

# KALISIE VOŇAVÁ – VONNÁ



## ÚVOD

Když klasická medicína nezabírá...

Je mnoho různých druhů onemocnění, kdy klasická medicína, i přes veškeré vybavení, odborné vzdělání lékařů, zkušenosti prvotřídních odborníků, nebo nasazení nejdražších léků není schopna nemocného člověka vyléčit. Za příklad si vezměme diabetes mellitus. V České republice je přibližně 800 000 lidí trpících touto nemocí a asi 300 000 lidí ji mají, ale na cukrovku se neléčí. Existují dva typy cukrovky. Diabetes prvního typu může vzniknout stresem, očkováním, použitím léků, nebo také geneticky. Trpí jí asi 10 %, a to převážně děti a mládež. 90 % diabetiků má cukrovku druhého typu, postihující hlavně dospělou populaci.

Při prvním typu cukrovky beta buňky přestávají vyrábět inzulín. Při druhém typu cukrovky slinivka produkuje více inzulínu do krevního řečiště, ale inzulín se nemůže dostat do buněk, aby tak buňka pomocí tohoto inzulínu zpracovala glukózu. Tato nadbytečná glukóza, která není rozložena, se pak uloží v játrech a vyvolá v krvi vysokou hladinu cukru.

Jiný druh onemocnění, se kterým si klasická medicína neumí poradit, nebo nechce poradit, je nádorové onemocnění. U pacienta s rozvinutým nádorovým onemocněním nic nedokáže zastavit růst rakovinových buněk. Drahá cytostatika nebo ozařování dokáží sice ovlivnit nemocné buňky, ale na druhé straně poškozují i zdravé buňky. Pacient pak trpí řadou doprovodných příznaků jak zdravotních, tak psychických. Vznikají komplikace, jako je nevolnost, nechutenství, útlum krevetvorby, likvidace buněk jater, ledvin, plic, střev, žaludku, bolesti hlavy, kostí, atd.

Můžeme jmenovat další druhy onemocnění, jako je alergie, Alzheimerova, Parkinsonova, Crohnova nemoc, lupus, vitiligo, revmatoidní artritidy, psoriáza, AIDS, roztroušená skleróza, tinitus, myomy, cysty, astma, a pak například onemocnění, které stojí na žebříčku úmrtnosti na prvním místě, a to je kardiovaskulární onemocnění. Přes veškeré úspěchy a neúměrné finanční náklady, spojené s léčbou nemoci, kardiovaskulární choroby nadále přetrvávají.

A stane se možná zázrak. Z nepřeberného bohatství říše rostlin se objeví nová neznámá rostlina, která může provádět zázraky. Třeba ne sama, ale v kombinaci s jinými rostlinami, které jsme my lidé ještě neobjevili. Proto i my, obyčejní smrtelníci, můžeme vyzkoušet magickou nebo uzdravující sílu rostlin. V současné době to již není jen ženšen, ale může to být především rakytník řešetlákový, mangostan, aralie, klanopraška, či kalisie voňavá.

Je to jen na Vás, abyste vyzkoušeli domácí rostlinnou lékárnu a uzdravující sílu rostlin.

Váš astrolog  
**Emil Václav Havelka**

## PŮVOD, ROZŠÍŘENÍ, BOTANICKÁ CHARAKTERISTIKA

Kalisie je tropická vytrvalá rostlina, která je známa více jak 100 let. Vyskytuje se v tropické části Ameriky, odkud se dostala na ostrovy v Tichomoří, později až do Austrálie.

V současné době se i u nás pěstuje jako pokojová rostlina, neboť nesnáší nízké teploty (max. do 12 °C). V tropech roste ve stínu vysokých stromů. Miluje vlhké teplo. Nesmí být na přímém slunečním světle, neboť dochází ke spálení listů. Kalisie voňavá patří do čeledi jednoděložných rostlin z řádu křížatkovitých (Commelinales) z čeledi křížatkovité (Commelinaceae). Je známo asi 40 rodů a asi 652 druhů. V České republice není původní žádný druh.

Jako pokojová rostlina se u nás pěstuje *Tradescantia* pod známějším lidovým názvem Blázen. Také křížatka obecná se pěstuje jako okrasná rostlina. Listy těchto rostlin, které jsou jednoleté nebo vytrvalé, jsou stále zelené. Jsou řapíkaté, přisedlé, střídavé, někdy více tlustější s listovými pochvami. Tyčinek v květech je 6 ve dvou přeslenech, nitky tyčinek jsou často chlupaté, někdy jsou přítomny patyčinky. Plod je suchý, zpravidla tobolka, vzácně dužnatý.

## PĚSTOVÁNÍ

Kalisie voňavá je v naší zeměpisné šířce pěstována jako pokojová rostlina. Má ráda teplo a vlhko, neboť v její domovině ve Střední a Jižní Americe roste v tropických a subtropických pralesích. V létě ji zaléváme každý den, v zimě maximálně třikrát týdně. Nejvhodnější teplota pro pěstování je kolem 27 °C, v zimě by neměla klesnout pod 12 °C. Vzdušná vlhkost je nejvhodnější kolem 60 %. Po uplynutí nočních mrazíků lze kalisii již pěstovat venku až do podzimu, do příchodu prvních mrazíků.

Kalisie se velmi dobře rozmnožuje pomocí horizontálních výhonků. Z tohoto výhonku se oddělí vrcholová listová růžice se dvěma kolínky a dá se zakořenit přímo do hlíny, nebo raději do vody. Pokud poprášíte konec odlomeného výhonku rozdrcenou chaluhou, o to rychleji vám kalisie zakoření. Je to stejné rozmnožování, jako když rozmnožujete *Tradescantia* (známou i pod jmény poděnka, voděnka, blázen). Nejlepší období pro namnožení nových rostlin je březen a duben. Rostlinu hnojíme jedenkrát týdně. Nejlepší hnojivo na českém trhu je symbivit. Je to přípravek, který obsahuje prospěšné mykorrhizní houby. Kalisii zasadte po zakořenění do většího květináče, do kterého namícháte směs kvalitního kompostu s 30 % písku.

---

### 5 KALISIE VOŇAVÁ

## CHEMICKÉ SLOŽENÍ

Hlavními obsahovými látkami této rostliny jsou flavonoidy, a to kemferol a kvercetin. Dalšími účinnými látkami jsou fytoosteroly, gamalinolenová kyselina, alkaloidy, glykosidy, polysacharidy, vitaminy řady B, vitamin C a PP. Z minerálních látek pak bór, měď, selen, a hlavně železo.

## VITAMINY A MINERÁLY

Vitaminy a minerály jsou potřebné pro zdraví a jsou tedy nezbytnou součástí zdravé výživy. Vitaminy dělíme do dvou skupin: vitaminy rozpustné ve vodě a vitaminy rozpustné v tucích. Vitaminy rozpustné ve vodě jsou např. B1, B2, B6, B12, vitamin C, kyselina listová, niacin, kyselina pantotenová. K vitamínům rozpustným v tucích patří například vitaminy A, D, E, K. Také známe tzv. provitaminy, látky, které se v těle mohou přeměnit na vitaminy - nejznámějším je beta-karoten, z něhož v organismu vzniká vitamin A.

Minerály dělíme do čtyř skupin:

makroprvky - sodík, draslík, vápník, hořčík, fosfor, chlor a síra

mikroprvky (stopové prvky) - železo, měď, zinek, mangan, křemík a lithium

ultra stopové prvky - kobalt, molybden, jod, fluor, selen, nikl, chrom a vanad

toxické prvky - hliník, olovo, kadmium, rtuť, arzen, antimon, baryum, bismut, berylium, telur a thalium

## Přehled minerálů a jejich působení na lidský organismus

Minerály jsou stejně důležité pro život jako vitaminy.

Železo - je součástí červeného krevního barviva, nedostatek se projeví chudokrevností. Železo je významný prvek při dospívání, podporuje růst, zvyšuje obranyschopnost, pomáhá při soustředění, vyčerpání, únavě nebo závratích. Velmi důležitý prvek pro ženy v jejich menstruačním cyklu.

Bor - tento prvek se hromadí v kostech, ledvinách a mozku. Snižuje ztráty vápníku a stimuluje růst.

Měď - je nezbytná pro celou řadu procesů v organismu, hlavně u enzymů, které pak působí jako antioxidant a tedy chrání tělo a orgány proti vzniku rakoviny. Má také výrazný vliv proti všem zánětům, napomáhá při tvorbě krevního barviva a vlasového a kožního pigmentu. Pomáhá tlumit bolestivost při artritidě.

Nikl - podporuje působení železa v našem těle. Je to protistresový prvek, zlepšuje funkci inzulínu a krevetvorby.



## Přehled vitaminů a jejich působení na lidský organizmus

**Vitamin C** - patří mezi nejznámější a nejrozšířenější, je rozpustný ve vodě. Zvyšuje obranyschopnost organismu, odbourává škodlivý cholesterol, snižuje výskyt srdečních onemocnění. Eliminuje vedlejší účinky při dlouhodobém užívání léků, chrání tělo proti vzniku rakoviny, má vliv na rychlé hojení pooperačních ran, pomáhá předcházet alergiím všeho druhu, příznivě působí při léčbě zeleného a šedého zákalu, dále čistí organismus a působí proti ukládání balastních látek, zlepšuje paměť, soustředění, postřeh, ovlivňuje stav všech tkání, kostí, šlach a vlasů. Působí také na činnost štítné žlázy, na zlepšení stavu krve při chudokrevnosti, proti stresům, depresím, tlumí bolesti všeho druhu, působí příznivě proti vzniku křečových žil a vzniku hemoroidů. Léčí krvácející dásně, odstraňuje pocit únavy.

**Vitamin F** - nenasycené mastné kyseliny se nazývají také vitamin F. Nejsou vitaminy v pravém slova smyslu, ale plní řadu velmi důležitých funkcí v těle. Patří mezi ně *kyselina alfa linolenová, kyselina gama linolenová, kyselina linolová, kyseliny arachidová, arachidonová, dekosahexaenová (DHA) a eikosapentaenová (EPA)*.

Tyto kyseliny zlepšují stav závažných onemocnění, například i roztroušené sklerózy. Jsou základem prostaglandinů, napomáhají hubnutí, udržují správnou funkci nervové soustavy, pomáhají odstranit problémy po mozkové mrtvici, snižují předmenstruační potíže, zlepšují stav kůže, pomáhají při astmatu a šedém zákalu. Zlepšují stav pleti a stavy při chronickém únavovém syndromu.

**Vitamin B** - známe pod názvem vitamin B komplex, jako skupinu vitaminů. Také jsou známe podle názvů - **Thiamin (B1), Riboflavin (B2), Niacin (B3), kyselina listová (B4), kyselina pantothenová (B5), Pyridoxin (B7), Cholin (B8), Inositol (B9), Kobalamin (B12), kyselina lipoová (B13), kyselina pangamová (B15), vitamin L (PABA)**.

**Vitamin B1** - je rozpustný ve vodě a podílí se v těle na metabolismu sacharidů, má příznivý vliv na nervový systém, a proto zlepšuje psychickou výkonnost. Je nezbytný pro zlepšení a zachování paměti, zlepšuje pozornost, zlepšuje paměť u nemocných s Alzheimerovou chorobou, napomáhá správné činnosti srdce, pomáhá při cévních a žilních onemocněních, zmírňuje bolesti, odstraňuje křeče a brnění v dolních končetinách, je účinný při nemoci z cestování a mořské nemoci, působí příznivě při hojení pooperačních ran i ostatních poranění, zlepšuje trávení a činnost jater, zamezuje vzniku rakoviny prostaty, je důležitý pro krvetvorbu, navozuje spánek.

**Vitamin B2** - riboflavin, je hnací silou našeho života, neboť slouží k produkci energie z bílkovin, tuků a sacharidů. Napomáhá k odstranění bolestí hlavy, zvyšuje výkonnost, zlepšuje kožní problémy, odstraňuje vrásky, podporuje tvorbu nových buněk, pomáhá léčit chudokrevnost, syndrom karpálního tunelu, odstraňuje chuť na sladkosti, pomáhá léčit opary, štítnou žlázu. Zvyšuje schopnost k oplodnění, zlepšuje funkci jater, doporučuje se při léčbě Alzheimerovy choroby, epilepsie, roztroušené sklerózy, stresu, únavového syndromu a maniodepresivních stavů. Také přeměňuje vitamin B6 pro jeho dobrou funkci.

#### **Vitamin B5** - kyselina pantothenová

Tato kyselina se účastní tvorby enzymů, zvyšuje obranyschopnost organismu, zvyšuje plodnost, odstraňuje křeče v nohách, napomáhá odstraňování škodlivého cholesterolu, působí proti alergiím a kožním problémům, zlepšuje hojení ran, zlepšuje nedostatečnou činnost střev a trávení, odstraňuje bolesti hlavy, někdy se jí říká také antistresový vitamin i vitamin krásy.

**Vitamin E** patří mezi látky, které nazýváme tokoferoly. V přírodě se nachází v osmi formách, z nich nejúčinnější se nazývá tokoferol. Tento vitamin výrazně posiluje činnost pohlavních orgánů, oddaluje období přechodu u žen, zmírňuje problémy při menstruaci, zabraňuje opakovaným potratům, zvyšuje obranyschopnost organismu, snižuje práh bolestivosti, působí proti revmatickým bolestem, onemocnění ledvin, má i léčebné účinky při léčbě Parkinsonovy a Alzheimerovy choroby, čistí játra, působí při léčbě lupenky, dermatóz, herpes, bércových vředů, pomáhá léčit spáleniny, omlazuje kůži a léčí akné, působí na odstranění otoků a plísní na nohách.

**Vitamin K** - je rozpustný v tucích a vyskytuje se ve třech formách. Nazývá se také menadiol a fytonadiol. Působí preventivně proti vnitřnímu krvácení, snižuje riziko zlomenin, hlavně u starších žen s osteoporózou, odstraňuje nevolnosti v těhotenství a silné menstruační krvácení, zlepšuje činnost ledvin, je účinný při léčbě žaludečních vředů, zajišťuje vývin zdravých zubů, je nezbytný pro tvorbu bílkovin a v prevenci proti vzniku rakoviny, podporuje činnost srdce. Odstraňuje modřiny, krvácivost z nosu, krvácení do tkání a únavový syndrom.

#### **Flavonoidy** - bioflavonoidy, či vitamin P

Z množství bioflavonoidů například kvercetin - má antioxidační a protialergický účinek, zpevňuje membrány buněk, působí na průchodnost kapilár a vlásečnice. Napomáhá při léčbě zánětů, artritid, bronchiálního astma, kožních alergií, mykózních a kardiovaskulárních onemocnění, zlepšuje sexuální výkonnost mužů, zpomaluje stárnutí mozkových buněk.



**Kemferol** - působí jako tonikum, posiluje kapiláry, zlepšuje činnost ledvin, močových cest, napomáhá odstraňovat toxické látky a mírní sklon ke krvácivosti.

**Steroidy** - mají význam jako biologická ochrana. Přispívají k brzké obnově svalové tkáně, doplňují energii buněčné tkáni.

## LÉČEBNÉ ÚČINKY

V posledních dvaceti letech minulého století začal intenzivní výzkum léčivých vlastností Kalisie vonné hlavně v bývalém Sovětském svazu, a později také v Americe v oblasti vojenského využití. Z hlediska léčivých vlastností je možno napsat, že je to přírodní lékárna, kterou by si každá domácnost měla pěstovat pro její široké spektrum použití.

Léčivé účinky má celá rostlina. K léčení se však používají nejčastěji listy a horizontální oddenky. Nejvíce účinných látek má rostlina, která má devět kolínek v horizontálním oddenku.

Jako biogenní stimulátor pak působí listy i oddenky, pokud je po utržení od mateřské rostliny dáme do ledničky (ne do mrazáku). U oddenku je to po dobu 14 dnů, u listů minimálně 4 dny.

Kalisie je rostlinný biogenní stimulátor, ale efektivně také léčí mnohá onemocnění. Obsahové látky v rostlině jsou velmi koncentrované (především hlavní stvol), a proto je nutné dodržovat přesné dávkování. Před použitím je vhodná porada s lékařem. Při přesném dodržení léčebných dávek se neobjevují žádné vedlejší nežádoucí účinky.

Kalisie je silný antioxidant, diuretikum a spasmolytikum. Používá se při různých typech alergií, při zvýšené lomivosti kapilár, při zánětlivém onemocnění ledvin, některých kardiovaskulárních a infekčních onemocněních. Vylučuje toxické látky z organismu, léčí narušenou činnost močového měchýře, žaludeční a dvanáctíkové vředy, působí žlučopudně, léčí onemocnění prostaty, má silný protirakovinový účinek, neboť brzdí nárůst rakovinových buněk. Velmi dobrých výsledků dosahuje při likvidaci myomů, cyst, také u rakoviny ženských pohlavních orgánů, dělohy, vaječnicků, prsu, plic, štítné žlázy, žaludku a konečníku. Používá se k léčbě očních a infekčních onemocnění, dermatóz, má antibakteriální a protisklerotický účinek. Pomáhá u chorob sleziny, při bronchiálním astmatu a u plicních chorob. Hojí rány, spáleniny a zranění. Působí rychle proti bolesti hlavy, při vředech v nose nebo konečníku.

Spolu s rakytníkem řešetlákovým (*Hippophaë rhamnoides*) nebo mangostanem (*Garcinia mangostana*, mangosteen) vytváří elixír zdraví proti všem druhům nemocí, hlavně však chrání naše zdraví proti rakovině všeho druhu.

## POUŽITÍ KALISIE - VŠEOBECNĚ

Z kalisie můžeme připravovat různé druhy výrobků k dalšímu použití.

### **Balzám**

Do skleněné nádoby nalít 40 ml olivového oleje a 30 ml lihového výluhu (minimálně z 20 kolínek), nádobu uzavřeme a 7 minut prudce třepeme, aby se obě složky dostatečně spojily. Pak natíráme (např. lymfatické uzliny, nebo při astmatu hrudník i záda).

### **Odvar - všeobecně**

Jeden velký list kalisie dáme do skleněné nebo smaltované nádoby a zalijeme litrem studené vody. Vaříme pak na mírném ohni minimálně 15 minut, přecedíme a uložíme v chladnu. Odvar používáme například při kašli, artritidách, diabetu, bolesti zubů apod.

### **Lihový výluh**

Utrhneme z kalisie boční oddenek, který má nejméně 9 kolínek, potřebný kousek (podle počtu kolínek, která potřebujeme na recept) mírně rozmačkáme, rozkrájíme na kolínkové části. Podle žádané síly výluhu pak dáme správný počet kousků s kolínky (2, 5, 10, 20, 40, 50) do 1 litru vodky, lihu, alkoholu 40% až 70%. Necháme naloženo na tmavém místě po dobu 14 dní, pak přecedíme a uskladníme výluh na tmavém místě dobře uzavřený. Používáme podle návodů.

### **Čerstvá šťáva**

Utržený list umyjeme ve studené vodě, nařezeme na kousky široké asi 3 cm a pomeleme v mlýnku na maso (více listů) nebo rozsekáme v mixéru. Přecedíme přes nekovové sítko a čerstvou šťávu používáme, např. na zábaly, při rakovině kůže, i jako rány hojící prostředek.

### **Stimulující šťáva**

Utržené listy dáme do polyetylenového sáčku po jednom a necháme v chladničce při teplotě 2 až 4 °C až 14 dní. Pak listy umyjeme, rozdrtíme a dáme do 0,75 litru studené vody. Necháme vyluhovat 10 hodin, přecedíme. Takto upravenou vodu používáme například k potírání při akné.

### **Mast**

Před výrobou masti si připravíme umyté listy, oddenky, nebo i celé rostliny. Jako základ můžeme použít dětský krém, nesolené vnitřní vepřové sádlo, africkou mast, mumio mast atd. Kalisii rožemeleme nebo rozmixujeme a vzniklou kaši



mícháme v poměru 2 díly kalisie a 3 díly základu. Nebo použijeme čistou šťávu v poměru 1 díl šťávy z kalisie a 3 díly základu.

### **Olej**

Oddenky kalisie pomeleme nebo rozmixujeme a zalijeme olivovým či jiným olejem v poměru 1 díl kalisie a 2 díly oleje. Dáme v nádobě na plotnu a při teplotě 30 - 40 °C zahříváme 8 až 10 hodin. Používáme například při bolestech kloubů, revmatizmu, kožních a jiných problémech.

### **Prášek**

Omyjeme listy, oddenky, popřípadě i stvol rostliny a necháme sušit na slunci, popřípadě v domácí sušičce při teplotě maximálně 55 °C.

### **Jiné použití**

Listy kalisie i oddenky můžeme žvýkat i syrové, ale vždy řádně umyté alespoň studenou vodou. Maximálně však třikrát denně. Jiné způsoby použití jsou popsány v recepturách.

Pro snadnější orientaci čtenářům předkládám rámcové použití kalisie:

Abscesy a furunkly

Adenom prostaty

Alergie

Alkoholová závislost

Alzheimerova nemoc, Parkinsonova choroba, roztroušená skleróza

Anemie

Artritida

Artróza

Arytmie

Astma

Avitaminoza

Bakteriální a virová onemocnění

Bolesti hlavy, migrény

Bolesti kloubů, páteře, osteochondróza

Bolesti páteře, kloubů, kostí, sedacího nervu, kyčelních kloubů

Bolesti uší, zánět nosní mandle

Bolesti zubů

Bradavice

Celkový pocit pohody

Crohnova choroba, regulace průjmů, zácpy, kolitida

Cysty v prsou, varleti, otoky

Diabetes mellitus - cukrovka  
Hojení ran a spálenin  
Kašel, bolesti v krku, angíny  
Konečník, lymfatické cesty  
Kožní potíže, lymfatické cesty  
Kuřácká závislost  
Ledvinové kameny, písek  
Mykotická onemocnění  
Omlazování buněk a zpomalování stárnutí  
Ostruhy  
Pálení žáhy, zácpa  
Podpora srdce, cévního a žilního systému, profylaxe aterosklerózy, snížení vysokého tlaku, syndrom chronické únavy  
Polypy v nose, vředy  
Polypy ve střevech, ve žlučníku  
Rakovina všech druhů  
Slinivka - pankreatitida, záněty žaludku, dvanáctníku, sleziny  
Štítná žláza, endokrinní systém  
Vysoké horečky, alergie  
Zánět dásní, bolesti zubů  
Zánět průdušek  
Žlučnickové kameny

## RECEPTY A PŘEHLED POUŽITÍ

### **Abscesy a furunkly**

Použijeme celé listy a také kaši připravenou rozdrčením listů kalisie. Při dlouhotrvajících potížích (pokud nechtějí prasknout) doporučuji pít odvar z listů jako doplňující léčbu. Pokud kůže kolem abscesu nebo furunklu začne červenat a začne se zvyšovat horečka nad 38 °C, doporučuji obrátit se na lékaře, neboť hrozí zánět lymfatických cest.

Na kůži v místě abscesů nebo furunklů dáváme studené listy kalisie ne menší než 20 cm na délku, které jsme předem opláchli ve vařící vodě, abychom zničili plísně a bakterie, můžeme i kaši z listů. Při dlouhotrvajících problémech pak současně užíváme lihový výluh připravený z 20 kolínek, a to 3x denně 40 minut před jídlem po dobu 7 dní a po sedmidenní přestávce pak opakujeme.

### **Adenom prostaty**

Použijeme odvar listí ořešáku a kalisie. Dát 1 polévkovou lžící rozdrčeného ořechového listí a půl listu kalisie do 2 dl vody, vařit na mírném ohni 15 minut,

pak procedit. Užívat 2 čajové lžičky 3x denně do 30 minut před jídlem, a to 14 dní. Následuje tříměsíční přestávka. Po dobu přestávky užívat odvar z kořene lopuchu (vařit kořen lopuchu, po 5 minutách přidat list kalisie, vyluhovat půl hodiny), a to 3x denně polévkovou lžící 30 minut před jídlem. Jiný postup užívání: 1 polévkovou lžící rozemletého kořene lopuchu dát do horké vody a na mírném ohni vařit 30 minut, ochladit (vyluhovat) a pak přecedit. Do hotového odvaru přidat čajovou lžičku šťávy z listů kalisie. Pít 3x denně 20 minut před jídlem kávovou lžičku. Užívat 2 týdny.

Naprostý zákaz mléčných výrobků, mléka, vajíček, jakéhokoli alkoholu, ostrých pálivých produktů, jakýchkoliv konzervovaných pokrmů.

### **Alergie**

Užíváme nejprve po dobu sedmi dní 3x denně 1 čajovou lžičku odvaru z kalisie hodinu před jídlem. Po sedmi dnech přestávky pak užíváme jen 2x denně 1 čajovou lžičku odvaru. Při alergické rýmě provádíme inhalaci: vaříme 1 kávovou lžičku sušených listů kalisie a inhalujeme 2 až 3 minuty. Při bolestech nosu pak vtíráme čerstvou šťávu nebo olej z kalisie do nosu.

Při jakémkoli druhu alergie nedoporučuji konzumaci mléka, mléčných výrobků, uzenin, čokolády, kupovaných kuřat, ostrých jídel, pomerančů, kiwi.

Možno také: Rozmělnit listy i stvol kalisie. Jednu polévkovou lžící pak zalít půl litrem vařící vody, na mírném ohni vařit 10 až 15 minut, nechat vyluhovat při pokojové teplotě 2 hodiny. Užívat denně 1 čajovou lžičku 1 hodinu po jídle. Délka léčby 7 dní, pak přestávka 5 dní. Pokud potíže přetrvávají, pak pokračovat. Pokud při použití odvaru se objeví alergická reakce, přestaneme kalisii používat.

### **Alkoholová závislost**

Po dobu 21 dní se pije vodní výluh, pak po pětidenní přestávce se 21 dní pije vodní odvar, následuje zase pětidenní přestávka.

Odvar užívat 3x denně 1 polévkovou lžící hodinu před jídlem, vodní výluh užívat 3x denně 1 čajovou lžičku 40 minut po jídle. Při bolesti hlavy nebo při abstáku doporučuji vanovou koupel s mátou a kalisí.

Nebo: 1 list kalisie rozmělnit a zalít 1 litrem vařící vody a nechat vyluhovat 12 hodin (např. v termosce). Pít 3x denně 1 kávovou lžičku 30 minut před jídlem. Délka léčby 1 až 2 měsíce. Potom přestávka 10 dní. Pokud závislost dále trvá, pak pokračovat.

### **Alzheimerova choroba, Parkinsonova choroba, roztroušená skleróza**

Dlouhodobé používání lihového výtažku z kalisie voňavé vede k zastavení těchto onemocnění. 3x denně 1 kávová lžička před jídlem po dobu 10 dní, pak udělat přestávku 7 dní. Tyto cykly opakovat po dobu minimálně 5 měsíců.



Příprava: 40 kolínkových částí oddenků dáme do 1 litru slivovice nebo lihu 52%, necháme stát ve tmě 10 dní, pak používáme dle návodu.

### **Anemie**

Užíváme 7 dní 1 čajovou lžičku lihového extraktu 30 minut před jídlem. Pokud se stav nezlepší, opakujeme po sedmidenní přestávce.

Nebo: List kalisie rozmělnit a dát do termosky. Zalít jedním litrem vařící vody a nechat vyluhovat 12 hodin. Pak scedit a pít 1 čajovou lžičku 3x denně před jídlem. Léčby trvá minimálně 15 dní, pak přestávka 7 dní. Můžeme pokračovat do vymizení potíží.

### **Artritida**

Dáme 40 kolínkových částí oddenků kalisie do půl litru vodky nebo slivovice a necháme vyluhovat na tmném místě 20 dní, scedíme. Bolestivá místa natírat tímto výluhem/tinkturou, přikládat obkladový náčinek z rakytníkové kůry nasycené tinkturou na 1,5 hodiny před spaním. Nebo užívat tuto tinkturu 7 dní 1x denně čajovou lžičku hodinu před jídlem, opakovat po desetidenní přestávce. Provádět proceduru celkem jeden měsíc.

### **Arytmie**

Rozdrtíme 3 omyté listy kalisie a vytlačíme z nich šťávu, kterou smícháme s 300 g medu a 2 polévkovými lžícemi šťávy z citronu nebo 1 polévkovou lžící šťávy z Rakytníku. Tuto kombinaci užíváme 10 dní 2x denně 40 minut před jídlem.

### **Astma**

Rozdrtíme 40 kolínek bez listů a zalijeme 1,5 litrem vodky nebo slivovice (hruškovice). Ponecháme 10 dní ve tmě luhovat. Užívá se jedna kávová lžička 40 minut před jídlem 10 dní. Poté je přestávka 10 dní a opět dalších 10 dní užívat 1 kávovou lžičku. Nesmí se zapíjet vodou ani užívat při jídle. Cyklus 5x opakovat.

### **Avitaminóza**

Rozmělnit listy i stvol kalisie (cca polévkovou lžící) a zalít 1 litrem horké vody, 15 až 20 minut mírně vařit na mírném ohni. Pak nechat vyluhovat při pokojové teplotě. 2x až 3x denně užívat čajovou lžičku před jídlem po dobu 10 dní. Pak přestávka 5 dní, opakovat 2x, hlavně před zimním obdobím a na jaře.

### **Bakteriální a virová onemocnění**

Dva velké listy kalisie voňavé utrháme a dáme do ledničky na dobu 4 dnů. Pak listy rozdrtíme a dáme do 1,5 litru teplé vody, vaříme 15 minut. Zabalíme do deky a necháme luhovat do příštího dne. Odvar pak používáme teplý 3x denně

40 minut před jídlem teplý, a to 0,5 dl po 10 dní. Zároveň natíráme dlaně rukou, plošky nohou a oblasti bolesti (hrudník, podbřišek, hrdlo) lihovým extraktem, který připravíme z 15 kolínek oddenku kalisie v 52% lihu nebo slivovici.

#### **Bolesti hlavy, migrény**

List kalisie voňavé pomalu rozžvýkáme, maximálně 3x denně.

#### **Bolesti kloubů, páteře, osteochondróza**

Natrháme 15 kolínek, která dáme na 14 dní do ledničky. Pak vyndáme, podrtíme a dáme do slivovice nebo 40 - 70% lihu, necháme vyluhovat v lihu minimálně 7 dní. Natíráme bolestivé klouby 3x denně do ustoupení potíží.

#### **Bolesti páteře, kloubů, kostí, sedacího nervu, kyčelních kloubů**

40 kolínek mírně rozdrťme a dáme do 0,5 litru slivovice (vodky, 40 - 52%) a dáme do tmavé místnosti. Necháme vyluhovat 20 dní, pak přecedíme a užíváme 3x denně kávovou lžičku 20 minut před snídaní. Také potíráme bolestivá místa 3x denně, masírujeme minimálně 3 minuty. Používáme do ústupu bolesti.

#### **Bolesti uší, zánět nosní mandle**

Při bolesti uší nebo zánětu rozdrťme jeden list a šťávu zachytíme do vatičky, kterou pak dáme do uší na dobu maximálně 4 hodin (opakujeme po dobu jednoho týdne). Zároveň pijeme 3x denně 40 minut před jídlem odvar z listů.

#### **Bolesti zubů**

Použijeme několik kapek lihového výluhu do teplé vody s rozvařenou solí (1 kávovou lžičku soli rozpustíme do polévkové lžice vody).

#### **Bradavice**

Ráno a večer natírat bradavice čerstvou šťávou z listů kalisie. Listy musí být delší než 20 cm.

Nebo: List kalisie rozdrťme, kaši z listů smícháme s malým množstvím vazeliny nebo sádla (nesoleného) nebo s dětským krémem. Několikrát denně pak natíráme na dobu 2 hodin.

#### **Celkový pocit pohody**

Denně pijeme odvar z kalisie voňavé, který si připravíme ze 2 velkých listů, které po utrnutí dáme do ledničky na dobu minimálně 4 dnů. Pak listy rozdrťme a vaříme na mírném ohni v 1,5 litru teplé vody 15 minut. Pijeme druhý den 2x denně, ráno a večer 40 minut před jídlem, a to 0,5 dl.

### **Crohnova choroba, regulace průjmů, zácpy, kolitida**

Dva velké listy dáme na 4 dny do ledničky. Poté listy rozdrtíme a dáme do 1 litru teplé vody. Vaříme na mírném ohni 20 minut. Odvar uložíme do deky a necháme luhovat jeden den. Pak používáme, 4xdenně 40 minut před jídlem po dobu 7 dní. Sedm dní pak uděláme přestávku. Celý cyklus opakujeme minimálně do ustoupení potíží.

### **Cysty v prsou, varleti, otoky**

Na postižené místo v prsu nebo varleti nebo na otok se přikládá obklad z rozdrcených listů kalisie (možno použít i odvar z listů) a současně se připraví extrakt z 15 kolínek, která se vyluhují na tmavém místě v 0,5 litru slivovice nebo vodky. Užívat 3x denně 1 kávovou lžičku 20 minut před jídlem a 3x denně ještě žvýkat oddenek (1 kolínko), pak vyplivnout.

### **Diabetes mellitus – cukrovka**

Dva spodní listy utrheme a dáme na 4 dny do ledničky. Po 4 dnech listy vyndáme a rozmělníme. Zalijeme 1,5 litru teplé vody a 15 minut vaříme ve smaltované nebo skleněné nádobě. Pak odstavíme a zabalíme do deky k pomalému vychladnutí. Druhý den po uvaření pijeme teplé 0,5 decilitru 40 minut před jídlem třikrát denně. Odvar může být uchován v teplé místnosti přikrytý. Používá se 10 dní, pak 14 dní přestávka. Používat do doby snížení úrovně glykemie na 5-6 mmol/l.

### **Hojení ran**

Modřiny, bodné, sečné rány, otlaky, proleženiny, křečové žíly – 3x denně natírat místa lihovým extraktem z 20 kolínek nebo mastí z kalisie po dobu do vymizení potíží.

### **Kašel, bolesti v krku, angíny**

Po dobu potíží žvýkat malý kousek listu 3x denně, vyžvýkaný list vyplivnout.

### **Konečník, lymfatické cesty**

Při píštělích, hemoroidech, svědění konečníku apod. se osvědčilo natírat konečník 3x denně odvarem z listů kalisie voňavé. Dva velké listy dáme na 4 dny do ledničky, po 4 dnech listy rozdrtíme a dáme do 1 litru teplé vody. Vaříme 15 minut. Pak zabalíme do deky a necháme den vyluhovat. Natíráme 3x až 5x denně konečník. Přibližně u 30 % pacientů se osvědčilo používání masti do konečníku na noc. Oba způsoby léčby jsou možné.



### **Kožní potíže, křečové žíly, otoky kloubů, bérkové vředy, pooperační jizvy**

Jeden díl šťávy vylisované z listů a oddenků kalisie se smísí se třemi díly lanolinu nebo třemi díly rakytníkové masti. Pokud chceme zesílit účinek takto vyrobené masti, dáváme 1 díl rakytníkového oleje, 1 díl šťávy z kalisie, 1 díl šišáku bajkalského, 1 díl kaštanu koňského, 1 díl měsíčkové masti a 1 díl mumio masti. Pokud smícháme všechny masti dohromady, máme jeden z velmi účinných prostředků na odstranění kožních potíží. Někdy se používá 1 díl šťávy a 3 díly medu.

### **Kuřácká závislost**

2 listy větší než 20 cm na délku dát do ledničky na dobu 4 dnů. Pak mírně rozdrtit a dát do 1,5 litru vody. Vařit na mírném ohni 15 minut, zabalit do deky a nechat luhovat. Druhý den začít s léčbou. Pít 3x denně 0,5 dl teplého odvaru 40 minut před jídlem po dobu 2 měsíců. Pak přestávka 14 dní a opět pít 2 měsíce.

### **Ledvinové kameny, písek**

Po dobu 30 dní žvýkat oddenek o délce 3 cm. Pak přestávka týden a opět žvýkat oddenek pomalu a pořádně proslinit. Pokud nenastane alergická reakce, lze pak žvýkat oddenek do odstranění potíží. Rozžvýkaný oddenek vyplivnout.

### **Mykotická onemocnění**

Natíráme zasaženou oblast lihovým extraktem z kalisie 3x až 5x denně po dobu 10 dní, pak 5 dní přestávka a opět pokračujeme natíráním do vymizení potíží. Až 15 kolínek kalisie dáme do 52% lihu nebo slivovice či vodky, necháme luhovat minimálně 7 dní v tmavé místnosti, pak natíráme.

### **Omlazování buněk a zpomalování stárnutí**

Dva velké spodní listy kalisie utrhneme, dáme na 4 dny do ledničky. Po 4 dnech listy rozdrtíme a dáme do 1,5 litru teplé vody, vaříme 15 minut. Necháme zabalené v dece 1 den, aby došlo k dokonalému vyluhování biologicky aktivních látek. Pak používáme celoročně v pravidelných 10denních cyklech. Stačí pít 1x denně 0,5 dl teplého odvaru 40 minut před snídaní po dobu 10 dní, pak 14 dní odpočinek a opět celý cyklus opakujeme.

### **Ostruhy**

Natíráme paty na noc 15 dní lihovým extraktem z 15 kolínek naložených v 1 litru slivovice, do vymizení potíží.

### **Pálení žáhy, zácpa**

Po dobu potíží žvýkat oddenek o velikosti 3 cm.

**Podpora srdce, cévního a žilního systému, profylaxe aterosklerózy, snížení vysokého tlaku, syndrom chronické únavy**

15 kolínek dát do 0,5 l minimálně 50% lihu nebo slivovice a nechat vyluhovat 12 dní na tmavém místě. Jednou denně 40 minut před jídlem dáme do 1 dl teplého čaje 15 kapek extraktu – po dobu 30 dní. Pak 5 dní přestávku a opět opakovat.

**Polypy v nose, vředy**

3x denně vytírat nos šťávou z listu kalisie.

**Polypy ve střevech, ve žlučníku**

Nařezat 50 kolínek a naložit je do 0,5 litru vodky (slivovice) na dobu 10 dní. Pak procedit a ráno 40 minut před jídlem nakapat 10 kapek extraktu do 30 ml teplé vody, vypít. Večer pak 40 minut před jídlem vypít stejné množství extraktu a vody. Další den zvyšujeme počet kapek až do 35 kapek extraktu. Potom dávkování extraktu zase budeme snižovat na výchozí dávku 10 kapek extraktu. Po první kúře je týden přestávka, též po druhé kúře. Při třetí kúře zvyšujeme podávání extraktu na 3x denně 40 minut před jídlem. Po třetí a dalších kúrách jsou přestávky 10denní. Doporučuje se celkem 5 kúr (asi 8 měsíců).

**Rakovina**

Z oddenků, které mají více než 9 kolínek, se dá do 0,5 l vodky nebo slivovice 20 kolínek. Ponechá se 14 dní luhovat. Po 14 dnech se započne s užíváním, a to 3x 10 kapek první den. Druhý den 3x11 kapek, třetí den 3x12 kapek. Pokračuje se dále s přidáváním 1 kapky, až se hodnota dostane na 3x 40 kapek denně. Potom se začne zase odebírat počet kapek, až dostaneme hodnotu 3x 10 kapek. Potom nastane přerušování léčby na dobu 10 dní. Celý cyklus se opakuje 3x po sobě s desetidenními přestávkami. Při rakovině kůže nebo při otevřených ranách, píštělích a vředech se doporučuje přikládat listy kalisie, ale ne dlouhodobě - maximálně dva dny. Nejlépe lze napomoci zacelení porušené kůže, když rozředíme vymačkanou šťávu z oddenků vařící vodou v poměru 1:5 a po vychladnutí přikládáme na rány.

**Slinivka – pankreatitida, záněty žaludku, dvanáctníku, sleziny**

Dva větší listy se uloží na 3 dny do ledničky. Po třech dnech listy jemně rozdrtíme a zalejeme 1,5 litrem teplé vody. Vaříme 15 minut. Po 15 minutách odstavíme a dáme vychladnout do deky. Pije se 40 minut před jídlem 3x denně 0,5 dl, po dobu 10 dní. Poté je přestávka 14 dní. Cyklus 5x opakovat.

### **Štítná žláza**

Odvar z kalisie voňavé upravuje funkci štítné žlázy, jak hypofunkci tak hyperfunkci.

Dva velké lístky kalisie voňavé dáme do ledničky na 4 dny. Pak je rozdrtíme a dáme do 1 litru teplé vody. Vaříme na mírném ohni 20 minut. Zabalíme do deky a necháme celý den vyluhovat. Pijeme 3x denně 0,5 dl 40 minut před jídlem, teplé. Na noc uděláme obklad na hrdlo. Vše děláme 25 dní, pak 5 dní přestávka a opakujeme 3x po sobě.

### **Vysoké horečky, alergie**

Natírat hrudník na noc výluhem z kalisie, připraveným dle popisu v části „Diabetes“. Užívat výluh 3x denně 1 kávovou lžičku. Natírat výluhem lymfatické cesty, uzliny, ruce, chodidla, kolenní a loketní jamky, kompresní obvaz na čelo – 3krát denně.

### **Zánět dásní, bolesti zubů**

Rozmělnit 40 kolínek kalisie bez listů a zalít 1,5 l vodky nebo slivovice, ponechat 9 dnů v temnu. Dásně se natírají 3x až 5x denně, popřípadě lze i žvýkat oddenky po malých kouskách 3x denně.

### **Zánět průdušek**

20 oddenků zalít polovinou litru převařené vody, nechat vyluhovat minimálně 10 hodin, přecedit a přidat dle chuti med. Pít 3x denně 1 polévkovou lžící 20 minut před jídlem. Doba léčby minimálně 14 dní, pak přestávka 5 dní.

### **Žlučnickové kameny**

1x denně vypít 1 kávovou lžičku odvaru kalisie z listů se 3 kávovými lžičkami černé ředkve. Pro oslabení bolesti pít odvar z listu kalisie 3x denně půl hodiny před jídlem.

**Tyto recepty a tato kniha nenahrazuje lékařskou péči. Doporučuji vždy konzultaci s lékařem.**

### **Důležité upozornění:**

Vždy používáme listy i oddenky kalisie voňavé ze starších rostlin, které mají nejméně 9 kolínek. Lihové extrakty nebo vodní odvary z mladších rostlin nemají dostatek biologicky aktivních látek. Listy vaříme vždy ve skleněných nebo smaltovaných nádobách. Pojem kolínko nebo kolínková část označuje kus oddenku s kolínkem (není potřeba oddenek od kolínek odstraňovat, použijeme oddenek nakrájený na kousky s kolínky).

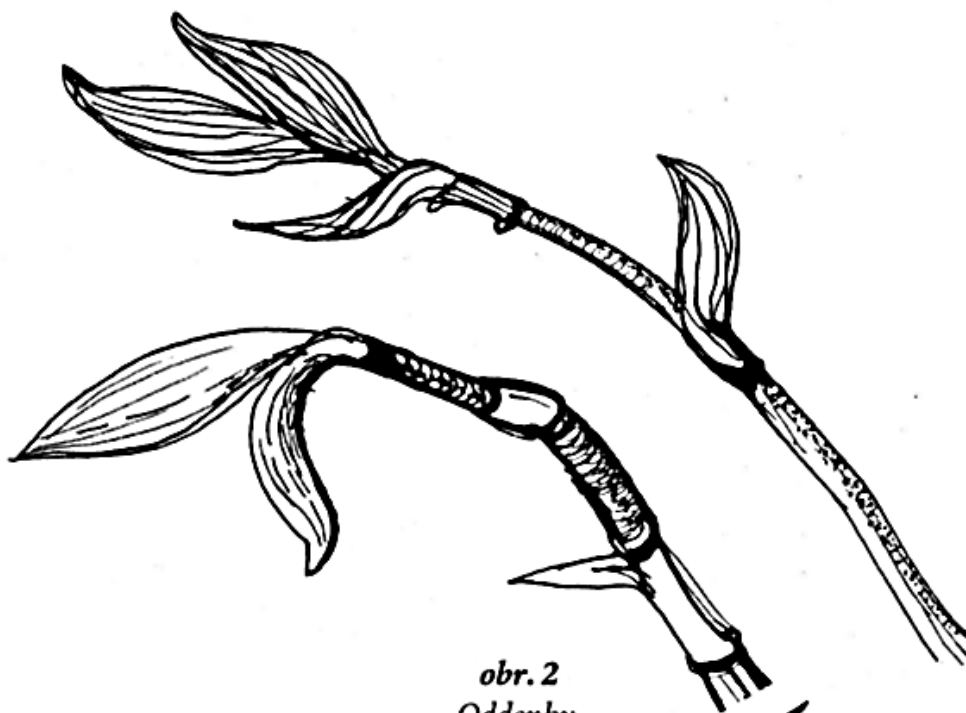


Většina receptur je převzata z ruských časopisů ZOŠ, Pensioněr, z internetu, časopisů Pokojové květiny, Léčivé rostliny, Květy, Zahrada, propagačních materiálů firmy ADAVO.

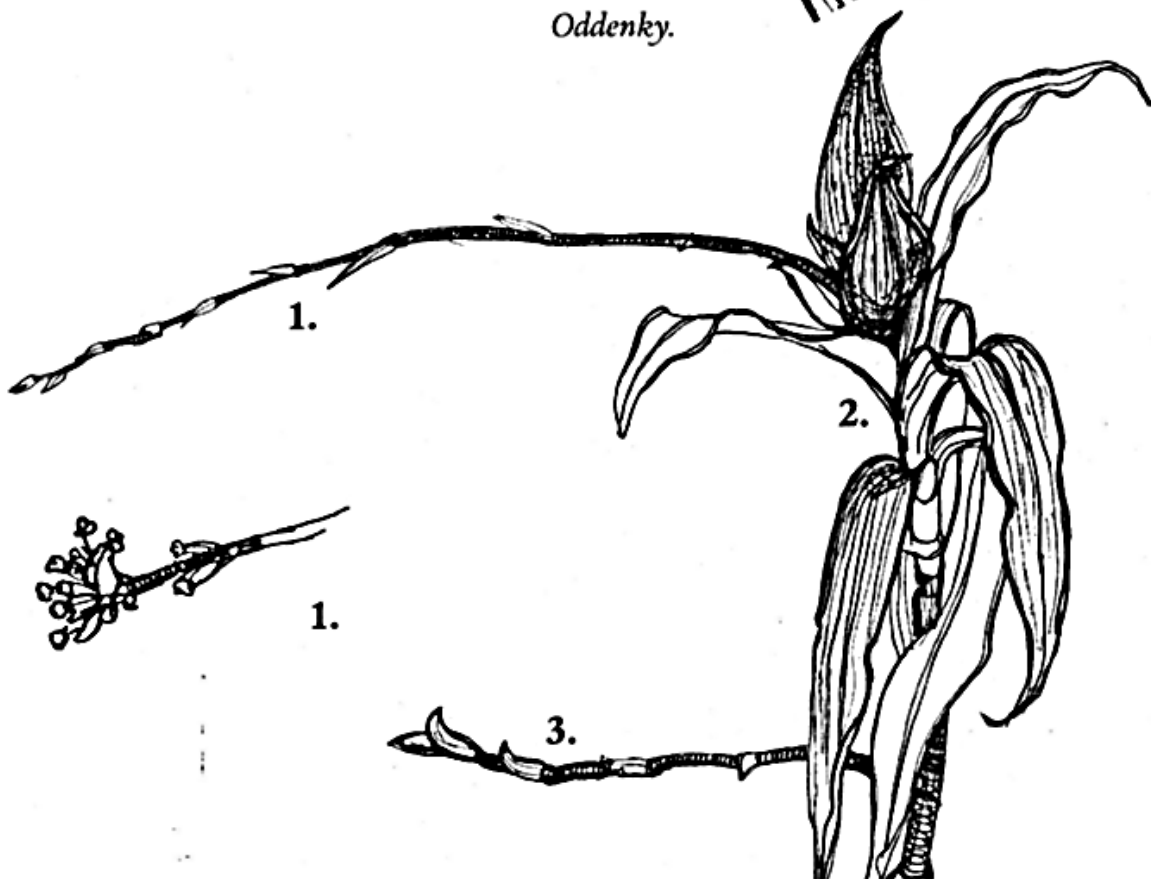
**Vždy je nutno dodržovat přesné dávkování uvedené v recepturách. Při objevení se alergie nebo při jiných potížích přestaňte odvary, listy a extrakty používat.**



*obr. 1*  
*„Kalisie“*



obr. 2  
Oddenky.



obr. 3  
1. květ 2. stvol 3. oddenek