

# BULLETIN

## informační medicíny

Leden – únor 2006

### Obsah

MUDr. Josef Jonáš	
Měli byste umět nazpaměť .....	2-3
Nabízíme vám mapy civilizačních chorob, které jsou i pro vás důležité ..	3-5
Fotoreportáž z Kongresu v Brně a pár slov k tomu	
Pod foto úryvky z přednášky MUDr. Jonáše v Brně .....	4-5
Aktuálně: vláda zimy, doba ledvin a močového ústrojí .....	6
MiniBulvár aneb Co nevím – nepovím .....	6
Inspirace pro vás.... jak si udělat hezčí místnost, kde přijímáte klienty, jak se s nimi dorozumět i o stravování jinak od MUDr. Strnadelové, v příštím bulletinu zveřejníme povídání i recept z připravované Kuchařky MUDr. Jonáše .....	6-7
Seznam připravovaných kursů a přednášek .....	8

## Začátkem i koncem roku se hodnotí

Někteří si dávají upřímná předsevzetí na celý nový rok. Dělají si plány a stanovují cíle. Já už si tři roky žádná předsevzetí nedávám. Díky vlastní detoxikační zkušenosti. Snažím se nejit tak moc za svými vlastními představami, ale pochopit přirozenost běhu věcí a nepřehlédnout TO, co mě čeká na cestě, která je zásadním způsobem svázaná s detoxikačními terapiemi. Nechávám tím prostor pro překvapení – pro ty vzácné okamžiky poznání, kdy najednou pochopíte NĚCO, co jste dosud nechápali. Najednou máte pocit, že jste prohlédli, že to je ONO. Tyto okamžiky poznání nás všechny, kdo se zabývají detoxikací, naplňují a ženou dopředu za detoxikační dokonalostí.

Které okamžiky byly tedy pro nás při letošním bilancování pro detoxikační praxi nejdůležitější?

- Určitě na prvním místě stojí pochopení detoxikace lidské kostry a její části v souvislosti s infekčními ložisky. Ukázalo se, že přítomnost infekčních ložisek v kostech způsobuje člověku úzkost, která poškozuje účinky základních detoxikačních preparátů. Znamená to, že detoxikace preparáty řady Help neprobíhá někdy vůbec, někdy jen částečně, dokud se neuvolní ložiska v kostech (pro současnost preparáty K1dren a K2dren). Moji klienti prochází detoxikací kostí již v průběhu prvních třech návštěv. Detoxikace je pak daleko důkladnější a hlubší.
- Další zásadní zdokonalení prodělaly již známé preparáty na detoxikaci od těžkých kovů – Antimetall, který je zároveň součástí mnoha dalších preparátů a Biosalzu k detoxikaci organismu od biogenních solí.

Očekáváme, že se v budoucnu objeví ještě potřeba jít v detoxikacích do dalších podrobností jednotlivých tělních systémů (vegetativní pleteně, periferní nervový systém apod.). Po dvou letech praxe jsme zjistili, že nestačí vyčistit od ložisek základní orgán pentagramu. Je třeba důkladně pročistit od infekčních ložisek také periferie základních orgánů, jak například pro ledviny přiřazené zmiňované kosti.

Přeji Vám za celý kolektiv firmy Joalis a ECC všem hodně zdraví i vašim rodinám a mnoho úspěchů s detoxikační medicínou.

Vladimír Jelínek

### Několik slov úvodem a dvě citace k tomu

V roce 1964 napsal Jan Werich fiktivní dopis Williamu Shakespearovi: „Vážený Mistře, od té doby, co jste nás opustil, svět se zmenšil a času ubylo. Pojem vzdálenosti netrvá, můžeme se dívat současně na pohřeb zavražděného panovníka (jednalo se o pohřeb zavražděného Kennedyho, byla to velká událost v celosvětových začátcích televizního vysílání) z Prahy, Londýna či Ameriky. Vy jste psal brkem a my píšeme na psacích strojích a několik kopií najednou.“ Werich nemohl tušit ani ve snu, že za čtyřicet dva let se budeme dívat na přímé přenosy z válečných konfliktů doma z křesla, že si budeme psát „smsky“ a mobilovat z jakéhokoli místa na světě a už vůbec nemohl mít představu o spojení přes internet. Svět se opravdu zmenšil, díky informačním technologiím, jenomže jde o to, zda máme k sobě blíž. My k vám chceme mít blíž, proto vydáváme bulletin, byli bychom moc rádi, kdybyste nám psali své postřehy (i kritické) a nápady na mailovou adresu, abychom byli okamžitě informováni. A mohli to předat dál. My zase naopak, pro vaši lepší informovanost chystáme několik novinek. Nejen nové informační preparáty, ale i slibovaný bulletin Speciál od MUDr. Jonáše, navíc mu letos vyjde Kuchařka. Do University MUDr. Jonáše můžete usednout už v září, nové kursy a školení jsou uvedeny na poslední straně. Chceme, abyste měli možnost si co nejvíce prohlubovat znalosti o detoxikační medicíně a byli tak opravdu důstojní uživatelé a žáci MUDr. Jonáše a jeho metody.

„Všelijaké kvalitování toliko pro hovada jest“ řekl před pár stoletími Jan Ámos Komenský a my vám tímto druhým citátem chceme popřát v letošním roce, abyste si mohli dovolit nespěchat a nestresovat se. Vy nejlépe víte, že stresovaná tkáň je výborné ubytovací zařízení pro infekční ložiska. Navíc vám přejeme, abyste byli příkladem zářícího zdraví pro své klienty. Pomáhat druhým je krásná práce i poslání, a to, že to děláte metodou kontrolované a řízené detoxikace jistě není náhoda. Náhody neexistují.

Vaše redakce,

e-mail: j.kucmasova@joalis, j.gonda@joalis

## Optimální postup úvodu řízené a kontrolované očisty organismu pro rok 2006

**Úspěšnost metody řízené a kontrolované očisty organismu závisí na úspěšnosti práce jednotlivých poradců. Při průzkumu motivace klientů, kteří projeví zájem o detoxikaci bylo jednoznačně zjištěno, že většina z nich přichází na základě pozitivního doporučení lidí, kteří již očistu absolvovali.** Podstatně menší úlohu hraje inzerce a jiné informační zdroje. Proto je velmi důležité, aby poradci byli dobří ve výsledcích, znalostech i v přístupu ke klientům i k metodě. Na základě práce s několika tisíci detoxikovaných klientů je možné stanovit optimální postup na úvod do detoxikační

jeme diagnózu, ale můžeme upozornovat, že toxické zatížení by mohlo vést k poruše funkce tkáně a je nebezpečím do budoucna, že k takové situaci dojde.

- Funkčnost orgánů či tkáně v případě nemoci musí být posuzována různými vyšetřovacími metodami. Pohled pomocí přístroje Salvia je jen jednou z možných informačních metod. Nic nám neříká například o morfologických změnách tkáně, o kvantitativních ukazatelích, eventuálně o stavu a stupni postižení tkáně či orgánu. Nalezneme-li toxickou zátěž v ledvinách, nemusí to znamenat, že ledviny jsou nemocné, nebo že jejich funkce

### Zjišťujeme výhradně toxické zatížení tkání a orgánů, nezjišťujeme klinickou diagnózu

ho procesu. Úmyslně uvádím, že jde o **úvod** do detoxikačního procesu! Při detoxikaci lze pracovat s klientem dlouhodobě a detailně. Další procesy již nelze normovat, jde o záležitost velmi tvořivou. Proto jsme se rozhodli zveřejnit optimální postup úvodu procesu očisty organismu. Doporučujeme všem poradcům, aby se snažili přizpůsobit začátek očištění procesu tomuto standardu, protože v něm jsou obsaženy všechny důležité kroky, kterými je třeba proces detoxikace začít. Za velmi důležité považují cíle a očekávání, jak poradce, tak i klienta.

- Vyšetřením s přístrojem Salvia i s využitím diagnostického počítačového programu či s pomocí mechanických testovacích sad zjišťujeme výhradně toxické zatížení tkání a orgánů. **Nezjišťujeme klinickou diagnózu!!** Nemoc je soubor příčin a jejich důsledků, které může vyhodnotit jen člověk v tomto oboru vzdělaný, ten stanovuje diagnózu. Ostatní hovoří o toxickém zatížení. Před klientem je třeba se vyjadřovat ve smyslu, „*že ty tkáně či ony orgány jsou toxicky zatížené... a v organismu se vyskytují následující druhy toxinů.*“ Toxiny je třeba odstranit z preventivních důvodů, protože odstraněním toxinů se otevírá prostor pro revitalizaci orgánů či pro opravu jejich funkce. Oprava probíhá obvykle na základě tendence organismu vrátit se k původnímu stavu – tedy ke zdraví. Klientům sdělujeme typy zátěže a názvy tkání, které jsou těmito toxiny kontaminovány. Opakuji, že zásadně jim nesdělujeme

je zhoršena. Na druhou stranu je pravda, že ledviny zbavené toxinů nemohou onemocnět, opomineme-li vlivy genetické či vlivy úrazu, otravy apod.

- Detoxikací nebo-li zbavením tkáně toxinů umožňujeme organismu regenerovat, prodloužíme životnost orgánů a jejich bezchybné fungování. Odstranění toxinů má zásadní vliv na vitalitu tkáně.
- Poradce je povinen nepřetržitě se vzdělávat ve znalostech procesu detoxikace organismu a stále sledovat novinky, které na tomto poli vznikají. Je třeba se vzdělávat i v otázkách lidské psychologie, stravování, mikrobiologie, toxikologie a v dalších oborech.

### Toxické zátěže

**Pozornost je třeba věnovat následujícím skupinám toxinů, které pokládám za nejdůležitější z hlediska poškození funkce orgánů a tkání. Následující postup je velmi důležitý, jedná se o:**

1. **infekční ložiska**
2. **volné infekce**
3. **cizorodé látky**
4. **solí**
5. **toxiny ze vzdálených ložisek (patologická bílkovina)**
6. **patogenní pole**
7. **očkování**
8. **drogy a cigarety**
9. **metabolity**

### 1. INFEKČNÍ LOŽISKA

Jejich přítomnost ve tkáni měříme přístrojem Salvia tím způsobem, že do testovacího pole vložíme orgán či tkáň a při pozitivním poklesu ručičky přístroje vkládáme testovací informaci o mikrobiální infekci. Můžeme vkládat Mikrobiální infekci jako celek, nebo testovat jednotlivé infekční skupiny, jako plísně, viry, borrelie, atd. Jestliže se ručička při měření navrátí zpět k hodnotě 80, údaj signalizuje přítomnost infekčního ložiska v měřené tkáni. Existenci měřeného ložiska je možné doplnit specifikací infekce v ložisku, což může mít význam vzhledem k uvolňování infekcí z ložisek a k možnému nástupu projevů na základě uvolněné infekce. Například vznikne únava při uvolnění virů nebo borrelie, či se mohou objevit infekční symptomy zánětů dýchacích cest, horečky, aktivace plísní a další. Pro vlastní práci s klientem může být důležité zjistit materiál obalu infekčního ložiska, tedy metabolity či soli. Obal zjistíme obdobným způsobem jako infekční ložisko. Na orgán v testovacím poli, ke kterému je přidána informace Mikrobiální infekce, přidáme ještě jednotlivé metabolity nebo soli. Pokles ručičky na 60 je pozitivní odpověď pro příslušný metabolit.

### 2. VOLNÉ INFEKCE

Zjištění volných infekcí je nejjednodušší procedurou. Provádíme ji tak, že do testovacího pole vkládáme informace o jednotlivých infekcích. Pozitivní odpověď je dána poklesem ručičky na hodnotu 50 až 60.

### 3. CIZORODÉ LÁTKY

Při testování cizorodých látek je optimální jestliže do testovacího pole vložíme údaj uvedený v počítačovém programu v kapitole Obecné příčiny nemocí a to údaj Cizorodé látky. Při pozitivní odpovědi, tedy při poklesu ručičky na hodnoty 50 až 60 můžeme testovat Cizorodé látky jednotlivě – těžké kovy, radioaktivita, chemické látky, zplodiny automobilového provozu, pesticidy, fungicidy. Tento typ měření je důležitý po proběhlé detoxikaci, kdy nás měření informuje o tom, zda jsme již všechny cizorodé látky odstranili.

### 4. SOLI

Přítomnost solí můžeme hledat při univerzálním měření celého organismu, nebo na

jednotlivých orgánech. Při testování vložíme do testovacího pole informaci Soli – a při pozitivní odpovědi na 50 až 60 můžeme hledat, které orgány a tkáně jsou solemi zasaženy.

### 5. VLIV TOXINU

Vliv toxinů testujeme tak, že vezmeme informaci Mikrobiální toxiny a vložíme ji na již pozitivně testovaný orgán nebo tkáň. Vzestup ručičky na 80 nám ukáže, že orgán je pod vlivem toxinů z mikrobiálního ložiska. Pokládám za důležité hledat zdroj těchto toxinů v lymfatických uzlinách, ve střevě, v mandlích, v podkoží, ve žlučníku, v plicích ve vedlejších dutinách nosních i na dalších místech. Při detoxikaci je třeba se přednostně věnovat odstranění infekčních ložisek z takto vytestovaných orgánů. V počítačovém programu je údaj Toxin z ložisek a to v Obecných příčinách nemoci. Pod tímto heslem jsou i uvedeny orgány, které nejčastěji ložiska obsahují.

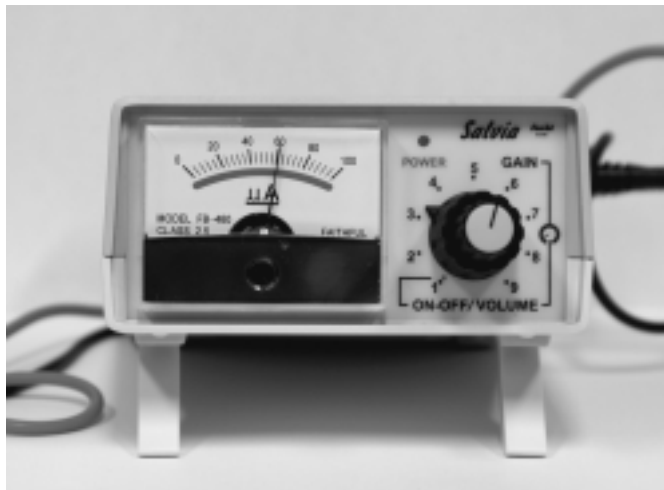
### 6. PATOGENNÍ POLE

Do testovacího pole vkládáme informaci Geopatogenní pole a testujeme, zda ručička poklesne. V případě pozitivní odpovědi,

testujeme dále pomocí programu v počítači a můžeme určit o jaký typ patogenního pole se jedná.

### 7. OČKOVÁNÍ

Jeho poškozující vliv testujeme informací Zátěže očkováním a pokládám za důležité



zjistit, která tkáň je touto zátěží poškozena, jde o vážný problém.

### 8. DROGY A CIGARETY

a) Testovací preparát, který nás informuje o toxickém vlivu zplodin hořící cigarety si může každý vyrobit sám. Do láhve uzavře naplňuje vyhořenou cigaretu a pozitivní výsledek měření přístrojem Salvia je velmi varující pro případného kuřáka.

Měřením lze zjistit, zda zplodiny mají vliv na arteriosklerózu. Nejprve měřím dotčený orgán arterii (tepny) – a při pozitivní odpovědi přidáváme preparát Cigareta. Vzestup na hodnotu 80 nám ukazuje, zda se setkáme s toxickým vlivem cigaretových zplodin.

b) V současnosti je důležité měřit údaj Drogy .

c) Vliv léků můžeme měřit univerzálně, ale doporučuji měřit konkrétní léky, které si klient přinese s sebou.

### 9. METABOLITY

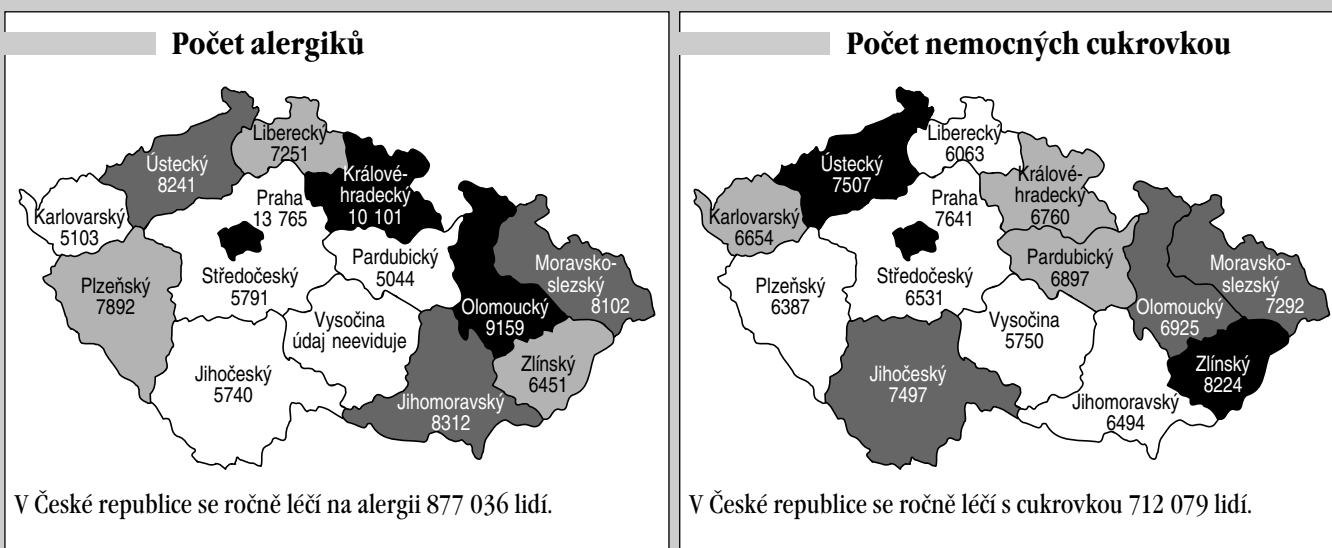
Poruchy metabolismu – tedy poruchy metabolismu živočišných tuků, poruchy živočišných bílkovin, jednoduchých a složitých cukrů, rostlinných bílkovin a rostlinných tuků, jsou velmi zásadním údajem o toxickém zatížení organismu. Následně můžeme přístrojem Salvia měřit i metabolity, tedy například metabolity pšeničné mouky, metabolity tuků, metabolity živočišných bílkovin apod.

V BULLETINU SPECIÁL se k úvodu a optimálnímu postupu řízení a kontrolované detoxikace ještě vrátím.

MUDr. Josef Jonáš

## MAPY ZDRAVÍ V ČESKÉ REPUBLICE

Tyto mapy vám ukazují, jaké jsou nejčastější nemoci a úmrtí ve vašem regionu. Můžete si je zvětšit či překreslit a použít ve vaší pracovní místnosti nebo ordinaci. Jsou poučné pro vás i pro vaše klienty. -red-



Pokračování na straně 4

## Jak to bylo na sobotním Kongresu v Brně

### Den první, čtvrtek, Praha, Ostrava

Pro vás, milý čtenáři, bude následující reportáž velmi krátká, pro mne byl Kongres dlouhý. Cesta z Prahy na sobotní Kongres do Brna začala už ve čtvrtek. Dopoledne doktor Jonáš ordinoval pilně v ordinaci a já s obavami vzhlížela do internetových stránek na počasí. Prý na severu Moravy sněží, prší a kdovíco ještě. Kolega Honza Gonda mne uklidňoval, abych



Dvě Lenky – Vlčková a Matasová připravují organizační záležitosti na Kongres nejen v Brně, ale o několik měsíců dříve na pracovišti

se nebála, že doktor je výborný řidič, že se mé nezletilé dítě sirotkem nestane. Vyjždím s MUDr. Jonášem ve dvě hodiny odpoledne na přednášku do Ostravy. V řídicí džungli na dálnici do Brna nesakruje ani nenadává. „Jsem člověk neagresivní, nejsem lovec, jsem filosof. Nikdy jsem nikoho nedržel pod krkem a nikdy jsem v životě nikomu fyzicky neublížil, i když jsem snad mohl. Já se rozčiluji méně a méně. Od lidí, kteří mne rozčilovali jsem utekl a myslím, že se mi daří ob-

klopovat se lidmi, s kterými si rozumím.“ Vyřizujeme záležitosti v Brně a s časovým náskokem pokračujeme na Ostravu. Do města vjždíme včas, ale ouha. Nemůžeme najít cestu do centra. Ostrava nemá viditelně značené centrum a už vůbec ne ZOO, ke které máme směřovat. Přednáška v Ostravě začíná později. MUDr. Jonáš říká posluchačům na začátku: „omlouvám se za pozdní příjezd, ale jezdil jsem po Ostravě téměř čtyřicet minut a hledal jsem centrum. Připomnělo mi to mé hledání centra ve Finsku, kde mi kamarád řekl, že



Metodou prošlo u mne desítky tisíc pacientů a ve světě dokonce už statisíce lidí, vysvětluje MUDr. Jonáš po zahájení Kongresu, také se hned na začátku pochlubil svojí radostí z plného sálu, který inspiroval k co největším a nejlepším výkonům

musím jet k němu domů směrem na centrum, jako zde v Ostravě za vámi. Jenže v onom finském městě byly všude cedule se směrem na KESKUSTA. Po hodině objždění mu telefonovali a stěžují si, že je na cedulích jen Keskusta

a nikde centrum! Ale finsky se centrum řekne keskusta, dozvídám se. Od té doby znám bezpečně jediné finské slovo a vím, že ve Finsku se ani centrum neřekne mezinárodně



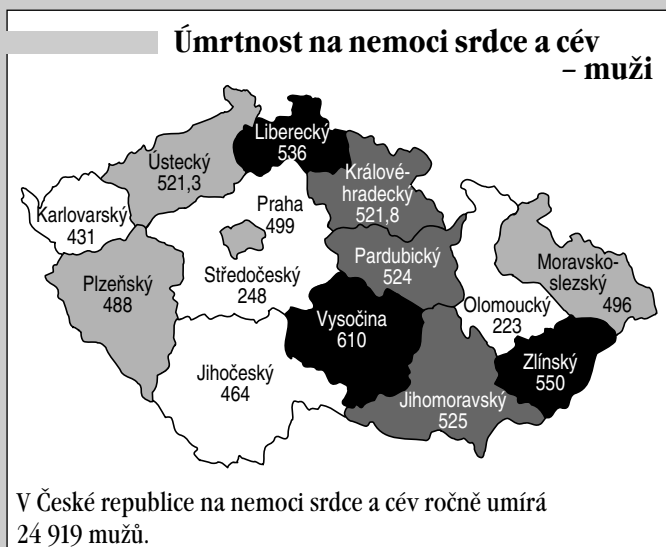
Sál naslouchá povídání o prevenci, kterou skutečně detoxikační metoda je. „Lidé přichází až když už mají zdravotní problém! Udělejte něco, žádají. Lepší by bylo, kdyby chodili a říkali – udělejte něco teď, ať jednou nemám žádné choroby a problémy. Jako to bylo ve staré Číně“, říká doktor Jonáš

centrum! To v Ostravě sice je centrum, napsané jako centrum, ale kde?“

Tentýž den v 22.30 vyjždíme z Ostravy zpět do Brna, kde je druhý den Kurz pro měřiče. Motáme se po Ostravě, pro změnu nehledáme směr centrum, ale výjezd na Brno. (Dcera mi doma říkala, že když jezdila na akce po několik týdnů do Ostravy – prý pokaždé hledal řidič centrum!)

Ve 01.30 mne doktor vysazuje v Brně na Čichnově, kde jsem ubytovaná, a kde je druhý den, ne, vlastně už v tento den, kurz. On sám

Mapy zdraví... – pokračování ze strany 3





MUDr. Jonáš vykládá o deseti významných preparátech k detoxikaci a prozrazuje, že projdou významnou změnou, že účinek bude dokonalejší. Jemu stačí těchto deset preparátů na devadesát procent detoxikačního procesu...

Že by účastníci měli jiné sny – než o kterých vykládá Ing. Jelínek...?



Tato metoda zasahuje hluboko do života lidí, protože se mění psychika při detoxikaci, úzkost a strach kazí radost ze života. Praxe nás přesvědčuje o tom, že každé onemocnění souvisí s přítomností jedů v organismu- duševní i tělesné choroby, zaznělo v přednášce

pokračuje do centra do hotelu. Doufám, že v Brně je centrum značené dobře. Hlad už mne přešel, od dvou odpoledne v Praze jsem nic nepožrela, kromě rozněk v karobu. Doktor vůbec nejedl nic, hrozinky v autě odmítnul.

### Den druhý, pátek, Brno 9.30 hodin

Na Čichnově v Brně se šlo přes padesát lidí a až do 16.30 odpoledne „řadí“ s přístrojem Salvia i s počítačovým programem. A MUDr. Jonáš vysvětluje a mluví, demonstruje na pacientovi a vysvětluje a měří a vysvětluje a... V autě mi vyprávěl, jak objevil a získal Vollův přístroj, který se u nás nesměl používat, jak propadl jeho kouzlu, když zjistil, co všechno umí. A jak se „vyučil“ u doktora Werthmana, kterému je už přes sedmdesát a stále přednáší a jezdí po Evropě. Doktor Jonáš bude zřejmě přednášet do sta. O jeho večerním programu nic nevím, zřejmě šel s manželkou plavat do bazénu. V noci v autě cestou z Ostravy jí totiž volal,



Nová informace je složitá – typická pro nervový systém – odstraňujete všechny toxiny, ale orgán nefunguje, co s tím? Je to způsobeno dvěma důvody.... kdo si důvody, které MUDr. Jonáš uváděl, nezapsal nebo si je nepamatuje, dozví se je ve Speciálu, zrovna tak o nových preparátech K nebo o preparátu s názvem „Malboro“

aby si nezapomněla plavky. Já šla spát ve 20 hodin.

### Den třetí, sobota, Brno, Kongres

Konečně je den D, nebo-li Den kongresový. Pro mne se vlastně neliší od těch předchozích. Doktor až do šestnácti hodin opět přednáší, mluví a vysvětluje, odpovídá. Kongres končí přednáškou Vladimíra Jelínka o snech. V Praze jsem ve 21 hodin.

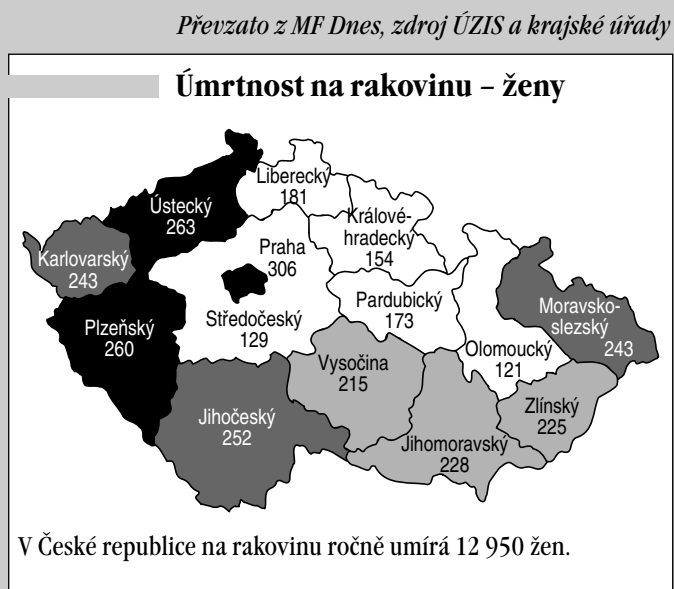
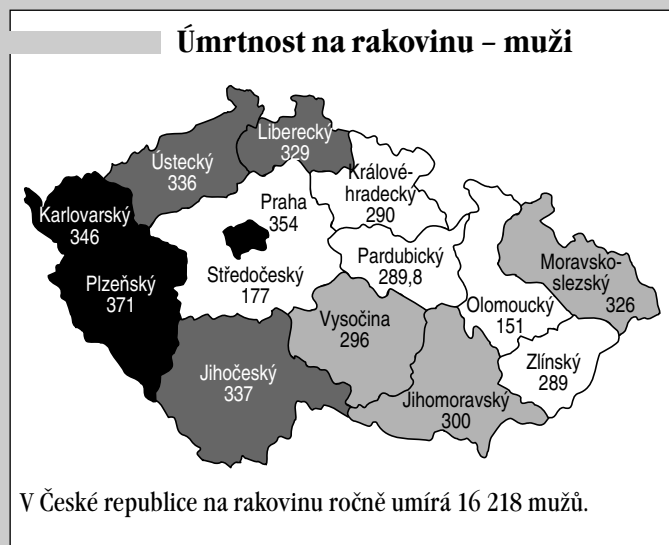
Dotazy a odpovědi na ně. Odpovědi na nejčastější otázky vyjdou jako příloha v knize od MUDr. Jonáše i Ing. Jelínka



### Závěr, Praha, neděle

Nevařím nedělní oběd, odpočívám. Co dělal MUDr. Jonáš, nevím. Zapomněla jsem se zeptat paní Jonášové. Každopádně mi přinesl v pondělí materiály, které stačil napsat! (V knize o sobě ovšem říká: Vyčerpávací způsob života se čtyřmi hodinami spánku, který jsem vedl patnáct dvacet let, se ukazuje zhoubným, měl jsem vlastně štěstí, že se to na mně nepodepsalo. Dnes si nemyslím, že by se měl člověk kvůli znalostem, kariéře či aby mu ze života něco neuteklo, přepínat. Tak snad odpočíval také.)

Jarmila Kučmášová



Převzato z MF Dnes, zdroj ÚZIS a krajské úřady

## Vláda zimy, doba ledvin a močového ústrojí

21. prosince byl den zimního slunovratu a k zimě se podle čínské medicíny přiřazují ledviny. Je to prvek vody a energie chladu. Proto mohou začít chodit klienti se zájmem o detoxikaci, kterým se v těchto dvou měsících projeví zdravotní problémy v závislosti na ledvinách a močovém měchýři. Když problémy nemají – tím lépe a je potřeba čistit preventivně. Při oslabení ledvin, my hovoříme o toxinech na ledvinách a močovém



ústrojí, ne o diagnóze, se mohou objevit bolesti v bederní krajině, časté močení, sexuální poruchy, nekvalitní vlasy, šedivění, ale i potíže se sluchem až hluchota, točení hlavy a jiné problémy. Ledviny z pohledu čínské medicíny kontrolují pohlavní orgány a močový měchýř, řídí metabolismus vody a podílejí se na vytváření kostní dřeně, tím zpevňují kosti. Též mají vliv na zahřívání organismu. Jsou centrem vůle a motivace, zodpovídají za kvalitu dlouhodobé paměti. Vnější otvorem ledvin jsou uši a jejich emoci je strach. Oslabení ledvin souvisí nejčastěji se stresem, a s dlouhodobým přepracováním. Na stresované tkáni se vytváří ložiska a .....to další už byste měli znát, nebo se můžete honem podívat do materiálů a knih, do Jonášova kalendáře....

Klientům podáváme například:  
UrinoDren  
UrinoHelp  
No bacter  
Vegeton  
GynoDren  
ProstaHelp  
Deuron

–red–

**Bulvár vládne světem, proto se i redakce rozhodla do Bulletinu zařadit rubriku**

### MiniBulvár aneb Co nevím – nepovím

**Co jsme se dozvěděli**

- Víte, že doktor Jonáš má svůj vinohrad a ne malý! 150 hlav. Asi se sousedi v jeho bydlišti diví...nikde daleko široko jiné víno neroste.
- Věřili byste tomu, že ta křehká žena Marie Vilánková hraje v kapele na dudy a to dokonce už od svých pěti let?
- Aby tomu nebylo dosti, tak stejně tak její manžel Ing. Jelínek hraje v kapele na klarinet i housle, kdo by to do něj stále se vážně se tvářičiho, řekl?
- Jetlipak víte, že v závodě, kde se vyrábí preparáty pracují samé sympatické ženy, pardon, též dva muži!

–red–

## Mýtus o zelenině

Jedním z mnoha mýtů, které se vztahují k zelenině je vliv tepelného zpracování na ni. Podle fyziologie našeho trávicího systému je zřejmé, že nemáme zařízení na zpracování velkého množství syrové zeleniny. Takovým zaživacím ústrojím disponují přežvýkavci. Mají 4 žaludky a speciální enzymatickou výbavu, nezbytnou k natrávení složitých vláknin. K tomu přispívá i dvojitě žvýkání a délka střev, která umožňuje dokonalé stravení syrové rostlinné potravy. Nic z toho naše tělo nevlastní a proto konzumace velkých zeleninových salátů nám přináší problémy. Nestrávená zelenina prochází, téměř bez užitku, zaživacím systémem, kvasí a je vítanou potravou pro různé druhy plísní, které mají pak vpravdě hody a také možnost úspěšně a rychle v našem organismu růst a parazitovat se všemi možnými důsledky, které jsou již všeobecně známé. Je zřejmé, že syrová zelenina znamená i zátěž pro slinivku břišní, jejíž enzymatická výbava se potýká z jejím zpracováním, vyčerpává se. Důsledky cítíme v podobě nadýmání, v nepravidelné a mnohdy kašovitě stolici, v únavě a podobně. Ještě jedna negativní vlastnost při konzumaci velkého množství syrové zeleniny je i vědecky potvrzená. Velmi pevná, teplem nenarušená vláknina přidržuje vitamíny a minerály v pevné vazbě a neuvolní je dostatečně do našeho těla. Na rozdíl od krátce tepelně upravené zeleniny, kde získ těchto látek je až o 2/3 větší, než ze zeleniny syrové.

Prý se varem ztrácí minerály, vitamíny a enzymy. Ale zkuste se zamyslet spolu s námi. Minerály se neztrácí, žádný není poškozen varem a naopak jejich výtěžnost z tepelně upravené zeleniny je podstatně větší. Vitamíny jsou na tom podobně. Jen vitamín C se ničí oxidací a var oxidací urychluje, tudíž snížení vitamínu C je v tomto případě možné, ale i renomované knihy udávají, že nejmasivnějším zdrojem vitamínu C jsou pro naši populaci brambory a přitom ty se jedí vždy vařené! Abychom ani v tomto vitamínu nestrádaly, měly bychom jíst mléčně kvašenou zeleninou. Vždy tvořila součást stravy v našich zeměpisných podmínkách a nejen v nich. Enzymy jsou pochopitelně termolabilní, většinou z nich tepelná úprava uškodí. Enzymů ze zeleniny potřebujeme jen minimum, neboť pro nás jsou důležité ty, které se vytváří v našem zaživacím systému a slinivce břišní. Ty jsou

uzpůsobené k trávení potravy. Nedostatek enzymů je způsoben nekvalitní funkcí trávicího systému..

Obhájci syrové stravy vyzdvihují vitální energii, kterou s sebou nese. Jistě mají pravdu, ale ta je neskladovatelná a tudíž jeden list salátu nám přinese stejně využitelné vitální energie jako celá mísa. Syrová zelenina patří na náš talíř a to každodenně – ve formě zeleného listu salátu, čínské zeli, ředkvičky či kedlubny. Ale větší část zeleniny přesto nebo právě proto tvoří zelenina tepelně upravená. V zimě je syrové zeleniny přirozeně méně, v létě více, ale to snad je téměř samozřejmost.

Zelenina má ještě jednu důležitou vlastnost, ze které vyplývá nezbytnost konzumace zeleniny ihned po tepelné úpravě – po půl hodině začíná hnit a mění se na kyselinotvornou. Syrové zeleninové saláty jsou moderní jen v poslední době. Nikde na světě v tradičních kuchyních není využíváno tolik syrové zeleniny. Celá Asie vaří, dusí,

## Jak jednat s klienty

Šest způsobů, jak se stát oblíbeným napsal ve své knize D.Carnegie. Publikace se stala senzací přes noc už v roce 1937. Návody jsou platné dodnes, zvláště pro jednání s klienty, kteří očekávají vaši pomoc.

- Zásada číslo 1** Opravdově se zajímejte o své klienty, o jejich zdravotní problém, jakoby byl jediný na světě
- Zásada číslo 2** Usmívejte se, ale ne křečovitě, jen tak mile a s pochopením
- Zásada číslo 3** Každému zní jeho jméno příjemně a je pro něho tím nejdůležitějším, oslovujte tedy klienty jejich příjmením, veďte si jejich evidenci
- Zásada číslo 4** Umějte naslouchat, povzbuzujte je (jenom jemně), aby hovořili o sobě
- Zásada číslo 5** Mluvte jenom o tom, co zajímá klienty a proč k vám přišli
- Zásada číslo 6** Dávejte jim najevo, že si uvědomujete jejich důležitost a dělejte to upřímně

-red-

smaží zeleninu. Proč by se tak namáhali, kdyby to neměli vyzkoušené tradicí?

Zákony přírody platí bezesporu i pro nás a nenecháme se zmýlit moderními trendy. Syrová zelenina by měla být součástí našeho každodenního talíře, ale v menším množství

a větší část tvoří zelenina krátce tepelně upravená, v nejrůznějších formách úpravy a kombinací. Kdo nevěří, nechť si vyzkouší. Nejlepší je osobní zkušenost. Tedy dobrou chuť.

MUDr. Vladimíra Strnadlová, Jan Zerzán

## Aby se u vás cítili klienti příjemně

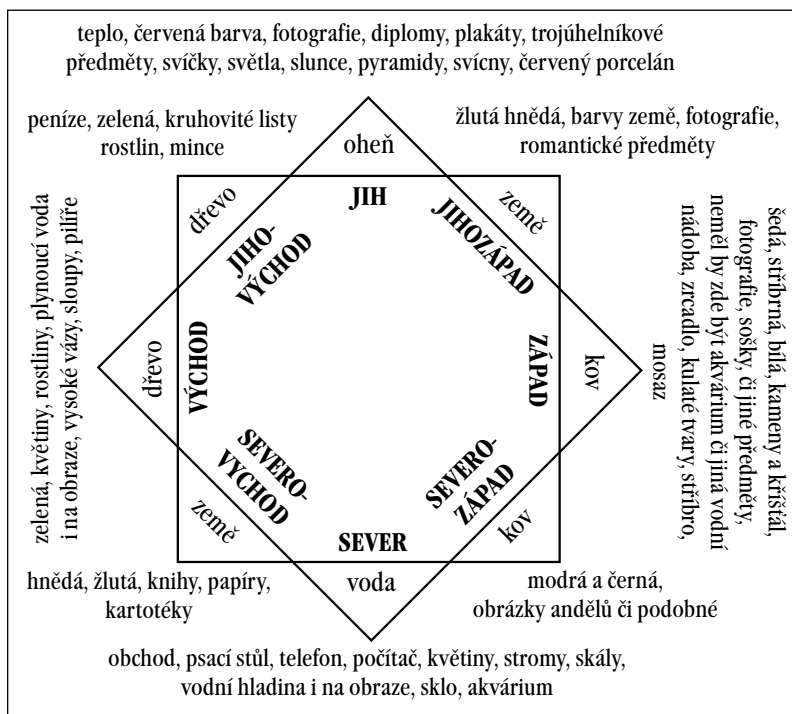
Přemýšlíte o tom, jak si vylepšit místnost, ve které vás navštěvují vaši klienti? Nepotřebujete mnoho peněz, dokonce žádné. Stačí přestavět nábytek a přemístit předměty a obrazy. Chceme vám poradit jednu z možností proto, aby se vaši klienti cítili u vás dobře. A přišli zase, nejen kvůli detoxikaci. Abyste se i vy cítili dobře na svém pracovišti. Feng shui je staré čínské umění o tom, jak si uspořádat harmonicky kolem sebe svůj prostor. Cílem je vytvořit pozitivní prostředí nejen doma, ale i na pracovišti. Aby nezůstávaly v prostoru špatné energie z nemocí. Pozitivní energie musí správně proudit v místnosti a ta špatná odcházet a ne se krčit někde v koutku. Když jsou pomoci feng shui vybaveny prostory firem a obchodů Sony, Marks a Spencer nebo McDonald, proč byste nemohli i vy udělat totéž. Nemusíte kvůli tomu studovat desítky knih ani si zvat odborníky

Na namalovaném osmihranu vidíte, co, kam, a ke které světové straně by mělo v místnosti patřit. Nazývá se PA-KUA nebo i Bagua.

Osmihran si překreslete a přiložte podle světových stran na nákres vaší místnosti a už můžete začít přemýšlet, co změnit a kam přemístit. Když si navíc do místnosti přidáte solnou lampu, květiny, akvárium či dokonce fontánku, kamínky v nádobách, jinak vymalujete místnost, změna bude veliká. Za málo peněz hodné muziky. Pomocí feng shui je to možné uskutečnit.

Na PA-KUA vidíte, že podle feng shui existuje v každém prostoru (v domě, na parcele, ve městě, v pokoji, ba i na toaletě, v obchodě...) osm rozdílných částí a každá s vlastním polem energie. Když je správně zaplněno, pak i energie-čchi správně proudí i odchází pryč. Jestliže některá část v místnosti chybí, doplňuje se předměty, symbolizující onu část a zrcadly, aby se „energii pomohlo vstoupit dovnitř“. S obrázkem se točí podle toho, kam vedou dveře. Když vedou například na východ, natočte obrázek, aby VÝCHOD na obrázku byl rovnoběžný se zdí obsahující dveře.

-red-



Zasílejte nám vaše rady a nápady, které inspirují druhé na adresu [j.kucmasova@joalis.cz](mailto:j.kucmasova@joalis.cz) nebo Jarmila Kučmášová, Joalis, Na Florenci 19, Praha 1, případně volejte 296 325 639, 602 681 495.

## **AKCE**

### **19. 1. – Jihlava**

#### **VEŘEJNÁ PŘEDNÁŠKA MUDR. J. JONÁŠE**

**Téma:** na téma detoxikační balíčky, vnitřní hygiena organismu, celoroční detoxikace organismu

**Datum a začátek:** 19. 1. 2006 v 18,00 hodin (čtvrtek)

**Místo konání:** Jihlava, Tolstého 2, DKO

**Vstupné:** 50,- Kč

**Informace:** mobil. pí. Kubátová 723 594 101 nebo Lenka Vlčková 604 247 774

### **25. 1. – Kolín**

#### **VEŘEJNÁ PŘEDNÁŠKA ING. V. JELÍNKA NA**

#### **TÉMA DETOXIKAČNÍ MEDICÍNA MUDR.**

#### **JONÁŠE**

**Téma:** detoxikační balíčky, vnitřní hygiena organismu, celoroční detoxikace organismu

**Datum a začátek:** 25. ledna 2006

v 18,00 hodin (středa)

**Místo konání:** Kolín, Husova 69, Městská knihovna

**Vstupné:** 50,- Kč

**Informace:** pí. Vokáčová, mobil 602 407 531 nebo Lenka Vlčková 604 247 774

### **26. 1. – Pardubice**

#### **VEŘEJNÁ PŘEDNÁŠKA MUDR. J. JONÁŠE**

**Téma:** na téma detoxikační balíčky, vnitřní hygiena organismu, celoroční detoxikace organismu

**Datum a začátek:** 26. 1. 2006

v 18,00 hodin (čtvrtek)

**Místo:** Pardubice,

Náměstí Republiky 2686, Dům techniky

**Vstupné:** 50,- Kč

**Informace:** Pí. Bednaříková, mobil 602 647 321 nebo Lenka Vlčková 604 247 774

### **18. 2. – Praha**

#### **DEMONSTRAČNÍ MĚŘENÍ MUDR. J. JONÁŠE**

#### **A ING. V. JELÍNKA V HOTELU OLŠANKA**

#### **V PRAZE**

Určeno zkušeným měřičům vlastním přístroj Salvia, komentovaná práce MUDr. Jonáše a Ing. Jelínka s pacienty – pro cca 50 posluchačů.

**Datum a začátek:** 18. 2. 2006

v 10,00 hodin – do 16,00 hodin (sobota)

**Místo konání:** Praha, Táboritská 23, hotel Olšanka

**Příhlášky:** Lenka Matasová, tel. 274 781 415, e-mail: eccpraha@sendme.cz

**Cena školení:** 450,- Kč

### **22. 2. – Praha**

#### **POKRAČOVACÍ KURZ DETOXIKAČNÍ**

#### **MEDICÍNY, ING. VLADIMÍR JELÍNEK**

Detoxikace jemných tělesných struktur a jejich souvislosti se základními orgány. Detoxikace oka a zraku, periferních orgánů

**Datum a začátek:** 22. 2. 2006

v 9,00 hodin do 15 hodin (středa)

**Místo konání:** Praha 3, Táboritská 23, hotel Olšanka

**Příhlášky:** Lenka Matasová, tel.

274 781 415, e-mail: eccpraha@sendme.cz

**Cena školení:** 450,- Kč

### **24. 2. – 25. 2. 2006 SEMINÁŘ MUDR. JOSEF**

### **JONÁŠE, KRONACH, SRN**

### **25. 2. – Brno**

#### **KURZ PRO POKROČILÉ S ING. V. JELÍNKEM**

Ukázkové měření klientů, měření anatomických podrobností – kostí a částí nervového

systému. Nejnovější poznatky v detoxikaci. Co dělat, když se detoxikace nedaří? Určeno pro cca 40 posluchačů.

**Datum a začátek:** 25. 2. 2006

od 10,00 hodin do 16 hodin (sobota)

**Místo:** Brno, Husova 16, hotel Internacional

**Příhlášky:** Lenka Matasová,

tel. 274 781 415, e-mail: eccpraha@sendme.cz

**Cena školení:** 450,- Kč

**NUTNO OBJEDNAT PŘEDEM.**

### **4. 3. 2006 SEMINÁŘ MUDR. JOSEFA JONÁŠE,**

### **VÍDEŇ, AT**

### **11. 3. – Praha**

#### **KONGRESOVÝ DEN S MUDR. JOSEFEM**

#### **JONÁŠEM A ING. VLADIMÍREM JELÍNKEM**

**Datum a začátek:** 11. 3. 2006 od 9,30 do 17

hodin (sobota)

**Místo:** Praha, hotel DUO, Teplická 492/19,

Praha 9

**Příhlášky:** Lenka Vlčková, mobil 604 247 774, e-

mail: ecc\_lenkavlckova@quick.cz, do 5. 3. 2006

**Cena:** 550,- Kč při platbě předem,

650,- Kč na místě, poplatek je nutno uhradit na

účet ECC nejpozději do 5. 3. 2006

**Jak se tam dostat?** Metro C na konečnou s názvem Ládví, tam na autobus 177, 187 a třetí

zastávka Liberecká je u hotelu Duo. Možné

parkování u hotelu za 180 korun – celodenní

pausa

### **15. 3. – Praha**

#### **VELKÝ KURZ PRÁCE S PŘÍSTROJEM SALVIA**

#### **S ING. V. JELÍNKEM A PÍ. MARIÍ DOLEJŠOVOU**

Práce s přístrojem Salvia, ukázkové měření anatomických podrobností u konkrétních

klientů. Měření potravin. Určeno pro všechny,

kteří nemají dostatek jistoty pro práci

s přístrojem, nebo si chtějí svoje zkušenosti

zdokonalit.

Maximálně pro 40 posluchačů.

**Datum a začátek:** 15. 3. 2006 od 9,30 do 15,30

hodin (středa)

**Místo:** Praha, Táboritská 23, hotel Olšanka

**Příhlášky:** Lenka Matasová, tel.

274 781 415, e-mail: eccpraha@sendme.cz

**Cena školení:** 450,- Kč

### **17. 3. A 18. 3. 2006 KONGRESOVÝ DEN (MUDR.**

### **JOSEF JONÁŠ) GDAŇSK, POLSKO**

### **22. 3. – Praha**

#### **ZÁKLADNÍ KURZ DETOXIKAČNÍ MEDICÍNY**

#### **S ING. VLADIMÍREM JELÍNKEM**

Úvod do informační medicíny MUDr. Josefa Jonáše. Její princip, čínský pentagram, řízená detoxikace organismu.

**Datum a začátek:** 22. 3. 2006 od 9,00 do 15,00 hodin (středa)

**Místo:** Praha 3, Táboritská 23, hotel Olšanka

**Příhlášky:** Lenka Matasová, tel.

274 781 415, e-mail: eccpraha@sendme.cz

**Cena školení:** 450,- Kč

### **24. 3. 2006 PRÁCE S PŘÍSTROJEM,**

### **MUDR. J. JONÁŠ, KOŠICE, SLOVENSKO**

### **25. 3. 2006 KONGRESOVÝ DEN V KOŠICÍCH,**

### **MUDR. J. JONÁŠ A ING. V. JELÍNEK,**

### **SLOVENSKO**

### **31. 3. AŽ 1. 4. 2006 SEMINÁŘ BIRMINGHAM,**

### **VELKÁ BRITÁNIE, ING. V. JELÍNEK (VIDEO**

### **MUDR. J. JONÁŠ)**

### **6. 4. AŽ 7. 4. 2006 PRÁCE S PŘÍSTROJEM,**

### **MUDR. JOSEF JONÁŠ, BRATISLAVA,**

### **SLOVENSKO**

### **8. 4. 2006 KONGRESOVÝ DEN, BRATISLAVA,**

### **MUDR. J. JONÁŠ A ING. V. JELÍNEK,**

### **SLOVENSKO**

### **29. 4. 2006 SEMINÁŘ ING. V. JELÍNKA,**

### **VÍDEŇ, RAKOUSKO**

### **11. A 12. 5. 2006 PRÁCE S PŘÍSTROJEM,**

### **MUDR. J. JONÁŠ, BRATISLAVA, SLOVENSKO**

### **11. 5. A 12. 5. 2006 KONGRESOVÝ DEN**

### **S ING. V. JELÍNKEM, VARŠAVA, POLSKO**

### **13. 5. 2006 DEN DETOXIKACE S MUDR.**

### **JOSEFEM JONÁŠEM, SLOVENSKO**

### **20. 5. – Brno**

#### **KONGRESOVÝ DEN S MUDR. JOSEFEM**

#### **JONÁŠEM A ING. VLADIMÍREM JELÍNKEM**

**Datum a začátek:** 20. 5. 2006 od 9,30 do 17

hodin (sobota)

**Místo:** Brno, Husova 16, hotel

Internacional

**Příhlášky:** Lenka Vlčková, mobil

604 247 774, e-mail:

ecc\_lenkavlckova@quick.cz

nejpozději do 15. 5. 2006

**Cena:** 550,- Kč při platbě předem do 15. 5.

2006 na účet ECC nebo 650,- Kč na místě

### **16. AŽ 21. 7. 2006 SOUSTŘEDĚNÍ S MUDR.**

### **J. JONÁŠEM A ING. V. JELÍNKEM, ČESKO**

### **14. AŽ 17. 6. 2006 SOUSTŘEDĚNÍ NA**

### **SLOVENSKU S MUDR. J. JONÁŠEM A ING. V.**

### **JELÍNKEM**

### **18. AŽ 23. 6. 2006 SOUSTŘEDĚNÍ**

### **WAGLIKOVICE S MUDR. J. JONÁŠEM**

### **A ING. V. JELÍNKEM, POLSKO**