

BYLINKY PODLE ZVĚROKRUHU



Staré přísloví říká, že není na světě bylina, která by na něco nebyla. Astrologie zase každému znamení připisuje účinné bylinky. Z nich můžete vařit čaje či je přidávat do jídla.

Jaké bylinky jsou pro jednotlivá znamení ty pravé?

Beranovi svědčí chmel

Většina zdravotních problémů Berana vyplývá z jeho bláznivého tempa, které nedovolí, aby pořádně vyležel své choroby. Když k tomu připočtete bolesti hlavy, je úkol byliny jasný: Berana je potřeba zklidnit. Zaručeně mu pomůžou chmelové šišky. Může si je zašít do polštářku, který si dá pod hlavu, nebo je zalít vroucí vodou a pít jako čaj. Pokud Beran nastydne, zabere odvar z černého bezu nebo česnek v jakékoli podobě.

Co Býkovi? Podběl!?

Jeho zdraví bývá obvykle záviděníhodné. Ovšem dobrému jídlu a pití Býk nikdy neodolá, a tak mívá trávicí problémy. Pomůže mu odvar z artyčoku. Moc nechutná, ale pomáhá! Na choroby krku, které dovedou Býka potrápit, se osvědčil podběl. Uvařte z něj čaj, přidat můžete jitrocel. Ideální bylinkou pro Býka je taky petržel.

Působí jako mírná rostlinná dezinfekce, navíc předchází zadržování vody v organismu, které je u Býků hodně časté.

Blížencům voní konvalinka

Pozornost by měl každý Blíženec věnovat nervům. Staré recepty radily na rozčilování, které je jeho věrným průvodcem, popíjení odvaru z květů konvalinek v bílém víně – ovšem konvalinka je problémová, a proto bude lepší kozlík lékařský. Při onemocnění dýchacích cest jsou ideální sádlové obklady na prsa. Lněné semeno, jehož odvar se používá při trávicích potížích, může Blíženec pít i při kašli. Aby čaj chutnal, musí si ho přisladit a přidat plátek citronu.



Rakovi pomáhá zázvor

Veškeré jeho psychické propady se odrážejí na stavu jeho žaludku. Rak navíc mívá pomalejší látkovou výměnu, takže většinou tahá pár kilo navíc. Ve starším věku mívá problémy s tlakem a Račice trpí hormonální nerovnováhou. Aby se jeho metabolismus pohnul, spolehlivě zabírá zázvor. Může si ho přidat

špetku do čaje, sušený zázvor se dá také zalít horkou vodou, osladit medem a popíjet. Pro zrychlení látkové výměny je vhodný mátový čaj. Gynekologické problémy zvládne odvar z měsíčku lékařského nebo kontryhele.

Pro Lva? Jedině arnika!

I ctižádostivý Lev by měl pochopit, že je lepší, když si občas odfrkne. Udělá to dobře srdci a předejde i potížím se žlučníkem a játry, což jsou orgány, které reagují citlivě na stres.

Při problémech s tlakem, které mívá Lev dost často, pomáhá arnika. V jídle mu udělají dobře byliny hořké chuti: koriandr, petržel, bazalka a kardamom.

Vhodnou bylinkou na problémy s játry a žlučníkem je výluh z artyčoku a šťáva z řepy.

Panny fandí majoránce

Jejich koníčkem je péče o vlastní zdraví.

Panny většinou trpí trávicími problémy, proto by každá měla jíst co nejvíce endivie, což je druh zeleného salátu. Do jídla, pokud to jen trochu jde, by měla přidávat kopr, kmín a zázvor, což usnadňuje trávení. Dobře jí udělají i odvary z anýzu, slézu a eukalyptu. Zrozenci tohoto znamení se neustále stresují, a proto nutně potřebují bylinu, která podpoří funkci jater. Zvláště účinná je majoránka – jako koření i jako čaj.



Váhy rozzáří kopřiva

Váha se nerada rozhoduje, špatně snáší změny a stres. To se odráží na činnosti ledvin.

Když je Váha celá rozklepaná a má pocit, že se jí nic nedaří, zabere odvar nebo výluh z meduňky.

Skvěle funguje jarní detoxikační kúra z kopřiv.

Když ještě doplní pití kopřivového čaje oplachováním vlasů odvarem, bude plná energie i náležitě krásná!

Při problémech s ledvinami pomáhá urologický čaj, ale především petržel, která působí močopudně.

Úspěšné jsou i čaje z lopuchu většího a mochny (tu dávkujte velice opatrně!).

Štírovi dopřejte česnek

Mívá problémy se střevy, močovým měchýřem a pohlavními orgány. Vzhledem k napětí, v němž žije, se nevyhne vyššímu krevnímu tlaku. Na regulaci tlaku se osvědčil zejména česnek, který zároveň posiluje krevní oběh.

Trávicí potíže se dají zvládnout s pomocí chilli papriček, ale jen v přiměřeném množství.

Na štíří zdravotní problémy zabírá i pelyněk, křen

a ostružinové listí – v jeho užívání by však měl být rozumný, protože jakékoli přehánění je kontraproduktivní.

Na Střelce zabírá pampeliška

I když se mu nechce, měl by věnovat pozornost životosprávě. Střelec totiž lehce přibírá.

Navíc jí přesně to, co by neměl, takže jeho játra trpí.

Když si nařiká na trávicí problémy, jsou většinou způsobeny přejídáním. Na to zabírá pampeliška!

Popíjí se po doušcích jako čaj, na jaře ji můžete přidat pokrájenou do salátů.

Dobře mu udělá i odvar z macešky. Jde o bylinkový zázrak, který zrychlí metabolismus a zbaví pocitu přeplněného žaludku. Střelci by měli často popíjet odvary z řepíku lékařského nebo čekanky obecné – obě byliny posilují játra.



Kozorohovi přesličku

Kozoroh většinou nemívá se zdravím potíže.

Když ale nějaký problém má, měl by ho řešit hned

a bez otálení. K lékaři ho spolehlivě dostane revmatismus a pleť, která trpí rozšířenými žilkami. Vlasům a kůži dělá dobře odvar z přesličky.

Při problémech s revmatismem se doporučují koupele v odvaru z březového listí, které pomáhá i na potíže s pletí. Má-li Kozoroh problémy s klouby, udělá nejlépe, když část masa v jídelníčku nahradí produkty z celozrnné mouky.

Vodnář ctí černý bez

Potíže mívá nejčastěji s křečovými žilami a křečemi v lýtkách. Potrápít ho mohou také potravinové alergie. Na přetížené nervy nejlépe zabírá odvar z třezalky tečkované. Při déletrvajících potížích by se však měl Vodnář vypravit k lékaři.

Na křečové žíly a křeče v lýtkách zabírají preparáty s výtažkem ze jmelí. Proti křečím fungují i minerálky bohaté na hořčík. Výborným léčivem je odvar z černého bezu, který urychluje látkovou výměnu. Vodnář ho může pít buď neslazený, nebo se lžičkou medu.

K Rybám patří hloh

Spousta zdravotních problémů (pomalá látková výměna, potíže s játry a slinivkou) pramení ze stresu, který by se Ryba měla naučit co nejúčinněji zvládat.

Pro urychlení látkové výměny si může jídla ochucovat zázvorem, pepřem, kmínem a koriandrem, nebo si z nich udělat odvar a malými doušky jej popíjet.

Trávení vylepší i teplý odvar ze semen kopru.

Na uklidnění ve chvílích, kdy má Ryba pocit, že jí starosti přerůstají přes hlavu, se osvědčil hloh, který ji psychicky srovná a pomůže vidět svět v jasnějších barvách.