

ŠPALDOVÁ PLUŠKA, dobrá vaše služka...

Vliv špaldových plušek ve formě polštářů, polštářků a matrací na lidský organismus

Kdo může pluškovou náplň potřebovat?

DĚTI

Plušky mají velký obsah kyseliny křemičité, která je nezbytně nutná ke tvorbě chrupavek. Děti jí potřebují mnohonásobně více než dospělí, protože jejich tělo je, dalo by se říci, ve výstavbě. Budou-li v čase dětství a dospívání mít dostatek těchto stavebních kamenů, nebudou později tak náchylné k artróze – což je patologický úbytek chrupavky mezi klouby a obratli. Máme-li děti nespavé, které v noci pláčejí, i pro ně je pluškový polštář namístě, působí na dobrý spánek.

TĚHOTNÉ ŽENY

Plušky jim slouží ke stejnému účelu jako dětem, protože musí zásobit kyselinou křemičitou sebe i plod. Dále plušky zlepšují prokrvení nohou, což při svém stavu jistě uvítají, ubude jim tím tvoření křečových žil. Sníží se také únavnost a polštářek se postará o dobrý spánek. Kvalitní spánek je pro jakoukoli věkovou skupinu lidí velmi důležitý, protože ve spánku roste a sílí kostní a nervová dřevina.

ŽENY V PŘECHODU

Polštářek v této věkové kategorii zmenší náchylnost ke vzniku, případně postupu artrotických změn. I tyto ženy uvítají dokonce i prokrvení nohou, zmenšenou únavnost a konec závratí či zlepšený spánek. Tam, kde v této věkové kategorii došlo k hormonálním poruchám, kde je příznakem vypadávání vlasů, polštářek obsahem kyseliny křemičité stav upraví.

CÉVNĚ NEMOCNÍ

Ti uvítají posílení cév, výrazné působení proti tvorbě nových křečových žil, zlepšení prokrvení dolních končetin i dobrý spánek.

LIDÉ PRACUJÍCÍ U POČÍTAČE

Ti uvítají působení polštářků (mohou si je dát jako podložku na sezení, nebo malá polštářek pod ruce) pro posílení očí. Polštářek opět zajistí hojnější prokrvení sítnice, menší únavnost a lepší spánek pro dobrou regeneraci.

O špaldě ještě jednou – ale trochu jinak

Čteme-li si texty sv. Hildegardy v její *Physice* pozorně, najdeme v kapitole o špaldě sdělení, že je „teplá“.

Moji přátelé z Mezinárodní společnosti sv. Hildegardy na toto téma hovořili a kladli si otázku, zda se dá o „teplém“ špaldovém zrnu uvažovat jako o potravě, která „zahřeje“ trávicí trakt a energii pak vede do těla, či lze ono „teplo“ najít a využít i jinak.

Mluví se totiž zrovna o problému jedné rodiny, která má sice svůj byt v patře, ale právě pod jejich ložnicí je dole průjezd do dvora, a tak se tedy rozhodli, že špaldou vykouší jako ohřívač zvenčí a nejen jako potravinu. Nakoupili látku na ušití povlaku,



raci kostní dřeviny a nervové tkáně. I krvetvorba se pod vlivem přísunu křemíku zlepšuje.

LIDÉ VŠEOBECNĚ IMUNITNĚ SLABŠÍ

Polštářek působí preventivně proti onemocnění vedlejších dutin. S tímto onemocněním velmi často zápasí lidé se slabší imunitou. Při využití pluškového polštářku se jim zlepší prokrvení nohou a tělních orgánů – potažmo se zlepší jejich funkce. Dobrý spánek poslouží k regeneraci. Všechny tyto faktory v podstatě upevňují imunitu.

LIDÉ, TRPÍCÍ DISFUNKCÍ ŠTÍTNÉ ŽLÁZY

Tato skupina lidí často trpí vypadáváním vlasů, což po působení špaldových plušek časem vymizí. Taktéž časté potíže se závratěmi a zvýšenou únavnost mohou plušky odstranit. A konečně, už několikrát zmiňovaný, dobrý spánek je lékem.

ASTMATICI

Pro ně je prvořadě důležité vylepšení prokrvení plic a průdušek, protože tím se zmenší četnost astmatických záchvatů. Také hlavně oni dovedou ocenit dobrý, posilující noční spánek.

LIDÉ PO KOSTNÍCH A PÁTEŘNÍCH OPERACÍCH

Vlivem kyseliny křemičité působí plušky proti artróze, zlepšují krevní oběh, a tím podporují rychlejší tvorbu svalů a prorůstání cév do místa operačního zákroku, a uspíší hojení a srůst kostí. Dobrý spánek poslouží k rychlé regeneraci a rekonvalescenci.

k tomu 5 kg zrna špaldy. Do povlaku nasykali zrnem a tuto jakousi deku s rovnoměrně rozprostřeným zrnem uvnitř povlaku položili na matraci a nadvrch pak položili prostěradlo – a teplý povlak byl hotov!

A nyní bilancují a vzkazují: *Tuto opravdu studenou zimu jsme nemuseli mrznout, zima na záda a nohy nám v posteli nebyla!*

Má to pouze malou vadu na kráse – povlak se nedá prát a znovu použít. Je třeba každý rok ušít nový a nakoupit čerstvou špaldou. Prostě, vše „nové letošní“ každý rok.

Hildegardin Zpravodaj 112, březen 2010, str. 22

Překlad Waltraud Gregorová

LIDÉ SE SKLONEM KE SKLERÓZE

Zlepšení prokrvení orgánů i končetin, protože se tím zmenší riziko nedokrevnosti orgánů, hlavně očí, uší, kde nedokrevnost často způsobí ztrátu zraku nebo sluchu. Jistě jim také prospějí všechny ostatní léčivé účinky špaldových plušek.

Inu, a ten, kdo je dosud zdravý a nepatří tedy do žádné z těchto kategorií? Může, bohužel, říci pouze – dosud! A jistě by si své zdraví chtěl zachovat. Plušky však působí samozřejmě i preventivně! Na to se pozapomnělo – to je pravda – a je to dost smutné. Naše babičky totiž ještě věděly, proč pluškami plnily slámníčky dětem! – Jejich děti se totiž ve vyšším věku vůbec nemusely dopracovat mezi těchto deset kategorií nemocných!

Nikdy není pozdě své zdraví chránit jednoduchými a dostupnými prostředky!

Waltraud Gregorová

SOUKROMÁ INZERCE

► JEDNODENNÍ INTENZIVNÍ VÍKENDOVÝ KURZ KOSENÍ letos proběhne v Mladočově u Litomyšle (východní Čechy) v těchto termínech: 5., 19., a 26. června 2010, cena: 700 Kč. Kosy, brousky, babky, kladívka, kosičky, ergonomická kosiště z jasanu atd. možno zakoupit i na místě. Více na www.kosimesnadno.cz, tel.: 773 497 017. Zn. Těšíme se na Vás.

► PŘIROZENÁ KOMUNIKACE S KONĚM: prodám originální DVD z uceleného vzdělávacího systému Parelli Natural Horsemanship, „Liberty and Horse Behavior-Parelli Courses in a Box“ (10 kusů DVD) za 5400 Kč a kompletní kolekci 10 DVD „Success Series“ za 3000 Kč. Jde o 50 % původní ceny DVD. Více o těchto DVD na www.parellinaturalhorsetraining.com, tel.: 773248117. Zn.: Chci dál rozvíjet své hobby.

► Mladí manželé koupí dům s velkým pozemkem nebo pouze pozemek s možností stavění. Kolem 1 ha, max. 600 m n. m. v ekologicky čistém prostředí. ok1tic@seznam.cz, 776-011-232

► Rozvedený 63/175 rád pozná štihlou, pohodovou a skromnou ženu do 58 let pro společný život na vesnici, na malém hospodářství. Pěstování ovoce a zeleniny a chov zvířat v souladu s přírodou, bez chemie. Záp. Čechy – není podm. SMS na 773 551 360.

► 41letý tolerantní svobodný vegan hledá moudrou, skromnou ženu z celé ČR. Cítím a žiji s přírodou, v chalupě se zahradou na sev. Moravě, ale jsem Jihočechem. Tel.: 721 167 667.