

# ČLÁNKY O VODE

Kedysi sme s priateľom narazili v záhrade studňu. Bolo to pri podunajskej obci Čunovo. Vrazili sme do zeme rúru dlhú okolo 5 metrov. Po odtiahnutí kalu sme zo zeme načerpali fantasticky chutnú vodu, ktorú by som nenechal za žiadny nápoj. Bol to dobrý signál, že nie je voda ako voda, ale stále ešte všetko o nej nevieme. Pozbieral som z literatúry aj z internetu len niektoré informácie o vode, ktoré tu v skratke ponúkam.

## 1. Dr. Batmanghelidj

napísal knihy *Voda pre zdravie, liečenie a život* a *Túžba vášho tela po vode*. Z tvrdení autora niekoľko poznatkov:

Ako lekár musel podať mužovi, ktorý trpel bolesťami brucha dva poháre vody, pretože v tej chvíli nemal poruke žiadne iné lieky. Voda mužovi poskytla zázračnú úľavu. Do troch minút sa jeho bolesť zmenšila, do osem minút zmizla úplne. Naordinoval mu každé tri hodiny dva poháre vody. Tým skončili bolesti od jeho vredov. Na lekárskej fakulte však nikdy nepočul, že by voda mohla liečiť taký druh bolesti. A tak vyskúšal vodu ako liek u viac než 3.000 podobných prípadov. A vždy sa ukázalo, že je voda účinným liekom. Z tohto usúdil, že títo pacienti mali smäd, a že smäd sa môže prejavovať bolesťami. Neskôr na pensylvánskej univerzite študoval vlastnosti vody zmierňujúce bolesť.

Dr. Batmanghelidj si kládol otázku prečo farmaceutický priemysel vyrába na tento druh bolesti antihistaminiká? Začal skúmať úlohu histamínu v organizme. Histamín je nervový mediátor regulujúci vodu a sucho v tele. Telo hlási dehydratáciu bolesťou v mieste, kde dehydratácia nastala. Predniesol to na medzinárodnej konferencii o rakovine a vysvetlil, že nedostatok vody stojí za väčšinou zdravotných problémov. Preto farmaceutický priemysel vyrába rôzne antihistaminiká, lieky proti bolesti.

Tiež tvrdí, že farmaceutický priemysel nepoužíva pravdivé vedecké údaje. Napr. o cholesterole. Keď začne telo produkovať viac cholesterolu, má k tomu dôvod. Neexistuje jediný prípad, keď cholesterol za-

blokoval žily v tele. Takže problémom nie je lepkavosť cholesterolu. Cholesterol v skutočnosti zachraňuje životy, pretože funguje ako vodotesný obväz, ktorý si telo samo vyrobilo. Keď sa krv stáva koncentrovanou a kyslou, a prúdi pri dehydratácii zúženými tepnami a kapilármi, tým dochádza v arteriálnom systéme k odreninám a trhlinám, najprv v kapilárach srdca. Keby tam nebol cholesterol, aby zakryl trhliny, dostala by sa krv pod membránu, zlúpla ju a taká osoba by rýchlo zomrela. Cholesterol je vlastne dočasný záchranca, ktorý dáva telu čas na zotavenie. Lekári si myslia, že keď je niečoho veľa, treba to znížiť, a keď je niečoho málo, treba to zvýšiť. Neskúmajú príčiny, prečo je toho veľa alebo málo.

Priemysel s cholesterolom je desaťmiliardový. Existuje správa, že lieky znižujúce hladinu cholesterolu spôsobujú amnéziu. Inými slovami, mozog stráca pamäť, vniemanie čo sa deje. Túto správu uverejnil vynikajúci lekár, ktorý pracoval u letectva a je výskumníkom v NASA. Vie, o čom hovorí. Sám mal tento problém. V normálnom stave má cholesterol v tele vytvoriť bunečné membrány, mozgové bunky, izoláciu nervov, hormóny a vitamín D. Nikdy by sa nemalo zasahovať do cholesterolu, kým sa nezistí, prečo začalo telo zvyšovať jeho hladinu.

Vodu nič nenahradí. Žiadny iný nápoj (káva, čaj, alkoholické nápoje, ani ovocné šťavy). Každý z nich má svoj vlastný program. Vaše telo je zvyknuté na vodu, ktorá žiadny program nemá, pretože telo závisí na slobode tejto tekutiny. V tele sú dva druhy vody. Je v ňom už používaná a zamestnaná voda, ktorá nie je vhodná pre nové funkcie. Telo potrebuje novú, voľnú vodu, aby mohlo vykonávať nové funkcie. Keď dodáte telu nápoje obsahujúce cukor alebo kofeín, tieto látky majú v tele svoj vlastný chemický program. Tiež alkohol zastavuje núdzové systémy prívodu vody do dôležitých buniek, napríklad do mozgu. To je dôvod, prečo sa pri dehydratácii objavuje vysoký krvný tlak. Alkohol blokuje činnosť filtračného systému.

Dr. Batmanghelidj tiež tvrdí, že lieky na predpis, hoci používané v súlade s lekárskou praxou, zabijú viac ako 106 tisíc ľudí a dva milióny ľudí je na tom horšie, než predtým. Ďalší zomierajú na nesprávne recepty. Takže asi 250 tisíc ľudí zomiera od liekov. To predstavuje zabijaka číslo tri, chráneného a licencovaného vraha. Srdečné choroby zabijú asi 700 až 800 tisíc, rakovina asi 500 tisíc, lieky 250 tisíc ľudí.

Väčšina liekov zakrýva príznaky a komplikácie z dehydratácie. Organizmus hlási dehydratáciu príznakmi. Napr. mozog ak únavu hneď ráno a behom dňa. Aj zlosť a depresia sú známky dehydratácie. Telo má program na zvládanie sucha, z čoho sú alergie, hypertenzia, diabetes a poruchy imunitného systému. Zvládanie sucha vyžaduje zalepiť miesta úniku vody z tela. Naštartuje sa program sucha a tak sa objaví alergie, ktoré sú známkou dehydratácie, pretože systém, ktorý reguluje rovnováhu vody v tele potlačí imunitný systém. Tak dostanete astmu. Dýchaním strácame denne asi liter vody. Voda odchádza spolu sa vzduchom. Ten liter potrebujeme doplniť. Keď ho nedoplníme, tak telo stiahne priedušky, upcháva „diery“ úniku vody. Tak vzniká znížené prúdenie vzduchu v pľúcach, označené ako astma. Voda je to, čo by si pacient mal vziať.

Priemerný človek potrebuje štyri litre vody denne. Dva litre musí dodať priamo, ďalšie dva litre dostáva z obsahu vody v potravinách. Potrebuje to množstvo vody k výrobe aspoň dvoch litrov moču, aby sa nepreťažovali obličky. Dostatok vody sa prejavuje slabým zafarbením moču.

Hypertenzia je ďalší problém. Keď nie je v tele dosť vody, 66% sa hradí z vnútra buniek, 26% z okolia buniek a len 8% z cievneho systému. Keby ľudia pravidelne pili vodu a prijímali dostatok soli a minerálov na rozšírenie kapilárnych lôžok, hypertenzia by zmizla. Hypertenzia je prejavom, keď v tele nastal proces reverznej osmózy, aby sa dodala voda do buniek, ktoré trpia nedostatkom vody. Farmaceutický priemysel a lekári arogantne a nevedome liečia hypertenziu diuretikami.

Dr. Batmanghelidj radí, nečakajte, až dostanete smäd. Vo veku okolo 70 rokov ne-

rozpoznáme potrebu piť vodu. To sa potvrdilo aj experimentom. Vedec požiadal skupinu starších ľudí, aby počas 24 hodín nepili vodu. O to isté požiadal aj skupinu mladých ľudí. Po 24 hodinách starší necítili, že majú smäd. Ale mladí vodu pili. To je príčina, prečo je veľa starších ľudí chorých.

Starší ľudia by nemali čakať na smäd. Mali by piť vodu pravidelne. Keď je moč viac žltý, znamená to, že sa telo začína dehydratovať, a keď je oranžový, niektoré časti tela sú dehydrované. Zoschnutá pokožka tváre je známkou dehydratácie.

Ďalšie poznatky Dr. Batmanghelidja sú na: <http://www.watercure.com>.

## 2. Liečenie pitím vody

Stačí 6 pohárov vody (1,5 l). Bez výdavkov na lieky, vyšetrenia, na honoráre lekárom, atď., iba pitím čistej vody a meditáciou sa vyliečia nasledujúce choroby:

01. Bolesť hlavy
02. Vysoký krvný tlak
03. Anémia
04. Reumatizmus
05. Progresívna paralýza
06. Obezita
07. Artérioskleróza
08. Zápal nosových dutín
09. Zrýchlený tep srdca
10. Závrat
11. Kašeľ
12. Astma
13. Zápal priedušiek
14. Tuberkulóza
15. Zápal mozgových blán
16. Obličkové kamene
17. Urogenitálne choroby
18. Prekyslenie
19. Gastroenteritída
20. Úplavica
22. Zápcha
23. Cukrovka
24. Očné choroby
25. Očné krvácanie, zápal oka
26. Nepravidelná menštruácia
27. Leukémia
28. Rakovina maternice
29. Rakovina prsníka
30. Zápal hrdla

## Postup

1. Zavčas ráno, hneď ako vstanete z postele (dokonca bez toho, aby ste si umyli zuby) vypite 1,5 litra vody (5 - 6 pohárov). Spoznáte to, čo naši indickí predkovia nazvali ako *Uša Pána Čikitsa*. Umyte si potom tvár a sadnite si k meditácii.
2. **Veľmi dôležité:** nič iné - žiadne iné nápoje ani žiadne tuhé jedlo by sa nemalo jesť 1 hodinu pred a po vypití 1,5 litra vody.
3. Ak treba, môže byť použitá aj varená a filtrovaná voda.

Na začiatku sa môže zdať nemožné vypiť naraz 1,5 litra vody, ale dá sa na to postupne zvyknúť. Zo začiatku môžete vypiť 4 poháre a zvyšok asi po dvoch minútach. Možno zistíte, že potrebujete ísť močiť 2 - 3 krát za hodinu, ale po čase sa to stane normálne. Výskumom a skúsenosťami sa potvrdilo, že takto sa vyliečia počas uvedeníh dní nasledovné choroby:

- ▶ zápcha - 1 deň
- ▶ kyslosť - 2 dni
- ▶ cukrovka - 7 dní
- ▶ vysoký krvný tlak - 4 týždne
- ▶ rakovina - 4 týždne
- ▶ tuberkulóza - 3 mesiace

### Poznámka:

Odporúča sa, aby ľudia, ktorí trpia na artériosklerózu, alebo reumu túto terapiu praktizovali 3x denne: ráno, napoludnie a večer, 1 hodinu pred jedlom - počas jedného týždňa a potom 2x denne až do vyliečenia choroby.

### Ako pomáha voda?

Pitie obvyčajnej vody správnym spôsobom čistí ľudské telo. Účinnejšie prečisťuje hrubé črevo, aby vytváralo novú čerstvú krv. Je nepopierateľný fakt, že slizotvorné záhyby hrubého a tenkého čreva sú touto metódou aktivované práve tak ako teória, že nová čerstvá krv sa tvorí pomocou slizotvorných záhybov. Ak je hrubé črevo vyčistené, potom sa výživa z potravy prijímanej

niekoľko krát denne absorbuje a činnosťou slizotvorných záhybov sa premení na čerstvú krv. Krv je najdôležitejšia pri obnove zdravia a preto by sa voda mala piť v pravidelných intervaloch. Opísanú metódu treba starostlivo prečítať a vyskúšať. Rozšírite ju medzi ostatných jogínov, priateľov, známych a blízkych - je to veľká služba ľuďstvu.

Všetko najlepšie a pevné zdravie.

*Niranjan Kumar Šarma, CSc.  
Ústav pre výskum plazmy.*

## 3. Destilovaná voda

je najvhodnejšia na prípravu liečivých čajov, pretože je čistá a účinné látky sa v nej dobre rozpúšťajú. Čím je voda tvrdšia, tým menej je vhodná, pretože niektoré liečivé látky z rastlín sa môžu zlúčiť s minerálami obsiahnutými vo vode a vytvoriť nerozpustné zlúčeniny. Pitie samotnej destilovanej vody prečisťuje organizmus od minerálnych nánosov, avšak pri dlhodobom používaní môže spôsobiť odvápnovanie kostí.

## 4. Koľko tekutín máme prijímať?

Aspoň 2 litre denne, ak je intenzita potenia normálna. V letných dňoch a pri zvýšenom potení treba na každý „stratený“ kilogram hmotnosti doplniť ešte 4 šálky tekutiny. Jedinou tekutinou, ktorú bunka skutočne potrebuje, je voda. Bunka nepotrebuje zafarbenú, aromatizovanú a osladenú vodu. Stačí jej úplne obyčajná voda. Nie je vhodné piť tesne pred jedlom, počas jedla a tesne po jedle.

Takže začnite deň pol litrom vlažnej vody na lačno. Najskôr o pol hodiny sa výdatne naraňajkujte. Aspoň dve hodiny nebudete smädní. Potom v priebehu ďalších dvoch - troch hodín do obeda vypite ďalšie dva poháre vody. Hodinu po obede si pripravte ďalšie dva poháre a do večere šup s nimi k bunkám! Bunky sa potešia, obličkové a žľazové kamene nedostanú šancu, bolesti hlavy zmiznú, dáte si prirodzenú „črevnú sprchu“ a trávenie nebude narušené. Vhodné sú aj minerálky s obsahom sodíka pod 300 mg/liter, bylinkové čaje a zriedené ovocné šťavy.

## 5. Voda balená kontra vodovodná

Spotreba balenej vody na Slovensku stále stúpa, hoci až 86 % ľudí má doma kvalitnú pitnú vodu z vodovodu. Tá je nielen 100 - násobne lacnejšia, ale ako ukázal test, chuťové rozdiely medzi balenými vodami a tou z kohútika sú takmer zanedbateľné. Prečo sme teda ochotní kupovať vodu v plaste, ktorá sa najprv varí na slnku, potom putuje kilometre na korbe kamiónov, stojí mesiace v sklade a nakoniec tých de- väť litrov musíme vyniesť až do bytu? Pre- čo si nepustíme radšej čerstvú vodu z ko- hútika? Kde sa končí zdravý rozum a začí- na sa vplyv marketingu?

Zatiaľ čo na Západe sa ľudia vracajú k vo- de z kohútika, v krajinách strednej a vý- chodnej Európy spotreba balenej vody v posledných rokoch stúpa. Výnimkou nie je ani Slovensko. V roku 2010 sa u nás vy- pilo takmer 396 miliónov litrov balenej vo- dy, čo bolo približne o 14 % viac ako v roku 2006. Takže každý z nás vypil vyše 70 litrov tejto vody.

Slovensko je na minerálky bohaté. V minu- losti bola za dobrú vodu považovaná tá, ktorá mala čo najviac bubliniek a minerá- lov. Dnes sa chute menia, aj keď len poma- ly. Z hľadiska obsahu minerálov viedli aj v minulom roku minerálne vody a sýtené vody. Postupne však rastie podiel prameni- tých, stolových a dojčenských vôd, zvyšuje sa aj spotreba jemne sýtených a nesýte- ných vôd.

No ak má niekto rád vodu s bublinkami, nemusí vláčiť domov celé balíky vody, sta- čí si kúpiť sifón. Z našich obchodov sa síce takmer vytratil, ale v zahraničných obcho- doch s elektronikou a domácimi spotrebič- mi ho majú bežne.

### Zázrak marketingu

To, že sa výrobcom podarilo presvedčiť zákazníkov, aby si kupovali vodu balenú, ktorá je aj 500 - násobne drahšia ako pitná voda z kohútika, to možno považovať za jeden zo zázrakov marketingu. Spotrebite- lia uverili, že balená voda je to pravé. Vplyv na to, kde aká značka momentálne letí,

majú aj celebrity. Na americkom trhu je vďaka nim momentálne „in“ Fiji, artézská voda z ostrova Fidži. Pije ju totiž ktorási slávna speváčka.

Pri presviedčaní o prednostiach balenej vody najčastejšie zaznievajú nasledujúce tri argumenty: je zdravotne neškodná, má praktické balenie a ľuďom oveľa viac chutí. Každý z nich sa však dá veľmi ľahko vyvrá- tiť. Viacero „slepých testov“ ukázalo, že svoju obľúbenú značku, ak nie je označe- ná, podľa chuti takmer nikto nespozná. A aj keď sa na obale často vyníma pohorie, ľa- dovec alebo prameň, nemusí to znamenať, že voda bude rovnako panensky aj chutiť.

V teste, ktorý robila americká televízia ABC, známa voda značky Evian úplne pre- padla a obyčajná voda z vodovodu síce nezvítazila, ale prešla testom viac než so- ctou. Zdravotne neškodná? Pochybovať sa dá aj o argumente, že je zdravotne ne- škodná, lebo v nejednom prípade si zákaz- ník prinesie domov z obchodu niečo horšie ako to, čo mu doma tečie z vodovodu. Na- vyše, podľa magazínu Science News, sa môžu z plastových fľaš do vody uvoľňovať chemikálie podobné estrogénu. Aj preto mnohí ľudia zostávajú verní skleneným fľa- šiam. Tie by však v našich obchodoch darmo hľadali. Výrobcovia už pred viac ako desaťročím ustúpili aj od predaja sýtených nápojov v opakovane použiteľných PET fľašiach. Teplo a slnko najmä pri neperli- vých vodách podnecujú tvorbu a množenie baktérií, ktoré môžu vyvolať črevné prob- lémy. Z niektorých mäkkších a lacnejších fľaš sa pod vplyvom slnečných lúčov môže do vody uvoľňovať malé množstvo ftalátov.

Bohužiaľ, keď si vodu kupujeme, nikdy ne- vieme, či sa voda niekde na otvorenom priestranstve „nepražila“ celé týždne.

Praktické balenie? V neprospech balených vôd hovorí aj ekologická stopa, ktorú za sebou zanechávajú. Výroba PET fľaš je náročná na vodu, energiu aj ropu. Kamió- ny, ktoré zabalenú vodu prevážajú často na veľké vzdialenosti, spotrebujú ďalšiu na- ftu a produkujú výfukové plyny. Z použitých PET fľaš sa napokon podarí recyklovať iba

malú časť, s tou väčšou sa príroda trápi stovky rokov.

### Voda z vodovodu

Voda z kohútika je k životnému prostrediu oveľa šetrnejšia, a najmä je oveľa lacnejšia než voda balená. Vodárenské spoločnosti jej kvalitu pravidelne vyhodnocujú a podľa nedávnej správy pre Európsku úniu boli výsledky na Slovensku veľmi dobré. Mikrobiologické a fyzikálno-chemické ukazovatele kvality vody spĺňalo 97 až 99,5 percenta odobratých vzoriek, tvrdí Výskumný ústav vodného hospodárstva, ktorý sa venuje skúmaniu kvality a technológii vôd.

Ľudia často namietajú, že zdroj vody môže byť v poriadku, ale to, čo tečie z kohútika, nie je pitné. Olovené potrubia už u nás nie sú žiadne a tých ostatných sa báť netreba. Ak je voda stabilizovaná, teda vo vápenato - uhličitanovej rovnováhe, dochádza k vytvoreniu ochrannej vrstvy, tzv. inkrustu, ktorý je dobre prilnutý k povrchu a potrubie chráni. Chlór, ktorým sa pitná voda u nás upravuje, sa v nej nachádza iba v nepatrnom a úplne neškodnom množstve. Ak niekomu prekáža jeho chuť, stačí nechať vodu chvíľu odstáť alebo použiť filtre.

Prednosťou vody z kohútika oproti mnohým baleným vodám je aj to, že nie je tak silno mineralizovaná a vďaka tomu menej zaťažuje obličky. Aj keď denne by sme mali vypíť okolo dvoch litrov vody, v prípade minerálok by to nemalo byť viac ako pol litra. Malý test, ako ľudia poznajú jednotlivé typy neperlivých vôd a ako hodnotia ich chuť, urobil aj časopis Žurnál. Ochutnávky „na slepo“ sa zúčastnilo 25 ľudí, ktorí mali oznámkoval deväť rôznych vôd, najlepšia známka bola 1 a najhoršia 9. Boli medzi nimi minerálky, pramenité a dojčenské vody, ako aj voda z vodovodu. Testujúci dokázali vo väčšej miere identifikovať iba Magnesium a Bonaqua. Spoznali iba tí, ktorí ich pravidelne pijú. Ostatné vody sa im javili ako veľmi podobné. Ako najlepšia napokon z testu vyšla Bonaqua s výsledkom 4,36 bodu, na druhom mieste sa umiestnila Magnesia (4,44) a tretia bola voda z vodovodu (4,76). Najhoršie dopadla francúzska

voda Evian (5,72). Relatívne malé bodové rozdiely medzi jednotlivými vodami naznačujú, že všetky chutia takmer rovnako a pre priemerného konzumenta sú len veľmi ťažko identifikovateľné. Test znova potvrdil, že voda z vodovodu v konkurencii balených vôd obstojí.

Poradie testovaných vôd je v tabuľke:

značka vody	hodnotenie
1. Bonaqua	4.36
2. Magnesia	4.44
3. Vodovodná	4.76
4. Rajecká	4.92
5. Radenská	4.96
6. Korytnica	5.16
7. Mitická	5.2
8. Lucka	5.2
9. Evian	5.72

### Voda ako luxusný tovar

Aj pri predaji vody platí, že imidž je nado všetko a vďaka tomu je dnes v móde pitie takzvaných ultra prémiových vôd – teda tých najčistejších z najčistejších, pochádzajúcich z najodľahlejších kútov sveta a podľa možnosti z artézského prameňa. Dobré znie, ak sa povie, že má 10 tisíc rokov a objavili ju iba nedávno v nedotknutom lone prírody. Fľaše, v ktorých sa predáva, pripomínajú skôr flakóny luxusných parfumov než minerálku.

### 6. Svetelná voda

Talianska výskumníčka Dr. Enza Maria Ciccolo prišla dlhodobým výskumom na poznatok, že uzdravujúce vlastnosti tzv. svetelnej vody z niektorých miest sa môžu preniesť na akúkoľvek inú vodu. Ide o miesta, kde sa údajne zjavila Panna Mária a kde často dochádza k uzdraveniam. Po preskúmaní v laboratóriách zistila, že táto voda rezonuje so siedmimi svetelnými frekvenciami a teda aj telesnými tkanivami. Prenáša pozitívne zdravotné informácie, je silno vodivá a môže podľa okolností reagovať kyslo aj zásadito. Znižuje silu pôsobenia choroboplodných zárodkov a dá sa do nekonečna rozmnožovať. Stačí do litra obvyčajnej vody (nie destilovanej) pridať deväť kvapiek vody z prameňa a po 24 hodi-

nách má rovnaké vlastnosti. Túto upravenú vodu možno znova použiť na ďalšie rozmnožovanie. Autorka tvrdí, že rôzne pramene vody pôsobia rozlične. Metódu liečenia svetelnou vodou si dala patentovať.

## 7. Ľadinková voda

Ľadinky objavil a pomenoval ktorýsi ornitológ, ktorý zistil, že vtáci, ktorí pijú roztopenú vodu z ľadu, sú oproti rovnakému druhu z teplejších krajín čulejší, zdravší, rýchlejšie im rastú mláďatá a dožívajú sa 3x dlhšieho veku.

Podobná informácia pochádza aj z Tibetu, kde chorí ľudia pijú vodu odtekajúcu z ľadovca.

### Príprava ľadinkovej vody v domácnosti:

V nádobe ktorá sa mrazom neroztrhne dáme do mrazničky vodu. Po zmrznutí ju necháme rozmraziť pri izbovej teplote. Táto voda obsahuje zvláštne útvary - ľadinky. Ak tú vodu počas dňa popijame, ľadinky sa v tele prisajú na bunky a regenerujú ich. Voda sa nesmie ohriať nad 38° C, lebo ináč by sa ľadinky zničili. Čas zmrazovania topenia je dosť dlhý, preto je vhodné jednu dávku zmrazovať, zatiaľ čo druhá sa už rozmrazuje.

Ak pridáme do nejakého nápoja ľad, pocítime osvieženie. Nie je to spôsobené ochladením nápoja, ale tým, že sme doň pridali ľadinky. Ľadinky sú aj v zmrzline, ktorá nás najprv osvieži, avšak zmrzlina obsahuje tuk, a ten nám prinesie kalórie, organizmus sa ohreje, a to vedie k útlmu.

V roztopenej ľadinkovej vode môžeme nechať vylúhovať ovocie alebo jeho časti. Keď zjeme celé jablko, to so sa pri trávení správa ináč. Ľadinková voda v ktorej sa lúhovali šupky z chemicky neošetrených jabĺk počas 10 hodín pôsobí povzbudivo na intelekt človeka a hlavne posilňuje činnosť srdca. Kyslé jablká sú na to najvhodnejšie. Takú vodu môžeme popíjať celý deň. Dajú sa tak použiť aj jablká rastené na plano. Vylúhované šupky môžeme pridať do kompostu alebo ich vyhodiť.

*Použitý prameň: Spěváček J. Rozmluva s duchovním mistrem 1. - Cesta magie.*

Oplatí sa pozrieť si ruský film o vode. Daj kurzor na podčiarknutý riadok, stlač Ctrl + klikni na myš.

<http://orgo-net.blogspot.com/2011/06/voda-uzasny-rusky-film.html>

## 8. Zázračná moc vody

Japonec Masaru Emoto sa zaoberal tajomstvami vody. Pustil sa do rozsiahleho výskumu vody na celej planéte, nie ako vedecký pracovník, ale skôr ako originálny mysliteľ. Neskôr si uvedomil, že skutočnú podstatu nám ukazujú kryštály zmrznutej vody. Emoto zozbieral vzorky vody z celého sveta, pomaly ich zmrazil a potom ich fotografoval pomocou mikroskopu s tmavým poľom. Zistil, že voda z rôznych zdrojov sa správa rozdielne, aj to, že slová, myšlienky a hudba majú silný pozitívny alebo deštruktívny účinok na molekulárnu štruktúru vody. Počas Emotovej práce boli tieto experimenty v Japonsku skutočne vykonané. Tristo ľudí bolo zvyčajne vedených niekým, kto bol zbehlý v meditáciách. Okolo znečisteného potoka sa asi jednu hodinu vnútorne sústredili na očistenie vody. Podľa očitých svedkov voda približne 15 minút po meditácii bola viditeľne čistejšia.

V experimentoch Masaru Emota je voda vystavovaná rôznym slovám, obrázkom alebo hudbe. Voda je potom nakvapkaná do 50 Petriho misiek, ktoré sú následne vložené do mrazničky pri teplote -25° C. So zmrazenou vodou sa neskôr pracuje v miestnosti pri teplote -5° C. Kryštály sú odfotografované pod mikroskopom. (Fotografie možno nájsť na internete).

Masaru Emoto je autorom mnohých kníh o skrytých schopnostiach vody. U nás vyšla pod názvom Zázračná moc vody. Kniha obsahuje príspevky od popredných vedcov. Popisujú silu vody z hľadiska vedy, liečby a duchovna.

Základné údaje o niektorých minerálnych vodách								
Zloženie	Anióny mg / liter					Katióny mg / liter		
Názov vody	sodík Na <sup>+</sup>	vápnik Ca <sup>2+</sup>	horčík Mg <sup>2+</sup>	draslík K <sup>+</sup>	železo Fe <sup>2+</sup>	hydrogen uhličitan HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup>	síran SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup>	chlorid Cl <sup>-</sup>
Lucka perlivá	1,80	62,30	35,20				11,1	
Matúšov prameň	4,60	64,50	42,60	0,65		387,4	16,3	4,6
Magnesia	5,40	37,70	234,00	0,00	0,00		29,8	5,44
Korytnica	18,00	584,50	163,20	4,10	21,20	1090,3	1260	6,77
Čerínska	23,60	362,00	75,40	6,35	0,09	1520,0	2,4	6,21
Mýtická	29,60	262,90	88,50	2,20	0,09	1256,6	26	17
Ondrášovka	43,00	268,00	44,00	2,00	0,00	1280,0	9,8	5,6
Kláštorná	71,00	290,50	74,10	15,60	0,00	1340,5	88,5	14,5
Turčianska	71,50	280,20	72,85	15,00	2,10	1322,8	85	17,1
Gemerka	75,71	333,36	98,72			1340,6	232	29,7
Baldovská	81,30	269,30	73,70	0,00	0,20	1117,2	165	59
Ľubovnianska	136,70	169,40	164,60			1619,4		
Mattoni	137,00	47,60	17,10	0,00	0,00	629,1	38,4	7,8
Brusnianska sýtená	140,27	276,26	92,92	17,88	0,09	747,5	616,6	41,13
Salvator	245,40	452,40	164,10	37,50	0,00	2524,0	140	109
Santovka	380,50	215,30	66,80	45,00	0,00	1462,5	250	177,3
Budiš	444,50	198,70	50,10	50,00	0,00	1535,3	433	25,1
Slatina	620,00	287,40	100,00	67,50	2,20	1794,7	440	470,2
Fatra	746,50	39,70	0,00	19,40	0,00	2212,8	140,2	30,27

**Poznámka.** Uviedol som len výňatky z niekoľkých článkov o vode. Je to najlacnejší a najzdravší nápoj, ktorý nikomu neuškodí. Neuškodí si niečo z toho vyskúšať. Podobných článkov je na internete viac.