

## BIOZAHRADA v únoru

Zima je ještě plná mrazivé síly – a že v lednu tedy letos mrzlo! – a na nedostatek sněhu si nemůžeme vůbec stěžovat, přesto ale my zahradníci již pocítujeme a vnímáme onen sílící hlas přírody, který nám vhání energii do těla a naše aktivity roste, čím více se blížíme k jaru. A při teplejším slunečném dni bychom nejraději začali pracovat na záhonu. Ale i toho se již ke konci měsíce můžeme dočkat pokud nám to půdní stav dovolí.

Pokud máme na záhonu ještě přezimující zeleninu, tak ji dle potřeby průběžně sklízíme, jako je hlávková, růžičková a kadeřavá kapusta, pórek, špenát, topinambury, polníček a jiné podle našich klimatických podmínek (mrkev, pastinák...). Kontrolujeme uskladněné ovoce a zeleninu. Rychlíme čekankové puky a můžeme si naklíčovat vhodná semena (řeřicha obiloviny, luštěniny, vojtěšku...).

Připravujeme si pařeniště. Kdo chce přirychlit zeleninu v pařeništi teplem z hnoje, tak ho již nyní zakládá, pokud již má připravenou přísadu salátu nebo kedluben, nebo ho chce využít k jinému účelu (přímý výsev ředkviček...).

V únoru už můžeme začít předklíčovat rané brambory. Pokud je půda již obdělavatelná, tak můžeme již vysévat mrkev, petržel, polníček, pór, cibule, černý kořen, ale i hrách nebo salát. Ve vytápěném skleníku si vyséváme pro vypěstování vlastní přísady dle potřeby celer bulvový a řapíkatý, papriku, salát, kedlubny, ranou kapustu, zelí, květák, okurky salátovky a jinou zeleninu, kterou budeme chtít rychlit, případně vysazovat přímo do volné půdy. Možnosti, jak obohatit sortiment zeleniny s co nejranější sklizní, jsou zde veliké, ale vše je podmíněno našimi podmínkami, zimním počasím v daném roce, ale hlavně také naší touhou a dovedností. Vysévat musíme pouze vhodné odrůdy pro dané období. Každý si musí sám zhodnotit, kdy bude co vysévat. Zda bude topit a nebo bude pěstovat zeleninu přirozenějším, a tím i ekologičtějším způsobem, a počká až na příznivější jarní teploty.

Také je potřeba vysévat okrasné květiny, které pomaleji rostou, pokud chceme, aby nám brzo kvetly (petunie, celosie...).

Plno jarní energie na těle, na duši a na zahrádce přeje

Jirka POSPÍŠILÍK



## PROJEKT BERTRAM – FOUNDATION ZAMBIE

MUDr. Louis van Hecken, Belgie

V říjnu 1990 jsem z rukou Matky Miriam Verheigen – Biesemans obdržel díla sv. Hildegardy, a z nich vzešla myšlenka, dovézt bertram do Afriky. Poté, kdy jsem si přečetl text, pojednávající o bertrámu v Hildegardině „Physice“, porozuměl jsem, že právě tento může v Africe mnoho pomoci v léčbě tropických infekčních chorob, jako je malárie a HIV/Aids.

### Hildegarda o bertrámu

*„Bertram je přiměřeně teploty, trochu sušší, ale právě tato směs je čistá a svěží. Pro zdravého člověka je dobrý k jídlu, protože snižuje hnělobu v něm, rozmožuje dobrou krev a činí jasný rozum. Ale i nemocnému, která má již poškozené orgány, přináší sílu zpět. Z člověka pak neodejde nic nevyužito, činí dobré trávení.*

*A člověk, který má mnoho hleny v hlavě – a často jí bertram – onen hlen ubude. Také, pokud je často jedený, odstraní záněť pohrudnice a zmoží v těle člověka dobré šťávy a vyjasní mu oči. Ať je bertram jedený tak často, až vyžene nemoc a zamezí, aby se nemoc znovu vrátila. Že při jedení zmožuje tvorbu slin, pochází z toho, že vytahuje špatné šťávy a opět dává zdraví.“ (Physica, první kniha, kap. 1–18)*

### Co je bertram?

Pochopil jsem, že tento text se vztahuje k léčbě infekčních chorob, které postihují krev – např. malárie a HIV/Aids. Aktivní složky kořene bertrámu jsou dobře známé, nejdůležitější je pyrethrin. Pyrethrum je známé proto, že se jím impregnují moskytiéry, aby se zamezilo vzniku malárie. Opravdu, pyrethrum, což je anglický název bertrámu, je insekticid. Použijí-li se však květy, je pyrethrum jedovaté – je tedy třeba pozornosti, protože jen květy jsou jedovaté. K léčbě lidí se však používá kořenu, který jedovatý není.

Latinský název bertrámu je *Anacyclus pyrethrum* (česky trahoku římského, nazývaného též španělský heřmánek, pozor neplést s žebříčkem bertrámem – pozn. red.). Účinky rostliny jsou popsány v Britisch Pharmacopeia, stejně jako v celém světě v mnoha odborných časopisech. Nejdůležitější obsahovou látkou kořene je pollitocin anebo pyrethrum, další složky jsou inulin, anacyclin a sezamin. Medicínská struktura těchto složek je známá.

Nejsem ale chemik, nemohu posoudit součinnost všech obsahových látek, ale jeden můj přítel, zemědělský inženýr mi řekl, že anacyclin působí příznivě na mužskou potenci. Dávkování 1–2 g denně, představuje 2–4x na špičku nože. Známý lékárník zvážil 1x na špičku nože, což je asi

500 mg. Výsledky moderního výzkumu bertrámu lze najít na internetu homepage National Library of Medicine. Moderní výzkum považujeme za potvrzení moudrostí uvedených ve spisech sv. Hildegardy. Tato dále píše:

*„Bertram tvoří dobrou krev.“*

Tvorba dobré krve je při malárii velmi důležitá, protože paraziti devastují červené krvinky a mnoho nemocných pak trpí chudokrevností. Stejně důležité je to při HIV/Aids, kde bílé krvinky, hlavně CD4, jsou změněny slabou lidskou imunitou. Viděli jsme krásný efekt u lidí s HIV/Aids.

*„Bertram tvoří jasnou mysl.“*

Nepotřebujeme tohle čistě náhodou všichni? Ale u infekčních chorob poškozujících mozek – mozková malárie – je mozek poškozen trombózou malých cév, u HIV/Aids je zase

nervový systém poškozen krví, která není čistá, ale infikovaná.

*„Bertram dává nemocným opět sílu, i když byli nemocí již velmi poškozeni.“*

To je velmi důležité pro lidi, žijící s HIV/Aids, tuberkulózou a dalšími chronickými infekčními chorobami. Viděli jsme muže, už na smrt nemocného, který se opět dopracoval k dobrému zdraví po užívání bertrámu.

*„Bertram nedovolí, aby z těla odesly nestrávené zbytky.“*

To je velmi důležité při diabetes, kdy odchází nestrávený cukr.

*„Bertram snižuje množství hlenu v hlavě.“*

Mnoho dětí trpí nachlazením, hlen odchází nosem – bertram snižuje ochozí množství hlenu.

*„Bertram tvoří čisté tělní šťávy a jasní oči.“*

Zamlžování očí je časté jak u dětí, tak dospělých. Čočka není čítá. Bertram dává čisté tělní šťávy a jasní oči. Slyšíme o lidech, kteří nemohli číst a po užívání bertrámu zase četli.

*„Jakkoli je rostlina používána, suchá či vařená, je vždy užitečná a dobrá pro nemocné i zdravé.“*

Protože je bertram používán jako koření, jde o nejlepší prevenci proti malárii. Při denním užívání je celá rodina chráněna. Spolu s moskytiéry je to dobrá ochrana.

✱

Přeložila W. Gregorová ze spolkového časopisu *Prátel sv. Hildegardy* ve Švýcarsku č. 95/2005, str. 18)

### DODATEK

*Prášek kořene bertrámu distribuuje Sluneční brána Čejkovice, je dostupný všem zájemcům, ať už přes lékárny nebo přímo ve Sluneční bráně (kontakt „bio“ str. 19).*



Obrázek: biotox.cz