

Hana Jánská: Byliny pro vás

Jak to všechno začalo?

Když byl můj syn malý, byl často nemocný a já hledala cesty, jak mu pomoci. Zjistila jsem, že v Praze otevřeli Školu přírodní medicíny a hned jsem se tam přihlásila. Studovala jsem čtyři roky byliny, čínskou medicínu, reflexní terapii, akupunkturní body, iridologii, diagnostiku z jazyka a mnoho dalšího. Ze všech trendů, směrů a terapií, které jsme ve škole probrali, mne nejvíce zaujala iridologie a byliny. Iridologie je diagnostika z očí. Vychází z předpokladu, že oko je očním nervem propojeno s mozkiem. Díky tomuto spojení se tam odráží i některé informace o našem těle. Jistě všichni víte, že lidé se žloutenkou mají žluté bělmo. Různé znaky nenajdeme jen v bělmu, ale i na duhovce nebo panence. Když jsem byla malá holčička, byla jsem nemocná a lékaři si se mnou moc nevěděli rady. Proto mne rodiče odvezli ke starému léčiteli. Ten se mi podíval do očí, kde viděl příčinu mých potíží a doporučil byliny. Já jsem mu říkala kouzelný dědeček. Byl to člověk, který mi moc pomohl a stal se pro mne zřejmě vzorem. Nyní dělám to samé, co on. Že by osud?

Po studiu Školy přírodní medicíny jsem se asi čtyři roky zabývala poradenstvím a iridologií v Praze ve Fitness centru Olgy Šípkové. Když už jsem měla dost dojíždění, začala jsem přijímat lidi ke konzultaci u sebe doma. K tomu jsem ještě přidala pěstování bylinek, protože od malička ráda pracuji na zahrádce. Potřebuji být co nejvíce venku, v přírodě, proto mi zahradnické práce nanejvýš vyhovují. Když zabořím ruce do hlíny a k tomu mi zpívají ptáčkové, jsem spokojená a šťastná. S pěstováním rostlinek mi manžel rád pomáhá. Je to takový náš společný koníček. K bylinkám jsme přidali i některé kytičky a sadbu zeleniny. Jezdíme na farmářské trhy po severních Čechách i do Prahy. Rostlinky si samozřejmě můžete zakoupit i u nás ve Vlčí.

Bylinky jsou mojí láskou, proto o nich píši články, pořádám přednášky a kurzy, natáčím pořad Bylinkář, který najdete na Youtube. Některé díly pořadu jsme točili nejen na našich zahradách, ale i na různých místech v Chlumčanech a ve Vlčí, například v Bosně nebo v parčíku u potoka. V okolí našich vesniček najdete mnoho divokých bylin, které se dají použít v přírodním léčení. Musíme si jen dát pozor, abychom je netrhali v místech, kde čůrají pejskové nebo v blízkosti polí, kde mohou být zasaženy různými postřiky. Vyučuji také fytoterapii na Škole přírodní medicíny Kamaté v Praze. Tato škola pořádá i letní kurzy na Šumavě se sběrem bylin a praktickou výrobou, které vedu. Šumavu jsem si zamilovala a jezdím tam strašně ráda. Je tam překrásná krajina, čerstvý vzduch a milí lidé. Několikrát jsem byla pozvána jako host do Českého rozhlasu, kde jsme si povídali - o čem jiném než o bylinkách.

Léčivé rostliny mohou jemně podpořit naše tělo při různých potížích. Vhodné jsou třeba pro lidi, kteří trpí na kožní potíže, problémy s trávením, nadýmání, pálení žáhy, padání vlasů, nachlazení, vracející se záněty močového měchýře, otoky, únavu a tak dále. Je však potřeba je dobře znát a vědět, kdy je použít a kdy ne. Někdy je samozřejmě zapotřebí navštívit lékaře. Mnohé byliny také nejsou vhodné pro každého, například pro těhotné a kojící ženy nebo malé děti. Některé se zase nesnesou s určitými léky a to je dobré vědět. Proto bychom jejich užívání měli vždy konzultovat s odborníkem. Kdokoliv za mnou přijde s prosbou o radu, ráda mu poradím. Vystudovala jsem Školu přírodní medicíny v Praze. Můžete se u nás zastavit i pro živé rostlinky. Jakmile to situace dovolí, uspořádáme zase nějaké kurzy, kde se můžete naučit vyrábět bylinné masti, tinktury, vína a podobně.

Jste u nás vítáni! www.bylinyprovas.cz