



## Vliv stravy na rozvoj vědomí

Je nasnadě, že naše strava má vliv nejen na naše tělo, ale i na ostatní články naší bytosti. Ba, mohli bychom říci, že to, co jíme, slouží nejen k výstavbě a zachování našeho těla, ale měrou možná ještě větší také k zachování naší duše a ducha. A je tedy jen logické, že strava působí i na naše vědomí, na jeho vývoj.

Obecně můžeme říci, že nastiněný vývoj vědomí, tedy jeho sestup do hmoty a intelektualizace, byl doprovázen také změnami ve výživě. Konzum masa jde ruku v ruce se zpředmětňováním našeho vědomí, na cestě k intuitivnímu vědomí bude zase ztrácet na významu a lidé se budou žít stále více jen rostlinnou stravou.

**Nedomnívám se však, že bychom vyškrtnutím masa z jídelníčku urychlili svou cestu k intuici. Mnohem spíš je tomu naopak: na cestě k intuici pro nás maso přestane hrát jako potravina roli, nebudeme cítit potřebu ho jíst.**

Na druhou stranu je třeba připustit, že maso působí jako jistá překážka na cestě k duchu, poutá nás ke hmotě.

Naopak mléko i med, tedy potraviny, k nimž se některé východní směry ve výživě staví kriticky, jsou na této cestě cennou a důležitou pomůckou. Zvláště u mléka však v dnešní době dochází při jeho zpracování ke značné denaturaci a je třeba dbát na jeho kvalitu.

Kvalita potravin má různé aspekty. Pro výživu vědomí je například důležité, kolik světla v sobě chovají. To se týká především naší základní potraviny, obilovin a výrobků z nich zhotovených. Používání umělých hnojiv a pesticidů (ale také „moderní“ šlechtění včetně GMO) jejich světelnou kvalitu značně snižuje, proto bychom měli dávat přednost biopotravinám nebo nejlépe potravinám biodynamickým (značka Demeter), u

nichž je světelná kvalita posilována biodynamickými preparáty.

Obiloviny jsou také zdrojem škrobu (sacharidů) nesrovnatelně vyšší světelné kvality než brambory, jejichž hlízy se vyvíjejí v temnotě země, zatímco klasy obilí zlátnou na slunci.

Rovněž u dalších složek naší výživy, bílkovin a tuků, hraje větší roli jejich kvalita než kvantita (množství). Bílkovina luštěnin například není pro rozvoj vědomí příliš prospěšná, proto se jim také třeba pythagorejci vyhýbali. Je zatížena astralitou, tedy živočišností, víc než třeba mléko, i když je živočišným produktem.

Zatímco maso upoutává na hmotu, dodává nám rostlinná strava vitální síly, světlo a vůbec síly Slunce. Avšak vyloučení mléka ze stravy a omezení se pouze na rostlinnou stravu člověka příliš odvádí od Země, člověk tím „ztrácí spojení s konáním lidského na Zemi“ (Rudolf Steiner).

### Světelná strava

A jak je tomu s takzvanou světelnou stravou, tedy s případy, kdy někteří lidé delší dobu, třeba i mnoho let, nepřijímají potravu, aniž by doznali jakoukoli újmu na zdraví?

Proti několikadennímu půstu nelze nic namítnout. Kdo si ho vyzkoušel, potvrdí možná zkušenost, že při něm – po překonání počátečních projevů hladu – dojde k neobyčejnému zbystrění vědomí. Pomocí takového půstu se mimo jiné učíme nelpět tolik na svém těle a vůbec na fyzickém světě. Pokud se někomu dostane schopnosti nemuset jíst jaksi samovolně, zvláště pak ve spojení se stigmatizací, je třeba to považovat za zvláštní dar, milost, ale také za pověření. Avšak záměrný přechod na světelnou stravu a zřeknutí se hmoty Země pro vlastní výživu nemohu doporučovat a spíše před ním chci varo-

vat. Pohnutka k tomu bývá mnohdy ryze egoistická a absence stravy také egoismus dále posiluje. A egoismus není a nemůže být cestou do nebes, nýbrž opačným směrem.

Jelikož se v poslední době zvedla v naší vlasti vlna zájmu o takzvanou pránickou výživu, zvláště v souvislosti s návštěvou Henriho Monforta u nás, chtěl bych k této otázce přece jen říci ještě několik slov a vyjádřit varování naléhavější, než jaké zaznělo v předchozím odstavci. Existence člověka bez přijímání hmotné potravy je v zásadě možná. V dávné historii lidstva také byly doby, kdy člověk hmotnou potravu nepřijímal, a tyto doby zase přijdou, avšak až za dlouhé věky, po které je našim údělem jíst tělo Země. Žijeme zde na Zemi a máme vůči ní určité povinnosti – které nás zajisté mohou i obtěžovat. Zajisté v nás může vyvstávat touha těchto „okovů“ hmoty se zbavit.

Měli bychom si však uvědomit, že se tím dopouštíme jisté zrady, že se zpronevěřujeme svému poslání – a že za to ve své individuální biografii i v našem společném osudu ponese následky. Tato touha není kristovská, je ryze luciferská. Kristovské je milovat Zemi i s jejím hmotným tělem a této lásce dávat průchod v činech. Luciferské je usilovat pryč od Země, od hmoty, chtít se jí zbavit, setrást ji. Co je luciferské, je však zhoubné – pro Zemi i pro nás. V konečném důsledku stejně ničemu neunikneme, jenom si prodloužíme a ztížíme cestu, kterou tak jako tak musíme ujit.

**Radomil Hradil** v knize

### NOVÉ LIDSTVO V NÁS

**Průvodce na cestě k intuici.** Vyšlo ji nakladatelství Fabula, Přátelství 1370, 753 01 Hranice, e-mail: fabula.jank@gmail.com, www.fabula.cz

## Léčení mé matky Slunečními kapkami

Vážená redakce, zasilám vám článek o Slunečních kapkách od léčitele p. Spěváčka. Tyto, asi zázračné kapky, nesmírně pomohly mé matce od bolestí a psychických problémů, kterými dlouhodobě trpěla. Matku pravidelně vozím několik let do nemocnice na pravidelné kontroly a vyšetření. Musím se zde zmínit, že má matka má rakovinu kostní dřeni, kyčelních kloubů a bez berlí nebyla schopna učinit ani jeden krok sama. Matce je 78 let a žije ve třetí patře v domě, který nemá výtah. Když jsem matku vezl na kontrolu, musela sejít po schodech dolů, tak jsem na ni pozoroval, jak trpí každým krokem. Dnes, po roce užívání těchto zázračných kapek, které léčitel p. Spěváček nazval slunečními, mi nezbyvá, než vám potvrdit, že tyto kapky mé matce nesmírně pomohly a dále pomáhají.

Dnes již bolestmi netrpí. Berle nepoužívá a dokonce

sama sejde po schodech a zajde si nakoupit. Občas se projde i po našem zámeckém parku.

Já sám jsem byl vždy k těmto léčitelským praktikám od samozvaných léčitelů velmi skeptický, ale jak to v životě chodí, pokud se nevěříci člověk nepřesvědčí sám, tak je k věci skeptický. Když mi ošetřující primář mé matky koncem loňského roku sdělil, že matce zbývá půl roku života a není lék, který by matce pomohl, byl jsem z té zprávy zcela zničen. Náhoda tomu chtěla, že jsem se dověděl o tomto zázračném léku od p. Spěváčka. Díky tomu má matka žije a hlavně netrpí bolestmi a také se jí zlepšila psychika.

Na závěr mého příspěvku pro čtenáře časopisu MEDIUM bych vám, vážená redakce, chtěl srdečně poděkovat na vaše zveřejňování podobných příspěvků od pisatelů. S úctou vás zdravím **Církevní kněz, E. F.**