

INFO

MARIION



KVĚTEN / ČERVEN 2024

e-bulletin detoxikace a imunoaktivace MUDr. Josefa Jonáše



O vlkovi a koze

Alternativní znamená „zastupující“, číhající na svou příležitost, pohled z druhé strany. Alternativní medicínu ovšem nikdy nikdo neuznal, neregistroval, nebral v úvahu. Oficiální medicína nechce ani slyšet o tom, že by někde mohla mít sourozence, byť nevlastního.

Kdysi byla přírodní medicína vládcem, pak se zrodila chemie, přírodního sourozence zavraždila a bylo to. Jako ve starověkém Římě či Egyptě. Sochy se zbouraly, knihy se spálily, jméno se muselo vyslovovat potichu. Alternativní medicína se stala sprostým slovem, synonymem vzpoury. Ve skutečnosti nezahynula, jen odešla do undergroundu.

Jedna moje pacientka, sama lékařka, byla dlouhé roky sledována pro poměrně závažnou vadu trojcípé chlopně. Při poslední kontrole vada zmizela. Moderní medicína nic takového nezná. Nikdo nezvedl telefon a nezavola. Když to není možné, tak se tím nebudeme zabývat. Ještě bychom byli směšní.

Díky padesáti letům socialismu jsme prošli zajímavým experimentem. Ve dvacátém století nejprve alternativní medicína byla, pak nebyla a opět je. Lidé hlasitě přivítali její zmrtvýchvstání. Stát dostal strach, lékaři zpozorněli. Jako mouchy se vyrojily články přísluhujících novinářů. Pozor lide, číhá na tebe nebezpečí v podobě léčitelů, terapeutů a jiných

neseriózních individuů. Po pár letech propagandy si opravdu lidé pozor dávají. Lékaři ani stát se nemusí bát o svou nadvládu. Články o léčitelích zmizely. Je ticho po pěšině.

Lidé to vymysleli rafinovaně. Jeden den se jde k léčiteli, druhý den na vyšetření do nemocnice. Lékaři vyšetřují, strkají rourky, rentgenují, ultrazvukují, analyzují a léčitelé léčí. Mají své bylinky, homeopatika, diety. Všichni jsou spokojeni. Pilulky se zapíjí výtažky z bylin, rány mažou tajemnými balzámy. Reklamní svět jen kvete. Všechno se prodá. Doma máme 100 druhů potravinových doplňků. Tak to má být. Vlk se nažral a koza zůstala celá.

MUDr. Josef Jonáš

Struktura imunity

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Zabývám se otázkami imunity už desítky let, stále je přitom co objevovat. Zvláště, když člověk prožívá bezmocnost lékařů v krizích, které jsou řešitelné právě jen prostřednictvím imunity. Lidé si vytvořili nové normy – několik infekcí do roka a pár krabiček antibiotik.

Cílem detoxikace imunitního systému je dosáhnout stavu zcela bez nežádoucích infekcí. Není to utopie, i když fungování imunity je ovlivněno mnoha faktory. Cesta za tímto ideálem nevede přes vakcíny, vitamin D, zinek, probiotika či roušky. Lékař, který předepíše nejvíce antibiotik, by měl mít nejnižší plat. Samotná imunita je nezbytná k přežití všech organismů. Čím je systém složitější, tím je poruchovější.

Nové pojetí boje

Kdysi dávno selekci silných jedinců zajišťoval přirozený výběr. Všichni chceme, aby naše děti byly zdravé, abychom netrpěli nádory. Chceme dobře vypadat a být aktivní do vysokého stáří. To vše jsou hlavní úkoly pro imunitní systém.

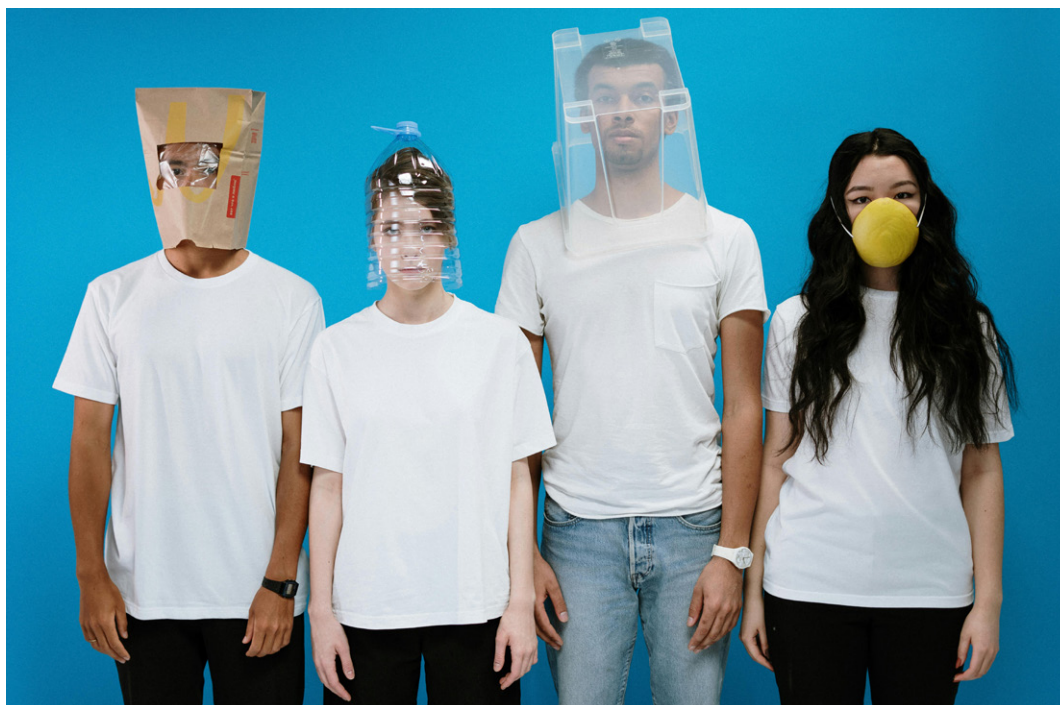
Ten se dělí na imunitu buněčnou a humorální. Každá má jiné úkoly. Jejich řídicí systémy se nacházejí v rozdílných částech mozku. Není proto možné podat jednoduchou látku a myslet si, že bude vše vyřešeno. Nejméně dvě desítky různých látek musí spolupracovat.

Byznys se točí kolem léčby nádorů. Imunitní systém je k boji proti nim velmi dobře vybavený. Ovšem jen do určitého okamžiku a za

určitých okolností. Tudy vede cesta. Nemluvím o tom, jak roste množství alergií či autoimunitních nemocí. Máme dostatek znalostí k tomu, abychom přinesli do boje nové pojetí a snad i zvrát tohoto nepříznivého vývoje.

pitvat se v každém soustu, ale pochopit, proč tyto orgány neplní dokonale svou funkci.

Počet nepřátel je veliký, proto se musí imunita trvale školit. V dětství školení zajišťuje brzlík, později střevní Peyerské plaky. Proto



Proč orgány nefungují

Tak jako všechny tělesné i duševní pochody může být imunita rozbourána stresem a negativními emocemi. Rozhodující orgány jsou kostní dřeň, tenké a tlusté střevo, slezina, lymfa, plíce, žaludek, slinivka břišní a samozřejmě mozek. Člověk není tím, co jí, ale tím, co ze stravy využije. O tom rozhodují střevo, slinivka a žaludek. Není tedy tak důležité

můžeme tvrdit, že stav střevního mikrobiomu tvoří 60–70 procent imunity. My ale potřebujeme sto procent. K tomu je zapotřebí souhra celého orchestru. Může se přitom stát, že jsou imunitní buňky napadeny různými viry. Setkáváme se s tím častěji, než si myslíme. Soubor o kvalitě imunitního systému dostává pak ještě jinou dimenzi.

Nejen střevní mikrobiom

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Kdybychom měli detoxikační komisi, tak by zjistila, že se z 90 procent věnujeme střevnímu mikrobiomu. Příčiny drtivé většiny zdravotních potíží s ním totiž souvisí. I znalosti dalších orgánů a preparátů jsou ale pro detoxikaci důležité.

Závažné a smrtelné toxiny můžeme najít i v srdci a cévním systému. Nemocnice jsou plné pacientů se selháváním srdce a ucpáváním cév, od dětského věku až po stáří. Tito lidé se k nám nedostanou, protože jde o náhlé, nečekané problémy. Máme jen jednu preventivní možnost – Corcirk, Vak a Emotion.

Žaludek, slinivka, lymfa

Preparáty Gas pro žaludek a Pan pro slinivku břišní nejen uleví od bolesti, ale vrátí i životní elán. Svět je plný nenávisti a zloby, která se hromadí v játrech a žlučníku. Může za naši nervovou přecitlivělost. Agresivní dítě je zároveň zbabělcem. Játra zajišťují pohyb všeho tekutého v našem těle. Opakem je stagnace. Hepcirk je základním preparátem, který nesmí v našem arsenálu chybět. Rescirk je preparátem života, něco jako vzduch.

Polovina dětí v USA prý bere antidepresiva. Zároveň kašle, sípá, trpí astmatem. I detoxikace plic je proto důležitá. Zvláště když Rescirk budeme kombinovat s preparátem Lymmex.

Existují dva systémy, bez nichž detoxikace neprobíhá – jde o lymfatický systém a gliovou soustavu.

Preparát Lymmex obsluhuje všechny tkáně omývané lymfou. Glie tvoří základ preparátů Brein, Veg a Penev. Z organismu odvádí většinu toxinů ledviny. Ty spolu s močovými cestami čistí preparát Urcirk.

Doporučuji zároveň pití bylinných čistících čajů.

Výhodná investice

Slezina je orgánem myšlení, nikoliv však pozitivního. Jde o nutkavé myšlenky, kterých se nemůžeme zbavit. Preparát Liencirk je nenápadný, ale prospěšný. Mimo jiné má vliv na vznik krve. Čím více krve, tím více čchi.

Zdrojem velkého množství toxinů jsou i přelidněná zeměkoule a touha

po úspěchu. Bezpodmínečně nutné je také hlídat si stravu. Když maso, tak kvalitní, nikdy ne z velkoobchodů. Pesticidy v zelenině rovněž nejsou hitparáda. Režírovat svůj život není vydělečná profese, ale vyplatí se.

Umělá inteligence prý napsala, že v nejbližších deseti letech zahyne 80 procent lidí. Zůstanou jen ti nejchytřejší. Víra v sebe a sebekontrola jsou proto investice, které se vyplatí.



Detoxikace lymfatického systému

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Neznám člověka, který by neslyšel něco o lymfě. Zním ale jen velmi málo lidí, kteří by přesně věděli, co to lymfa je. Existují o ní knížky, které mají stovky stran. Lymfatický systém je totiž opravdu propojený se vším.

Vorganismu máme spoustu tekutin, které tvoří až 80 procent tělesné váhy. Každý zná krev a krevní oběh. Málokdo ale tuší, že v organismu je ještě jeden cévní systém, jenom nemá srdce.

V krvi a lymfě je ale rozdíl. V nervovém systému není lymfa, zatímco krev je pro něj nezbytná, protože přenáší kyslík. V lymfě zase plují lymfocyty, zásadní buňky pro buněčnou imunitu. V krvi jsou erytrocyty pro přenos kyslíku, trombocyty pro vyláčení ran a leukocyty, bílé krvinky.

Likvidace i tvorba

Lymfa omývá každou buňku našeho organismu mimo nervový systém.

Žádná detoxikace nefunguje, když lymfatický systém nepracuje dobře. A to se bohužel stává.

Plaví se v něm všechny externí a interní toxiny. Víme, že krev mohou postihnout různé nemoci, lymfu ovšem také. Krvinky i lymfocyty vznikají v kostní dřeni. Napadlo vás někdy, jak je možné, že těchto elementů má být stabilní počet? Slezina staré a opotřebované buňky krve i lymfy likviduje. Počítá zlikvidované a dává pokyny k výrobě nových.

Lymfatický kmen se rozpadá do lymfatických cév, cévek, kapilár a kapilárních sítí, které jsou tak jemné, že jimi pro-

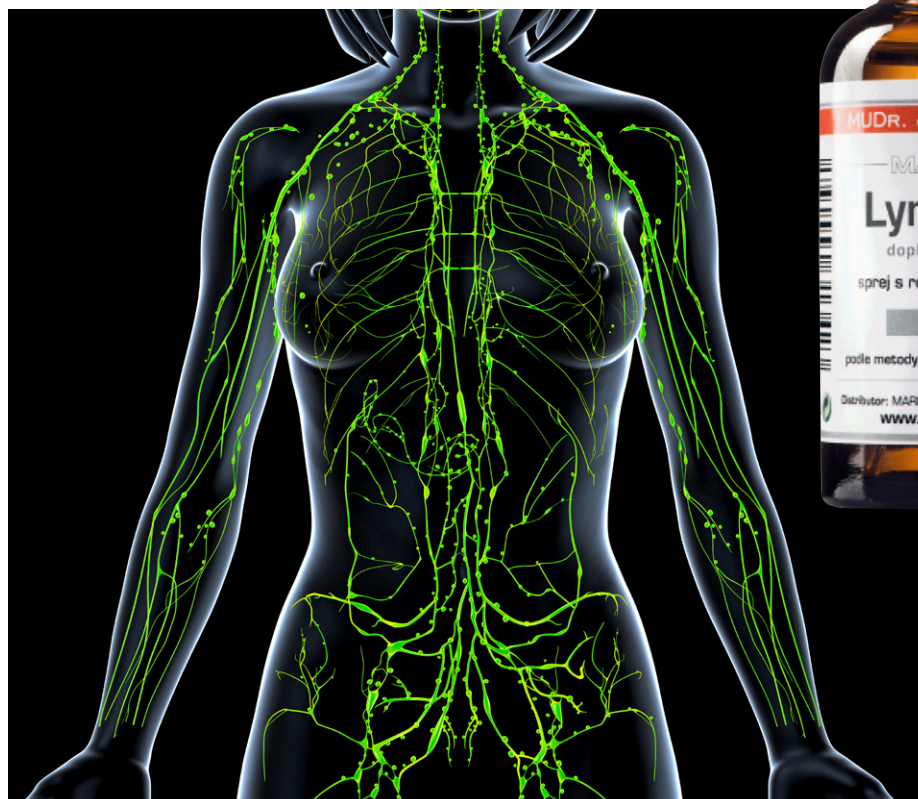
jde sotva jedna lymfatická buňka. Lymfocyty se tlačí kolem buněk, aby opět pronikly do kapilár. Postupně se pak slévají do silnějších lymfatických cév.

Příklad prsu

Lidé si libují v lymfatických masáží, protože v kůži, podkoží a tukové tkáni jsou lymfatické cévy, cévky a kapiláry. Kdo ale dosáhne do slinivky břišní, střev či srdce? I v končetinách se nachází povrchový a hluboký systém. Je-li toxinů mnoho, stagnují v příslušných tkáních.

Neodvedené toxiny působí záněty ve svém okolí, tragický je příklad ženského prsu. Lymfa je materiál pro tvorbu mateřského mléka, proto musí být mléčná žláza bohatě protkána lymfatickými cestami a uzlinami. A jelikož mezi toxiny je dnes mnoho karcinogenů, není divu, že rakovina prsu u žen vede. Místo mamografie by se vědci měli zabývat obnovením perfektní funkce lymfatického systému prsu.

Také bolesti, deformace a změny na dolních končetinách jsou způsobeny zhoršující se funkcí lymfatického systému. Je ještě mnohé, co by o lymfě stálo za zmínku. Možná ale, že napsané zatím k pochopení preparátu Lymmex stačí.



Toxiny a prenatální vývoj

Text: MUDr. Josef Jonáš, Wioletta Strzałkowska, Foto: Pexels.com

Hlavní zdroj rtuti je v našich zubech, obsahují ji amalgámové plomby. Evropská unie už stanovila termín, od kterého tyto plomby zakáže. Ještě mnoho let ale budou po světě běhat lidé s amalgámem v ústech.



Uvolňující se rtuť může poškodit plod především v prvních třech měsících, a to prostřednictvím změn DNA. Těhotné ženy, nebo ženy, které mají v úmyslu otěhotnět, si nesmí měnit amalgámy za kompozitní plomby. Při výměně plomb totiž do organismu uniká zvýšené množství rtuti. Ta může být příčinou poškození plodu ve smyslu mentální retardace a poruch autistického spektra. Proniká totiž placentou.

Vývoj plodu je velmi rychlý a zranitelný. Nikdy proto vlastně nevíme, zda by projevy dítěte či dospívajícího člověka nebyly jiné, kdyby se v průběhu těhotenství nenamotaly

do vývoje mozku a tkání některé z tisíců toxinů.

Kosmetika i léky

I něco tak banálního, jako je dámská kosmetika, může udělat pěknou paseku. Kosmetické prostředky jsou sice přísně testovány, ale dlouhodobá kumulace i zdánlivě neškodných látek může být pro citlivý plod nebezpečná. Pokožka je orgán, přes který můžeme do organismu dostávat léky i toxiny. Vždyť například hořčičk využívá organismus mnohem lépe z koupele než z tabletek. Mnohé přípravky obsahují endokrinní disruptory, mohou tedy být příčinou hormonálních

poruch. Pokud je v kosmetice něco, co byste nejedli, nedávejte si to ani na kůži.

Dalším toxinem pro novorozence jsou léky. V současné době se uvádí, že 40 procent dětí bere antidepresiva. U dospělých je to daleko větší škála včetně antikoncepce a antibiotik. Je třeba dodat, že i ti, kteří nic neberou, pijí léky v pitné vodě, protože z ní se odfiltrovat nedají. V rybí populaci mizí jikrnáči kvůli ženským hormonům ve vodě. Není tedy vyloučeno, že hormony mají vliv i na pohlavní vývoj lidské populace.

Písek v motoru

Dalším problémem může být elektromagnetická radiace. Toto záření krátké vlnové délky a vysoké frekvence snadno proniká i betonem, natož tělem matky. Ve svém důsledku vede k přehřátí tkání a poškození mitochondrií či DNA. Následkem mohou být trvalý pokles počtu spermií, snížení hladiny pohlavních hormonů či snížení libida. Protože nemáme kontrolní skupinu, nemůžeme to s určitostí tvrdit.

Emoce a stres jsou ovšem závažné toxiny. Zákony kvantové fyziky dokazují, že energie se vzájemně ovlivňují. Člověk je energie, stejně jako emoce a stres. Přítomnost toxinů je jako hrstka písku vhozená do přesně seřízeného motoru života. Myslete proto vždy na toxiny, které díky Marionu dokážeme odstranit.



**International
Detoxification Medicine Summit
with MUDr. Josef Jonáš**

Exclusive Event.

15th June 2024 - 10 AM - 4 PM

POSK | Hammersmith London

**Discover How Toxins
Impact Your Well-being**



£35 ONLY

Join us for a transformative journey with the esteemed Dr. Josef Jonas from the Czech Republic, making his UK debut. — where science meets the spirit, blending anatomy, physiology, and biophysics in a dance of healing and enlightenment.

Explore how to removes harmful toxins—metabolic, emotional, and organic—to boost energy, prevent illness, enhance immunity, restore balance, and aid weight loss.



**Translated to
English & Polish**



SCAN ME



Cuketová roláda s lososem

Text: Mgr. Eva Jonášová, Foto: archiv Evy Jonášové

Cuketové rolky jsou skvělou volbou třeba na party. Tohle extra fresh jídlo, co dodá dostatek bílkovin, je výbornou možností, jak nabídnout hostům něco, co ještě nejedli. Když si navíc pohrajete se servírováním, úspěch je zaručen.



Nejdřív nhrubo nastrouháme 500 g cukety, posolíme a necháme „vypotit“ asi 15 minut. Pomocí utěrky vymačkáme přebytečnou vodu, přidáme čtyři vejce, sůl, hrst strouhaného parmezanu a lžici psyllia. Vše dobře pro-

mícháme. Kdo má rád, může přidat muškátový květ či jiné oblíbené koření.

Směs rozetřeme na plech vyložený pečicím papírem a pečeme asi 30 minut na 180 stupňů v troubě. Po vychladnutí upečené těsto

potřeme zakysanou smetanou, případně Lučinou (obě je možné zakoupit i v bezlaktózové variantě). Poklademe listovým salátem a plátky uzeného lososa. Těsto srolujeme do rolády, kterou necháme asi hodinu odležet, a nakrájíme.

MARION



Přečetl jsem za vás

Zdravotnictví České republiky čekají hluboká rizika a těžký výhled. To řekl ministr zdravotnictví Vlastimil Válek. Další dvě dekády bude resort čelit dosud nebývalým výzvám. Mnozí toto proroctví tuší už delší dobu. ● Problémy se spánkem hlásí 70 procent Čechů. S odborníky to řeší pětina obyvatel. Detoxikaci někdy pomůžeme, jindy nikoliv. Neznáme zaručený recept na spánek. Zatím. ● Každý Čech spotřebuje v průměru 87 litrů vody na den. Bylo to i více, až 100 litrů, což odpovídá 200 pivům. Bude-li nejhůř, budeme se koupat v pivo nebo v oslím mléce. Oslů je dostatek. ● Nejšťastnější zemí světa je opět Finsko. Žebříček sestavilo OSN. Česko je na 18. příčce,

Slovensko kleslo na 45. příčku. Hodnoceno bylo 143 zemí. ● Klíšťata z parku jsou infekčnější než ta z lesa. Dokonce třikrát. Každé druhé klíště je nakaženo alespoň jednou z pěti bakterií. Mimo boreliózy způsobují návratné horečky, anaplazmózu, ehrlichiozu, rickettsiozu či leptospirózu. Borelióza se vyskytuje u 26 procent městských klíšťat. Státní veterinární ústav v Praze přitom nabízí zlevněné vyšetření PRC metodou. Až do 30. června můžete posílat klíšťata na

vyšetření na boreliózu a klíšťovou encefalitis. Cena je 1500 Kč. ● Máte-li rádi květiny v bytě, ale chybí vám světlo, nezoufejte. Šplhavnice je jednička. Nepotřebuje světlo ani hlínu, jen vodu. Navíc má hezkou zelenou barvu. Můžete vyzkoušet i toulitku nebo hodně rozšířený zamiokulkas. ● Poplach v české laguně způsobila nákaza 10 tisíc dětí. Infekce se jmenuje černý kašel. Vzhledem k tomu, že v Česku žijí zhruba dva miliony dětí do 15. let, jde o půl procenta nakažených. Smrt je ještě 20tisíckrát méně častá. Přesto věřím, že současné vědecké ústavy jsou v zájmu zisku schopné na tato nebezpečí vyvinout vakcínu. Hlavně, když se prodá.

MUDr. Josef Jonáš

Pozvánka na kurzy a školení

Kurz pro terapeuty začátečníky

Termín: **1. června 2024**

Doba trvání: **10:00–17:00 hod.**

Hlaste se prostřednictvím e-mailu:

jonas.recepce@seznam.cz,

předmět e-mailu: **ZACATECNIK**

Akademie Marion III

Termín: **5.–6. října 2024**

Doba trvání: **9:00–17:00 hod.**

Hlaste se prostřednictvím e-mailu:

jonas.recepce@seznam.cz,

předmět e-mailu: **AKADEMIE3**

Školení pro slovenské terapeuty v Bratislavě

Termín: **2.–3. listopadu 2024**

Doba trvání: **9:00–17:00 hod.**

Hlaste se prostřednictvím e-mailu:

jonas.recepce@seznam.cz,

předmět e-mailu: **BRATISLAVA**

Výlet do Londýna

Jak vidíte z pozvánky v tomto čísle, tak i naši londýnští kolegové pořádají seminář o detoxikaci. Zvou mnoho lidí z Evropy. Přednášet se bude česky s překladem do angličtiny a polštiny. Možná, že se v Česku najdou lidé, kteří si chtějí udělat výlet do Velké Británie. Jménem pořadatelů všechny zveme. Přednášet budou MUDr. Josef Jonáš a Ing. Evžen Peleška.