



Dřevo a naše zdraví

Ti, kteří se kdysi přátelili se stromy a vybrali si je za své průvodce životem, dlouho sklízeli od ostatních výsměch jako romantici, již jsou odtrženi od reality. **Výzkum a věda nám však dnes impozantně odhalují, jaké dary přírody na nás čekají, jestliže vpustíme do svých životů a domovů stromy a jejich dřevo.** Kdo spí v „náručí“ čistého dřeva, šetří si srdce. Srdce se zbaví přebytečného napětí, tělo je uvolněnější a vystačí v noci s pomalejším pulzem. Srdce bije až o tři tisíce úderů pomaleji, což znamená asi hodinu jeho aktivity. Současně se prodlužují regenerační fáze hlubokého spánku, imunitní systém se (měřitelně) posiluje a naše vegetativní nervová soustava optimálně vitalizuje.

Řečeno ve zkratce – dřevo nám prodlužuje život, uzdravuje nás a udržuje nás zdravé a fit. Ještě před nedávnem bylo jen stěží představitelné, že bychom se něco podobného dozvěděli i z uznávané lékařské fakulty. Dřevo má na náš organismus okamžitý účinek, a to ne až po několika letech pobývání v dřevostavbě. Jen co vstoupíme do dřevěného prostoru, lehne se do postele z masivního dřeva nebo se posadíme ke dřevěnému stolu z neošetřených desek, okamžitě začne na naše tělo působit neviditelná síla, kterou teprve před nějakým časem změřili a prokázali špičkoví badatelé v oboru humánní medicíny.

Humánní medicína dnes přichází k zjištění, že lidské tělo obklopené čistým dřevem reaguje pozitivně a že jeho přítomnost ho posiluje. Můžeme se o tom přesvědčit, změříme-li tep, EKG, pracovní výkonnost, imunitní systém i odolnost nervů vůči podnětům. Dřevo, tento jemně utkaný materiál, jeho vibrace i kouzlo měřitelně a jednoznačně působí na lidský organismus. Vědecky (čili seriózně) lze dnes dokonce odvodit, že člověk uvnitř celodřevěných domů žije déle. Potvrdily to pokusy s osobami, které nejdříve stokrát spaly v dřevěných postelích či pracovaly v dřevěných prostorách, jež poté zaměnily za běžné postele a místnosti. Testovací přístroje zaznamenaly u všech testovaných osob bez ohledu na pohlaví a věk, jakmile se ocitly uprostřed dřeva, pokaždé posilnění organismu.

Jakou cestou proudí tato síla dřeva k člověku, jaké jsou to druhy vln, vibrací a informací, zůstává zatím tajemstvím. Tušíme to sice, ale věda nám to zatím exaktně nepotvrdila. Osvětlení vazby mezi stromem a člověkem je asi úkolem budoucích vědců. Nejprve se však zeptejme: Může z nás tyto nově odhalené vlastnosti dřeva, které jsou

pro člověka pozehnáním, také každý využít? A zaposloucháme-li se, uslyšíme z lesa tichou odpověď: **Energetickou čerpací stanicí dřevo si může do svého života zabudovat každý.** Platí pouze jedno pravidlo: **Čím původněji a přirozeněji se dřevo zpracuje, tím má na člověka větší účinek.**

Člověk, jenž žije se stromem, pečuje o něj a udržuje jej ryzi a neposkvřněný tím, že nepoužívá (žádné) jedovaté látky, pomáhá stromu, aby dokonal svoje původní poslání v koloběhu přírody – aby se do ní v původním a přirozeném stavu opět navrátil. A za to nás strom odmění přímo pohádkově? Zdravím a dlouhým životem.

Recept, jak to udělat, je prostý: Postav si z masivního dřeva dům, školu nebo školu, kancelář či nemocnici. Nechat si u truhláře poctivě z dřevěného masivu vyrobít nábytek, který poslouží několika dalším generacím. To je vše, víc se po nás nežádá. Jedinou nezbytností je naše svobodné rozhodnutí, že chceme, aby nás stromy a jejich dřevo provázely životem.

* * *

Byl jednou jeden muž, který si původně ani nepomyslel, že objeví něco tak senzačního a že oborem jeho dalšího bádání se stane dřevo. Tento člověk je univerzitní profesor dr. Maximilian Moser, specialista na biologické rytmy, působící na lékařské fakultě ve Štýrském Hradci.

Několik let předtím, než jsem se s Maxem Moserem seznámil, jsem se zúčastnil jednoho sympozia v Innsbrucku. Jeho tématem bylo dřevo, speciálně **limba – voňavý druh borovice**. Po desetiletí se limba nakupovala buď pro interiéry typických alpských světnic, nebo se její dřevo kvůli lehkosti používalo jako materiál k sochání do dřeva. Koncem devadesátých let dvacátého století alpské světnice vyšly z módy a nahradil je moderní design. Také modeláři předsedli na plastické hmoty, takže limbové dřevo už nikdo nekupoval a jeho odbyt sklouzl do těžké krize. Cílem sympozia bylo tedy nalezení nových cest, jak limbu opět využívat a tomu měla napomoci i vědecká studie.

Mužem rozhodujícího okamžiku se stal profesor Moser. Ten si vzpomněl na mimořádné kvality dřeva při práci na projektu ruské vesmírné stanice a i když si nebyl jistý svou věcí, přislíbil, že z medicínského pohledu limbu vědecky prozkoumá. Profesor opět prokázal svou genialitu jednoduchým řešením – nechal si zhotovit dvě pracovní a dvě postele: jednu místnost i postel z čistého limbového dřeva a druhou z umělé imitace s dekorem dřeva a s vysokým podílem syntetických látek. Tento materiál

tvorila nosná deska, která se podobala dřevotříse. Vznikla slisováním kličem slepených dřevěných třísek, na něž byl nalepen plastický dekor, který laik na první pohled považoval za pravé dřevo. Prostě umělá (a téměř dokonalá) imitace dřeva, jež vyšla z „kuchyně“ petrochemie.

Nyní profesor nechal testované osoby různého věku a pohlaví, které nevěděly, co se vlastně sleduje, střídavě spát v posteli ze skutečného dřeva a pak v posteli z imitovaného dřeva. Každého probanda pak vybavil čidly, která měřila lékařské hodnoty. Tento jeho pokus se zapsal do historie. Limba předčila veškeré naděje i očekávání, jež do ní byly vloženy. Její pozitivní účinek ve srovnání s imitací dřeva všechny nadmíru překvapil:

O tři tisíce úderů tepu méně během jedné noci, prodloužení fáze hlubokého spánku, lepší subjektivní kvalita spánku a posílení vegetativní nervové soustavy. Až dosud si nikdo z nás nedokázal představit, že příjemný pocit ze dřeva lze vyčíst (i) pomocí uvedených faktů. V krátké době byla limba považována výhradně za zdraví prospěšné dřevo a poptávka se znásobila. Dnes nakupujeme z lesů limbové dřevo za čtyřnásobné ceny. Pro lesníky to bylo jako sen. Kde to jen podmínky dovolují, vysazují se dnes limbové lesy. Limby se ochraňují a pěstují a ve sporných případech se ve prospěch limby odstraňuje i smrk.

Lidé se začali ptát: „Dokáže to pouze limba?“ Limbové dřevo se vyskytuje poskrovnu, zatímco smrk, jedle a borovice dorůstají ve větším množství, než vůbec jsme schopni sklídit! Země Jižní Tyrolsko dala vděčně k dispozici také prostředky na projekt, při němž se na jihotyrolských smrcích zkoumalo, zda mají podobně blahodárný vliv na naše zdraví jako limba. Tentokrát se srovnávaly kanceláře a pracovní z masivního smrku a na druhé straně zhotovené konvenčním způsobem a z imitovaných materiálů. Zkrátím to a řeknu, že smrk dokáže totéž. Dosahuje podobných hodnot jako limba a taktéž podporuje uvolnění, zklidnění a schopnost koncentrace. Vše začalo drobným průzkumem, který se rozrostl do jednoho z nejdůležitějších výzkumů, jenž se nyní týká všech stromů.

Erwin THOMA v knize

TAJNÁ ŘEČ STROMŮ aneb Jak ji dešifruje moderní věda,
kterou vydalo nakladatelství
ANCH BOOKS, objednávky:
www.anch-books.eu, nebo tel. v ČR
p. Bucková: +420 721 680 872
a na Slovensku p. Bohunicá:
+421 907 375 424