉČBA:** opažené místo polít čistým lihem nebo víceprocentním alkoholem. Potom postižené místo potřít olivovým olejem.

○ *Otrava těla košilí při pocení těla - žebra jelítka*

kolem pasu dubovou kůru, 3x **OBKLAD** 10 lžic do 2 l a vařit 6 minut. Tvaroh – 2 hodiny **OBKLAD**.

○ *Otrava hliníkem (nádobí)*

**KOUPEL:** 1 hrst přesličky, 2 hrst kostivalu, 1 hrst kopřiv, do 5 l vody, 10 minut vařit – 10 min. koupel, 2x týdně po dobu 6 týdnů.

**ČAJ:** 2 lžice přesličky, 1 lžice dubové kůry, 3 listy jitrocele, 3 listy pampelišky, 1 lžice řebříčku, 20 chudobek, 1 lžice kokošky, 5 kuliček nového koření, 5 hřebíčků, 1 list bobkový, 1 lžice kmínu. Do ½ l – ¾ l vařit na 8 minut popíjet 3 týdny.

**Nepít:** minerálky

**Nejíst:** máslo, jablka, ovoce, zelí, košťáloviny, květák, nejíst vitamín A, C, brambory, pudink

**Jíst:** čočkovou polévku, schází kyselina křemičitá

○ *Očkování – smíšená injekce – epileptické záchvaty*

Dítě asi 4-letý chlapec

**DIETA:** nesmí banány, pomeranče, hovězí, ani vývary

**OBKLADY:** 2 stroužky česneku, ½ kostky tvarohu – na 2 hodiny na malý mozek

**OBKLAD:** syrová cibule 10 dkg na slezinu na 2 hodiny, 3x-4x

**KOUPEL:** hrst dubové kůry, hrst řebříčku, hrstku přesličky, hrst lískových větviček nebo větviček vlašských ořechů do 3 l vody, 10 minut vařit. Koupel na 20 minut 2x-3x týdně.

**ČAJ:** 6 kuliček nového koření, 1 bobkový list, špetku zázvoru, 1 lžice dubové kůry, jitrocele, přesličky do ½ l vody, 8 minut vařit, rozdělit a pít během dne 3 týdny.

○ *Slinné žlázy – zduření – nachlazení*

Na slinné žlázy k uchu – ½ tvarohu, 3 stroužky česneku, 2 lžice pelyňku na 2 hodiny.

○ *Srdce – krevní tlak*

Snížení vysokého krevního tlaku: kozlík, oves, rosnatka, česnek, rozchodník, komonice, hloh.

**DROGY NA SRDCE:** hloh, srdečník, třezalka, puškovec, benedikt.

○ *Skleróza, mírně zvednutý krevní tlak*

**ČAJ:** třezalka, přeslička, plody + listy hlohu i květ, máta peprná, meduňka, neřmánek, česnek

**ČAJ:** rosnatka nať, lipový květ, listy hlohu + květ, malinové listy

**ČAJ:** jahodínové listí, malinové listí, ostružinové listí

○ *Skleróza*

Česnek, hloh, rosnatka, rozchodník

**DIETA:** pokrmy málo slané a kořeněné, snížení množství tekutin – asi 1 litr denně, do čehož počítáme také ranní kávu a polévku. Strava z bílých mas (drůbež, telecí, rybí), lehké moučnický, mléčná jídla, ovoce, kompoty.

**NEJÍST:** těžká masitá jídla, polévky způsobující nadýmání, vařené moučnický (knedlíky, nudle), ocet, koření.

○ *Šluchy – zmožení – zánět (namáhavá práce) – na krku, v rameni*

**LÉČBA:** 3 lžice octa do 1 l vlažné vody. **OBKLADY:** 3x10 minut přikládat a obalit teplým šátkem. Potom na noc obklad z roztočků – zaparovaní. Dle potřeby opakovat.

○ *Šilhání*

Pozor na čepice – modrá a zelená. Pozor na nastydnutí hlavy, nedívat se na televizi.

**Nejíst:** brambory a pudink.

**OBKLADY:** kolem hlavy a krku – před prsa. Hrstka dubové kůry, 4 stroužky česneku, hrstku přesličky: do 3 l vody – 10 minut vařit, teplé namáčet.

**Na oko:** tvarohový **OBKLAD** na hodinu denně 3 dny.

**Na čelo nad oko:** syrovou mrkev 3 lžice na 2 hodiny, opakovat asi 10x.

**PÍT ČAJ:** lžice světlíku, lžička kmínu, lžička třezalky, lžička železníku, lžička dobromyslu.

○ *Teplota: Endogenní – vnitřní; exogenní – vnější*

Zvýšená horečka – rozpálené tělo

**Nepožívat** mléko, maso – bílkoviny působí špatně – teplota neustupuje.

**LÉČBA:** snížení teploty – **OBKLADY** z tvarohu měkkého na čelo i do zátýlku. Možno přidat i stroužek česneku na 2 hodiny.

#### o Trojklanný nerv

Léčba jako u ischiasu. (**OBKLAD**) na lícní kost (tvář) dát syrovou cibuli na 2 hodiny nebo na celou noc – 20 dkg cibule pokrájat.

**ODVAR:** z bezinkových plodů nebo z větviček – hrst do 1 ½ l vody – 8 minut vařit a potírat tvář i obličej – obklady.

#### o Těhotenství

Žena nemůže přijít do jiného stavu – otěhotnět. Mimo jiné používá se bečovník. V Těhotenství žena má být v namáhavé práci opatrná. Věnovat se sobě i dítěti, které nosí v osobě. Otékají nohy – příčina – konzumování bílkovin živočišného původu (vajínka, maso atd.). Těhotná žena potřebuje hlavně bílkovinu rostlinného původu (ovesné vločky) ve formě polévek. Vajínka možné nejvíce 1x za týden. Také nutno dávat pozor na úbytek červených krvinek – hrozí matce i dítěti (dědičně) lidově řečeno bělokrevnost (leukocyta). Možno používat syrová játra. Ke konci těhotenství použít čaj: 1 lžice dubové kůry, 4 listy jitrocele, 1 lžička kmínu, ½ lžičky citrónu i s kůrou. Vše se dá do ½ l vody – 6 minut vařit. Pít aspoň 3 dny.

#### o Tenké střevo – dvanácterník: duodenum – vředová choroba

**Příčiny:** nervová vyčerpanost, špatná životospráva, příliš tučná jídla, přepálený tuk apod.

**Léčba:** klid, lehčí strava

**Proti střevním parazitům:** mrkev, kýchavice bílá

#### o Ucho – zánět středouší

Snadno se pozná, nárazové, intervalové bolesti v uchu na bubínku. Teploty postiženého dosahují velké výše až 41 – 42 stupňů C.

**LÉČBA:** 20 dkg syrové cibule pokrájíme na slabší plátky. Do kastrůlku dáme 2 – 3 lžice vody a pokrájenu cibuli, dusíme až je cibule lesklá, sklovitá. Udušenou cibuli dáme do čistého hadříku a obkládáme na nemocné ucho nebo obě uši, tak teplé, jak to jen jde.

#### o Úraz – bulka na prsu (asi rakovina)

(**OBKLAD**) na bulku: udušená cibule, 3 lžice anýzu a fenyklu, 2 lžice pelyňku 3x-5x.

Kolem krku a přes prsa: hrstku dubové kůry, 4 stroužky česneku, hrstku přesličky do 3 l vody, 10 minut vařit. Teplé přikládat 6x po 12 minutách za sebou. Možno i kolem hlavy použít 2x.

**Potom:** kostku tvarohu, 5 stroužků česneku – rozdělít na 2 místa, na 2 hodiny, 2x. 5 dní – **ČAJ** – 1 lžice dubové kůry, 1 lžice jitrocele – dát do ½ l vody a 8 minut vařit.

**Nohy:** **KOUPEL** – hrst dubové kůry, přesličky, 10 dkg cibule, 3 lžice pelyňku do 4 l – 10 minut vařit. Vlít do kýble a 20 minut koupel. Možno přidat 2 lžice soli. 3x

**DIETA:** méně brambor, ovoce, jen dopoledne 1ks.

**NEJÍST:** košťáloviny, zelí, sýry.

**ČAJ:** směs – zlatobýl, chudobky, přeslička, třezalka, řebříček. Všeho 3 lžíce do ¾ l vody, 8 minut vařit. 16 dní užívat.

#### o Úraz – záda apod.

**MAZÁNÍ:** 2 cibule, 3 lžíce kmínu, 3 lžíce mrkve, 2 lžíce křenu. Vařit v 1 l vody 10 minut. Smíchat s ¼ l slivovice. Potírat záda apod.

#### o Úraz na obličeji

Na nos – tvaroh, 3 lžíce, 1 stroužek česneku. 2x.

Na ret – cibuli syrovou.

Do úst – po lžičkách med.

#### o Vyrážky – herpes

Skot – toto onemocnění proniká u zvířat kůží až do svaloviny – masa.

Přenos – přímým stykem se zvířaty nebo požitím masa ze skotu, telata, krávy – hovězí masa, telecí.

Je to kožní vyrážka spojená s teplotami a i vypadáváním vlasů a chlupů.

**LÉČBA:** lesní med – obklady a pak měkký tvaroh k likvidaci teploty a také otoku možno použít obklady postiženého místa z jalovce.

#### o Vaječníky – cysta, krvácení, bolesti břicha na pravé straně

**LÉČBA:** kolem pasu a břicha **OBKLADY** 5x po 10 minut za selou z **odvaru:** hrst dubových větvíček, 4 lžíce fenyklu, hrst olšových větvíček, vařit 10 minut ve 7 l vody, v tom namočit teplé obklady, 2. den ohřát a opakovat obklady.

Na slinivku břišní vpravo porát křenovou plácku na 30 minut. Třetí den opakovat. Pod pravou lopatkou rozpařenou cibuli – 20 dkg, 2 lžíce vody na 3 hod 2x.

**ČAJ:** lžíce řebříčku, truskavice, pampelišky, jitrocele, dubové kůry- mladé, bezinkové plody 1 lžíce do ¾ l vody – 6 minut vařit – 14 dní pít denně. **Pozor na modrou barvu** textilu, šatů, noční košile apod.

**Nejíst:** vejce z bílkem ani do těsta, cibuli, jablka, umělé tuky a oleje stolní, ořechy vlašské ani burské, pomerance, máslo, sýry, mléko.

#### o Vypadávání vlasů

Hrst dubové kůry, česnek 4 stroužky, hrst přesličky – 3 l vody, 10 minut vařit, 5x 20 minut dávat **OBKLADY** hlavy.

**Potom:** kaštaný větvíčky – hrst do 2 l vody 12 minut vařit, 1x 3 týdně. Nepoužívat šampony, jen mýdlo, ne sprej, nebarvit vlasy. **OMEZIT** tuky v jídle, máslo, Héru apod.

**Příčina:** dědičná, po rodičích, hlavně po prarodičích, nebo choroby.

### ○ Záškrť

Bolesti v krku, vnitřní teplota.

**LÉČBA:** 3 lžičce pelyňku (v květu) spařit s 1 l vařící vody. Potom obklady kolem krku – 4x přiložit a namočit do spařeného pelyňku 3x-5x po 10 minut za sebou **OBKLAD** (teplý) kolem krku.

### ○ Zuby: Parodontóza

**PROJEV:** dásně slézají (stahují se) se zubů, krčky zubů se obnažují, jsou velice bolestivé a snadno se kazí.

**PŘÍČINA:** používání zubních past (hlavně s chlorofylem), chlorovaná voda apod.

**LÉČBA:** vyplachování úst přesličkou ( 2 lžičce na ¼ vody – 6 min. vařit) možno přidat komonici lékařskou (bílé i žlutá) 1 lžičci. Jinak čistit zuby s práškem z přesličky, možno přidat i komonici lékařskou.

### ○ Zlomeniny – kostí

Špatné srůstání zlomeniny: propolis (včelí produkt – tmel v úlu proti chladu) nechat **VYLUHOVAT** jemně umletý na prášek v lihu – 95%. Kostival, kokoška, repík.

### ○ Zácpa

Je řada příčin zácpy: teplota, špatná životospráva.

**LÉČBA:** několik sušených švestek vaříme 10 minut v ½ l vody **CEVAR** popijíme teplý.

Více zde: <http://www.uspesna-lecba.cz/nemoci-a-jejici-lezeni/rady-patera-frantiska-ferdy/>

Perlička:

„Dub vyzařuje zvláštní fluidum, dobře se pod ním spí.“