

Ochrankyňa a liečiteľka

Baza čierna

Baza čierna (Sambucus nigra)
sprevádza ľudstvo už neskutočne dlhú dobu. Aké dary nám prináša aj dnes?



Latinské rodové meno sambucus pochádza z gréckeho sambucu, čo znamená hudobný nástroj. Z bazy sa vyrábali a stále vyrábajú píšťalky. Anglický názov elder je odvodený od anglosaského slova aeld, čo znamená oheň – duté vetvičky bazy sa kedysi používali na rozduchovanie ohňa. Nemci nazývajú bazu holunder, je to z germánskej mytológie podľa víly, ktorá sa volala Holda. Traduje sa, že bývala v bazovom kríku spolu s elfami a škriatkami, pre ktorých bola kráľovnou. Mala dvojitú tvár – tvár peknej dobrej ženy, ale tiež škaredej zlej čarodejnice. Baza má v tradíciách našich predkov pozitívnu aj negatívnu tvár. Ukazuje nám, že máme v sebe obe polarities a je čas a priestor na to, aby sme to v procese seba poznania uvideli, uznali a prijali.

Ing. Dana Hübschová

Som jedna z vás, manželka, matka, dcéra, kamarátka, žiačka i učiteľka a veľmi vnímavá bytosť.



S vášňou a odvahou sa venujem Kníhkupectvu Kniha Vita v Novej Dubnici, ktoré vnímam ako svoje dieťa a bezpečný priestor, kde sa dostaneme k informáciám, ktoré potrebujeme na našej ceste. Popri tom som zaľúbená do svojho poslania – venujem sa Bachovej kvetovej terapii a hĺbkovej zvukovej muzikoterapii – ladením ladičkami v Centre Gara. Pri terapiách riešime i emocionálne zranenia a tu prichádza na rad homeopatia, ktorej čaro objavujem. Pomáham bytostiam, ktoré sa vychýlili z rovnováhy (emocionálnej i fyzickej) a chcú vziať zodpovednosť za seba do vlastných rúk. Život je zmena a ja sa s vďakou každý deň, v každej chvíli učím nové veci a prichádzajú mi nové pochopenia.

A tie rada sprostredkujem aj vám.
www.knihavita.sk; www.centrumgara.sk

Ochrana pred negatívnou energiou

Z bazového dreva bol údajne zhotovený Ježišov kríž. Sediaci pribíjali bazové vetvy v tvare kríža na vráta chlieva. Verili, že ich čarovná moc ochráni dobytok. Záhradkári hovoria, že bazovú vetvičku stačí zapichnúť do krtinca a jej zázračná moc vyženie krtka. Ak sú kvety bazy jemné, je to predzvesť suchého roka. Kde rastie ker bazy čiernej, tam vraj blesky nikdy neudrú. Baza na pozemku ho chráni i s jeho obyvateľmi pred zlými silami. Keď vetvičkami bazy vytýčime hranice nášho pozemku, robia pozemok nedotknuteľným a vytvárajú tak jeho pomyselnú energetickú ochrannú hranicu. Na Sicílii sa verilo, že bazová vetvička zabije hada a odhalí zlodeja. Počas slávností svätej Rozálie v Palerme bolo zvykom, že chlapci si priviazali vetvičky bazy okolo hlavy a pása na znamenie radosti a víťazstva. Dodnes sa bazou zdobí mesto vždy pred touto slávnosťou. Ľudová tradícia tiež vraví, že nie je vhodné robiť z dreva bazy dosky na podlahu, nábytok a najmä detské postieľky.

„Všetky veci v prírode pôsobia ticho. Vznikajú a nič nevlastnia. Plnia svoju úlohu a nič nepožadujú. Všetky veci konajú svoje dielo. Keď dosiahnu svoj rozkvet, vracajú sa k svojmu pôvodu. Je to naplnenie osudu, večný zákon. A poznať zákon je múdrosť.“

Lao-c'



Obohatenie jedálneička

Z bielych až bielo-žltých kvetov sa vyrába bazový sirup, víno, bazové želé, džem, či bazová malinovka. Kvety sa tiež sušia do čajových zmesí. Môžeme ich aj vyprážať. Ak máme prístup k bazovému kríku a nechce sa nám ju spracovať, môžeme si nazbierať zrelú bazu, dať ju do mrazničky a sirup alebo lekvár môžeme uvariť, keď na to budeme mať čas a chuť.

Využitie v homeopatii

Homeopatikum baza čierna je vhodné pri problémoch s dýchacími cestami, najmä pri suchom, dusivom kašli, ktorý môže byť sprevádzaný silným potením. Kašeľ prichádza okolo polnoci, zlepšuje sa sedením a pohybom. Môže ho sprevádzať aj namodrávaná tvár. Človek je mrzutý a v tomto stave sa ľahko vystraší. Keď dieťaťko pri papaní púšťa bradavku, je to preto, že má upchatý nos a nemôže dýchať. Homeopatikum je vhodné tiež pri suchej nádche u dojčiat.

Tradičná čínska medicína

Používajú sa kvety a plody. Pôsobí ako ochranca pred vzniknutím vonkajšieho patogénu. Baza je schopná vypudíť tzv. veternú horúčosť. Chuť bazy je kyslá, horká a povaha chladná. Opatrne ju treba užívať u ľudí s prázdnotou jangu, výraznejšou prázdnotou čchi a u starších osôb. Baza vylučuje toxicitu,

Účinky bazy kedysi a dnes

V ľudovom liečiteľstve bola čierna baza považovaná za všeliek. I teraz tu má nezastupiteľné miesto. Jej jednotlivé časti slúžia na niečo iné:

- ❖ Z výhonkov sa pripravuje odvar, ktorý lieči bolesť nervov a zápal.
- ❖ Listy sa používajú na kožné problémy. Čerstvé alebo sušené sa pridávajú do masti, ktorá sa používa na liečbu pomliaždenín, rezných rán a výronov. Na hemoroidy sa odporúča listy uvariť v lanovom oleji. Čaj z nich je močopudný, ich šťava lieči podráždené oči.

❖ Kvety bazy sa používajú na prípravu vody vo forme pleťového tonika, ktoré má stahujúce účinky. Z kvetov sa pripravuje čistiaci čaj, alebo rôzne nápoje. Vylúhovaním sušených kvetov (lúhovanie 1 hodinu) sa pripravuje nálev, ktorý má blahodarné účinky na podráždenú pokožku. Krém zo sušených kvetov je vhodný na všetky typy pleti, zvláčňuje pokožku, vyhladzuje vrásky a potláča pehy. Upokojuje tiež pleť po spálení slnkom. Čaj z kvetov pomáha znížiť telesnú teplotu, je vhodný v období chrípky a prechladnutia. Pôsobí pri sennej nádche,

zápale priedušiek a prínosových dutín. Lieči čiastočnú hluchotu a zápal uší.

❖ Plody sú vhodné na sirup, na liečbu zápalu priedušiek a pľúc. Môžeme z nich pripravovať čaj, víno aj zaváraniny.

❖ Kôra sa používa ako prostriedok na vyvolanie zvracania. Podávala sa na vyvolanie pôrodu. Čerstvá kôra sa prikladá na oči a lieči zelený očný zákal. Je vhodná proti bolestiam hlavy. Používa sa pri problémoch s ľadvinami, ale aj pri ochoreniach srdca.

❖ Koreň, rozdrvený a uvarený je vynikajúci vo forme odvaru alebo zábalu proti poruchám metabolizmu a pri DNE.

❖ Dreň sa mieša s múkou a medom. Používa sa na zmiernenie bolesti vyklíbenej končatiny.

❖ Treba ju povariť! Toxicitou častou rastliny sú kôra, listy a najmä nezrelé plody. Spôsobuje to najmä látka sambunigrín. Otrava sambunigrínom nastáva po konzumácii veľkého množstva čerstvých plodov alebo po vypití šťavy z neprevarených bobúľ. Pre miernu toxicitu plody bazy surové nejeme, ale po prejdení varom sú jedlé. Príznaky otravy sa prejavujú ako vracanie, nevoľnosť a hnačky.

urýchľuje výsev na koži. Kyslá chuť vysušuje, horká vedie k vylúčeniu toxicity. Kvety bazy čiernej sa používajú pri červených vyrážkach. Tiež sa môžu použiť pri stúpaní jangu pečene, tvorbe pľúcnych abscesov – ložiskových zápalov. Schopnosť pôsobiť na zníženie stúpajúceho jangu pečene sa využíva napríklad pri liečbe bolesti hlavy. Rovnako je výborná pri ochoreniach žalúdka, ak ho spôsobuje útočiaca pečeň. Kvety aj plody bazy čiernej sa používajú pri liečbe horúčky a kašľa, červeného, opuchnutého a bolestivého hrdla.

Ukazuje nám, kam patríme

Baza čierna nám ako kvetová esencia pomáha nájsť si svoje miesto. Pomáha nám objaviť domov vo svojom vnútri. Byť samými sebou a objaviť svoj potenciál. Uvedomiť si svoje miesto v rodine, škole, práci, spoločnosti a v systéme. Je významnou súčasťou našej prírody. Nedá sa mi urobiť iné, iba pre ňu zázračne nájsť miesto v našej záhrade.

Džem z plodov

Plody umyjeme a vidličkou oddelíme od stoniek. To ide ľahko, pokiaľ sú plody zrelé. Bobuľky bazy aj s ovocím na zahustenie – nakrájanými jablkami, hruškami, slivkami, dáme variť s 3 klinčekmi. Nepodlievame vodou, popučíme varechou, varíme 20 – 30 minút. Bobuľky bazy pustia dosť šťavy. Zmes rozmixujeme ponorným mixérom a môžeme prepaširovať. Potom zmes pomaličky varíme, po pár minútach pridáme cukor, okolo 350 g na 1 kg plodov s ovocím. Pridáme malú lyžičku kyseliny citrónovej a varíme do zhutnutia. Nalejeme do horúcich pohárov, otočíme hore dnom a necháme vychladnúť zabalené v deke. Jeme ho ako bežný džem napríklad na raňajky s chlebíkom a maslom. A je výborný na palacinky. Hodí sa aj na osladenie čaju alebo do letnej domácej malinovky.

