

Včela -
včelka,
Boží
stvoření -
velký Boží
dar
pro člověka



Z RÁJE
DO RÁJE 2. 2024 | Příloha

IMPRESUM

Příloha k časopisu Z ráje do ráje 2 2024

Adresa redakce:

Vydavatelství a nakladatelství
Ráj - Juřicová Marcela
Lubenská 630
73911 Frýdlant nad Ostravicí


Tel.: 00420 773 068 047
E-mail: jaromar66@vodafone.de


IČ: 02291959
MK ČR E 15637; ISSN 1801-0059


Layout: Waldemar Laufersweiler


Včela -
včelka,
Boží
stvoření -
velký Boží
dar
pro člověka


*Věděli jste, že na jedné z prvních mincí na světě
byl symbol včely?*


 Věděli jste, že med obsahuje živé enzymy?


 Věděli jste, že tyto enzymy při kontaktu s kovovou lžičkou odumírají? Med se nejlépe jí dřevěnou lžičkou, pokud ji nenajdete, použijte lžičku plastovou.


 Věděli jste, že med obsahuje látku, díky které lépe pracuje váš mozek?


 Věděli jste, že med je jednou z mála potravin na světě, která sama o sobě dokáže udržet lidský život?


 Věděli jste, že včely zachránily lidi v Africe před hladomorem?


 Věděli jste, že jedna lžíce medu stačí k tomu, aby člověka udržela při životě 24 hodin?

 Věděli jste, že propolis, který včely produkují, je jedním z nejsilnějších přírodních ANTIBIOTIK?

 Věděli jste, že med nemá žádné datum spotřeby?

 Věděli jste, že těla velkých světových císařů byla pohřbena ve zlatých rakvích a poté pokryta medem, aby se nerozpadla?

 Věděli jste, že pojem „MEDOVÝ MĚSÍC“ pochází z toho, že novomanželé po svatbě konzumovali med pro plodnost?

 Věděli jste, že včela žije necelých 40 dní, navštíví nejméně 1000 květů a vyprodukuje méně než lžičku medu, ale pro ni je to celý život?



Děkujeme ti, VČELKO!



Sdílení může léčit!

Vdávne minulosti člověk využíval divoce žijících včel v přírodě, aby od nich získával med jako sladidlo, ale i jako zvláštní dar přírody k léčení ran a nemocí.

U všech kultur starověku mělo včelaření a získávání včelích produktů zvláštní poslání, jak z hlediska náboženského, tak i z hlediska výživy a léčení.

Při egyptských chrámech se chovaly také včely a s nimi od jara kočovali podél řeky Nilu směrem k jejímu prameni na jihu, aby získali větší množství medu. Ve starém Řecku užívali závodníci před zápasy med k posílení svalové činnosti a k dosažení lepších výsledků. Byl to neškodný doping.

Nerozčilujte se, pijte med s mlékem, pěstujte tělocvik a dočkáte se spokojeného stáří. Přidáme-li k tomu ještě – nepřejídejte se, platí to i jako recept pro současnost.

A/ Hlavní užitek včel vyplývá z jejich činnosti, to je **opylování včelomilných rostlin**. Bez včel by nebylo ovoce, nebyla by semena zeleniny, jetelovin, ani semena olejin. V moderní formě země-

dělské výroby napomáhá včelařství ke zvýšení výnosu semen, jejich kvalitě a dobré klíčivosti, působí tedy jako jeden z intenzifikačních faktorů zemědělské velkovýroby.

B/ Včelí produkty

Další užitek pro společnost i jednotlivce spočívá v získávání včelích produktů.

Jsou to:

1. med
2. vosk
3. pyl
4. včelí jed
5. mateří kašička
6. propolis

Největším **nepřítelem** harmonie v přírodě je však většinou ten, kdo by měl být jejím ochráncem – sám **člověk** svými ne vždy do důsledků promyšlenými zásahy.

MED

Med je produktem včely medonosné, která sbírá na květech nektar, nebo na stromech medovicí a jiné sladké šťávy obsažené v rostlinách, které obohatí látkami z vlastního těla, pozmění ve svém trávicím ústrojí a uskladní je v plástvích, kde pak dozrává med. Ten pak slouží jako potrava pro zimní období. Zpracování nektaru na med obstarávají mladušky ve stáří 10–20 dnů. Nektary obsahují většinou základní cukry, cukr hroznový /glukózu/ 30–35%, cukr ovocný /fruktózu/ 35 – 45%.

Med tedy obsahuje jednoduché cukry, které přecházejí bez jakékoliv přeměny do tenkého střeva na povrch sliznice a odtamtud odváděny do krevních vlásečnic a do srdce. Med se tedy hodí k rychlému posílení těžce pracujícího člověka, sportovce, turistu. Lžiči medu se vyčerpaný člověk velmi rychle osvěží. Někteří sportovci užívají před závodem posilující nápoj ve složení 1,5l citrónové nebo pomerančové šťávy, 20 kávových lžiček kondenzovaného mléka a 25 dkg medu. Je to neškodný legální doping. Med

také zlepšuje krevní oběh a prokrvení věnčitých cév. Je-li těchto jednoduchých cukrů /glukóza a fruktóza/ v krvi nadbytek, ukládají se ve svalech a v játrech jako glykogen. Toto je důležité zvláště pro játra...”

Zahřátím medu nad 50° se enzymy ničí a med ztrácí hodnotné látky. Dále jsou v medu obsaženy minerální látky a stopové prvky. Jsou to soli draselné, vápenaté, hořečnaté a sodné.

MED obsahuje i

Stopové prvky – železo, měď, mangan, kobalt, zinek, jod, fluor, kys. křemičitou a jiné, které mají velký význam pro zdraví člověka. Jejich množství se pohybuje od 0,1 - 0,4%

Minerální látky v medu pochází z látek rozpuštěných ve vodních roztocích v půdě a z ní se dostávají do rostlin a z nich do medu. Zvláště medovicové medy obsahují těchto minerálních látek více. Zralý med nesmí obsahovat více jak 21% vody.

Vzácnou vlastností medu je jeho antibakteriální (protibakteriální)

účinek, který z něj činí velmi cenný léčebný prostředek.

Při studiu účinku rafinovaného cukru a medu na ústní bakterie a postup kazivosti chrupu u Eskymáků, bylo shledáno, že ve skupině lidí živených medem zůstalo bez vad praktiky 100% chrupů, kdežto ve skupině živené rafinovaným cukrem se objevil počátek kazivosti ve 72%

Med obsahuje základní cukry vstřebatelné bez nutnosti enzymů, proto je velmi vhodný ke slazení u kojenců, u nichž nezpůsobuje kvašení v zaživacím traktu ani plynatost a bolesti.

Známe-li tedy složení medu a jeho účinky, můžeme z toho vyvodit, při kterých onemocněních a stavech je med vhodný k prevenci a léčení tělesných neduhů.

1. Odjakživa se užíval med při **zánětech horních cest dýchacích**, buď jako sladidlo plicních čajů a samotný s máslem, nebo s rozmixovanou cibulí – viz Hippokratův med chladí.
2. To, že med obsahuje jednoduché cukry – glukózu a fruktó-

zu, obsahuje **základní látky** pro glykogen – jaterní škrob a doporučuje se při onemocnění **jater**, virovém zánětu jater, zánětech **žlučníku** a při lékovém poškození jaterní tkáně.

3. Med při vyšší koncentraci snižuje sekreci **žaludečních šťáv** a je vhodným doplňkem v potravě při konzervativní léčbě žaludečního a duodenálního vředu.
4. Uklidňující účinek medu se využívá při **nespavosti** a doporučuje se brát 1-2 lžičky medu před spaním.
5. Med obsahuje ve stopových minerálech vstřebatelně železo a měď a je vhodný u **dětských anémiích**, neboť zvyšuje hodnoty hemoglobinu. Při pokusech u kojenců, kdy se jedné skupině podávala mléčná strava a druhé skupině se do stejné potravy přidával med. Po 4 měsících se hodnota hemoglobinu zvýšila až o 8 %.
6. Med se doporučuje u **neuras-tenických projevů** u dětí, kde sedativní účinek medu působí zlepšení těchto stavů.

7. Protože med obsahuje jednoduché cukry, doporučuje se v rekonvalescenci po prodělaném **onemocnění a při vyčerpání organismu**.
8. Kojenecký organizmus je uzpůsoben pro výživu mateřským mlékem. Při slazení kojenecké stravy **medem udržuje střevní flóru stejnou**, jako při kojení mateřským mlékem. Nedochozí u nich k vytvoření patologické střevní flóry jako při slazení rafinovaným cukrem, nedochází ke kvasným projevům ve střevech, bolestem, **děti jsou klidnější**, zvyšuje se hemoglobin, lépe přibývají a nedochází k dystrofiím.
9. Doporučujeme-li med jako sladidlo u kojenců, tím více jej můžeme doporučit tam, kde se **život tvoří**, ženám v těhotenství. Využijeme sedativního účinku medu, stopové minerály vápník, fosfor i ostatní látky, které přispějí ke zvýšení odolnosti organismu dítěte, **k uklidnění i vylepšení výživy matky** a ke zlepšení její psychiky.
10. Tím, čím je v kojenecké výživě dobré mateřské mléko, je **pro starého člověka** v potravě **med**. Přináší zlepšení střevní pasáže, má uklidňující účinek a předchází zhoršení arteriosklerózy. Pro staré osoby uděláme více, doneseme-li jim sklenici dobrého medu než velkou bonboniéru.
11. Dodává-li se organismu nadbytek medu, ukládá se jako glykogen a vylepšuje svalovou činnost a podporuje funkci jater. Dodáváme-li tělu nadbytečné množství rafinovaného cukru, ukládá se v organismu jako cholesterol a tím zhoršuje arteriosklerózu. Med obsahuje PP faktor, látku, která rozšiřuje cévy a zvětšuje přívod živin a kyslíku do tkání. Včelaři, kteří opravdu med a včelí produkty konzumovali se dožívali vysokého věku v celkové tělesné a psychické svěžesti, což je důkaz anti sklerotického působení medu. Játra jsou totiž velkou čističkou organismu, kde se krev zbavuje jedovatých zplodin trávení a potřebují být zdravá, aby i celý organismus byl zdravý.

12. Med a cukrovka. Záleží na stupni onemocnění, zda můžeme med při cukrovce užívat. Zásadně při těžším stupni je med jako i jiné cukry zakázán. Při lehčích formách, kde vystačíme s dietou nebo i malými dávkami antidiabetik, můžeme med užívat, ale musíme o toto váhové množství sníst méně uhlovodanů. Med má vysoké % ovocného cukru / med akátový nebo z ovocných stromů. Je totiž prokázáno, že po ovocném cukru ztrácejí diabetici méně cukru než po cukru hroznovém. Z toho plyne, že nepochybně fruktóza a galaktóza/cukr ovocný a cukr mléčný/ mají v těle jiný osud než glukóza a že jsou v těle lépe zužitkovány.

SLOVO BOŽÍ – Bible nám poukazuje na MED na mnoha místech (zmiňuje se o MEDU), což nás také vede k zamyšlení nad úžasným Božím stvořením jako je včelka, která nám dává nejen potravu, ale i mnoho komponentů k vyléčení našeho organismu.

Jen ten, kdo se zabývá; studiem Písma, to znamená zkoumáním a čtením Božího slova, vidí ve-

likost Božího stvoření ve všech oblastech života a musí žasnout nad Boží velikostí a moudrostí.

Význam chovu včel nespočívá pouze v získávání včelích produktů. Ty tvoří pouze asi jednu desetinu užité hodnoty včel. Hlavní a nezastupitelné místo má včela v přírodě jako opylovač kulturních i planě rostoucích rostlin. Včela je výlučným nebo převážným opylovačem mnoha rostlinných druhů. Významná je i jejich zvláštní vlastnost, která spočívá v tom, že v době sběru nektaru včely navštěvují pouze květy jednoho rostlinného druhu. To zabraňuje nežádoucímu mezidruhovému křížení rostlin.

Kdyby z naší přírody vymizely včely, současně s nimi by zanikly i desítky druhů rostlin, které jsou na opylení včelou závislé. A právě tato služba přírodě tvoří podstatu významu chovu včel. Je to činnost, která se nedá nijak změřit, nedá se finančně ohodnotit a vyčíslit, je to práce, kterou pro nás včelaři dělají bez nároku na finanční odměnu. *Odměnou jim je morální ohodnocení a teprve potom zisk ze včelích produktů.*

Využití včelích produktů má velice dlouhou tradici. Prakticky tak dlouho, jak dlouho zná člověk včely, snaží se jejich produkty využívat ve svůj prospěch. Zpočátku se tak dělo nevědomky, později na základě generacemi ověřených zkušeností byly včelí produkty zařazovány do prostředků lidového léčení. Teprve poměrně krátkou dobu jsme svědky toho, že se o včelí produkty zajímají i vědci – lékaři, biologové, farmaceuti, chemici – a snaží se zjistit podstatu jejich příznivého účinku na lidský organizmus.

Včelí produkty můžeme podle jejich původu zařadit do dvou skupin. Do první patří rostlinný materiál, který včely sbírají ve volné přírodě, obohacují ho o látky vlastního těla nebo jinak upravují a přinášejí do úlu. Sem patří: **Med, pyl, a propolis.** Druhou skupinu tvoří ryze včelí produkty, tzn. Látky, které včela přímo vyrábí ve svém těle a dává ve prospěch celého včelího společenstva. Mezi tyto látky řadíme: **Mateří kašičku, včelí vosk a včelí jed.** Tím jsme si vyjmenovali všech šest základních včelích produktů.

V Božím slově najdeme na mnoha místech zmínku o včelce a jejích produktech. Tak se například podívejme, co Písmo říká o Janu Křtiteli. Čteme:

Měl pak Jan roucho ze srstí velbloudových a pás kožený okolo beder svých, a pokrm jeho byl kobylky a med lesní. -Matouš 3, 4

Byl pak Jan odín srstmi velbloudovými, a pás kožený na bedrách jeho, a jídal kobylky a med lesní. -Marek 1, 6

Jiné verše říkají:

Nazval pak lid Izraelský jméno toho chleba man; kterýž byl jako símě koliandrové, a bílý, a chuť jeho jako koláče s medem. -2M 16, 31

Žádná oběť suchá, kterouž obětovati budete Hospodinu, nebude kvašena; nebo nižádného kvasu, ani medu nebudete obětovat v oběť ohnivou Hospodinu. -3M 2, 11

Do země hojné na pšenici a ječmen, na vinice a fíky a jablka zrnatá, do země, v níž jest hojnost olivový olej přinášejícího a medu. -5M 8, 8

Zprovodil jej na vysoká místa země, aby jedl úrody polní, a učinil, aby ssál med z skály, a olej z kamene přetvrdého, -5M 32, 13

Muži tedy města toho dne sedmého, prvé než slunce zapadlo, řekli jemu: Co sladšího nad med, a co silnějšího nad lva? -Soudců 14, 18

Ale Jonata neslyšev, že otec jeho zavazoval lid přísahou, vztáhl hůl, kterouž měl v ruce své, a omočil konec její v plastu medu, a obrátil ruku svou k ústům svým; i osvítily se oči jeho. -1Sam 14, 27

...soudové Hospodinovi praví, a k tomu i spravedliví. Mnohem žádostivější jsou než zlato, a než mnoho ryzího zlata, sladší než med a střed z plástů. -Žalm 19, 11

A krmil bych je byl jádrem pšenice, a medem z skály sytil bych je. -Žalm 81, 17

O jak jsou sladké dásním mým výmluvnosti tvé, nad med ústům mým. -Žalm 119, 103

Plást medu jsou řeči utěšené, sladkost duši, a lékařství kostem. -Př 16, 24

Synu můj, jez med, nebo dobrý jest, a plást sladký dásním tvým. -Př 24, 13

Nalezneš-li med, jez, pokudž by dosti bylo tobě, abys snad nasycen jsa jim, nevyvrátil ho. -Př 25, 16

Jísti mnoho medu není dobře, tak zpytování slávy jejich není slavné. -Př 25, 27

Duše sytá pohrdá i medem, ale duši lačné, každá hořkost sladká. -Př 27, 7

Máslo a med jísti budete, až by uměl zavrčí zlé, a vyvoliti dobré. -Iz 7, 15

Řka ke mně: Synu člověčí, nakrm břicho své, a střeva svá naplň knihou touto, kterouž dávám. I snědl jsem, a byla v ústech mých jako med sladká. -Ez 3, 3

I šel jsem k andělu, a řekl jsem jemu: Dej mi ty knížky. I řekl mi: Vezmi a pozři je, a učinit hořkost v břiše tvém, ale v ústech tvých budouť sladké jako med. -Zj 10, 9

I vzal jsem knížky z ruky anděla, a pozřel jsem je. I byly v ústech

mých sladké jako med, ale když
jsem je pozřel, hořko mi bylo
v břiše mém. -Zj 10, 10 ■

Autor:
Spolupráce Jenda Haleš, Jana
Hajdušková, redakce



Z RÁJE
DO RÁJE 2. 2024 | Příloha