

Často kladené dotazy ohledně vápnitého bentonitového jílu

Vytvořila Perry A~ (Arledge)

Informace obsažené v tomto dokumentu slouží k osobnímu obohacení a nenahrazují profesionální lékařskou péči či léčbu. Tyto informace by bez předchozí porady s kvalifikovaným zdravotníkem neměly být užívány pro léčbu závažných onemocnění.

1. Otázka:

Co je to živý jíl?

Odpověď:

Živý jíl je jíl, který má schopnost vnitřní změny, ke které dochází prostřednictvím biotransmutace, přeměny a interaktivní výměny látek a energií. Obyčejný kámen je oproti tomu neschopný jakékoliv vnitřní proměny. Kámen podléhá změnám pouze působením vnějších vlivů jako zvětrávání, vysoké teploty, větru a vody.

Jíl působí jako katalyzátor*, který pomáhá tělu znovu se dostat do dobré kondice a udržet se v ní. Jíl pomáhá udržovat tělo v rovnováze díky svému zásaditému pH a svému elektromagnetickému náboji, který stimuluje a revitalizuje latentní buněčnou energii. Vysoce záporný iontový náboj dodává živému jílu silnou schopnost do sebe vtahovat, nasávat, absorbovat a zachycovat ostatní látky, díky čemuž navíc redukuje volné radikály.

*Katalyzátor:

1. Látka, která způsobuje, že chemická reakce probíhá rychleji nebo za jiných podmínek (jako například za nižší teploty), než je jinak možné.
2. Činidlo, které vyvolává nebo urychluje podstatnou změnu nebo proces.

2. Otázka:

Jaké má jíl ve stručnosti schopnosti?

Odpověď:

1. Detoxikuje – jeho silně záporně nabitě ionty natáhnou a udrží kladně nabitě ionty (toxiny) prostřednictvím adsorpce a absorpce.
2. Udržuje rovnováhu – jíl je homeostatický. Přivádí organismus do stavu rovnováhy.
3. Alkalizuje – má zásadité pH 8.5 -10.0.
4. Stimuluje – čerpá krevní tok, kyslík a oběh, aby zajistil buněčnou obnovu.

Nikdy nepodceňujte, nakolik může jíl pomoci vašemu zdraví.

3. Otázka:

Jak živý jíl odstraňuje toxiny z těla?

Odpověď:

Jíl detoxikuje celé tělo různými způsoby v závislosti na různých možnostech jeho využití; slouží k vnitřnímu užití, zevnímu užití (pro lokální aplikaci) a pro jílové koupele. Všechny tři způsoby užití pracují společně. Při jeho konzumaci jííl absorbuje jakékoliv nedávno strávené toxiny ještě předtím, než se dostanou do krve a zbytku organismu. To ulehčuje práci těm orgánům, které tělo očišťují (lymfatickému systému, játrům a ledvinám). Zevní aplikace jíilu na pokožku stimuluje latentní buněčnou aktivitu a revitalizuje buňky, což buňkám napomáhá uvolnit toxiny. Jílové koupele poté z těla vytáhnou uvolněné toxiny přes kožní póry. Živý jííl se silnou elektromagnetickou silou toxiny vytáhne z nánosů v měkké tkáni a jeho rozsáhlé absorpční schopnosti tyto toxiny následně uvězní a odstraní z těla. Představte si, že toxiny jsou nasáty vysavačem a poté uvězněny ve vnitřním sáčku. Toto je pouze krátká, zestručněná odpověď. Jííl tělu přináší mnoho dalších výhod a pomáhá mu se navrátit se do dobré kondice.

4. Otázka:

Je bezpečné používat vápnatý bentonitový jííl k vnitřnímu užití?

Odpověď:

To záleží na daném jíilu. Některé jíily obsahují kyseliny a některé pocházejí z kontaminovaného prostředí. Některé jíily při čištění prošly chemickým ošetřením nebo byly vystaveny extrémním teplotám, které jííl zbavují jeho přirozených schopností a účinků.

Ve své knize s názvem *Earth Cures* (Země léčí) to Raymond Dextreit vysvětluje následovně: „Je nemožné předpovědět, jaké účinky bude jííl mít, obzvláště pak při prvním užití (jííl reaguje odlišně na chemické prostředí a potřeby těla každého člověka), ale v každém případě se dostaví neuvěřitelné zlepšení, ne-li úplné uzdravení. Jelikož aplikace jíilu neskrývá žádná nebezpečí, není důvod se bránit ho vyzkoušet a používat ho klidně i po delší dobu.“

Ne všechny jíily jsou však stejné a ne všechny projdou testem čistoty. Je důležité znát podrobnosti a vyžádat si Laboratorní zprávu o jakosti daného jíilu. Zcela přírodní jííl bohužel v současnosti není Úřadem pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) považován za doplněk stravy vhodný k vnitřnímu užití. Chcete-li si přečíst článek na téma „Kritéria pro výběr kvalitního léčivého jíilu“, přejděte na www.AboutClay.com

5. Otázka:

Jsou kovy obsažené v jíilu nebezpečné?

Odpověď:

Ne, stopové prvky kovů obsažené v jíilu jsou na sebe pevně navázány a jsou součástí celé molekuly jíilu. Částice jíilu jsou příliš velké na to, aby prošly stěnou tračnicku a dostaly se do krevního oběhu. Dvě malé studie se věnovaly pronikání a míře, do jaké se kovy obsažené v jíilu absorbují do živé tkáně (Mascolo a kol., 2004;

Wiles a kol., 2004). Při výzkumu byl těhotným krysám podáván 2% sodný montmorillonitový nebo vápnlitý montmorillonitový jílu a tato zvířata byla porovnána s krysami, jimž byla podávána běžná strava. Nebyly zjištěny žádné výrazné změny v obsahu prvků v mozku, ledvinách, játrech a holenní kosti testovaných hlodavců. Nedošlo k žádným změnám v obsahu následujících prvků: hliník, antimonit, baryum, brom, cesium, vápnlík, cer, chrom, kobalt, měď, dysprozium, europium, hafnium, železo, lanthan, lutecium, hořčík, mangan, neodým, nikl, samarium, skandium, selen, sodík, stroncium, síra, tantal, tellur, terbium, thorium, titan, uran, vanad, ytterbium, zinek a zirkonium. Testovaný jílu obsahoval především hliník (10%), železo (3%) a hořčík (0.5%) (sodný montmorillonit také obsahoval sodík – 1%) a malé množství (většinou méně než 0.1%) prvků jako baryum, cesium, mangan, stroncium, zinek a zirkonium. Autoři výzkumu došli k závěru, že při této úrovni stravování jílu neuvolňuje výrazné množství stopových prvků (Wiles a kol., 2004).

6. Otázka:

Je hliník obsažený v jílu nebezpečný?

Odpověď:

Ne. Existuje spousta rozšířených mýtů o jílu a prvcích tvořících molekulu jílu. Jeden z nich se zabývá hliníkem. Jílu je velmi stabilní sloučenina. Všechny prvky tvořící jílu jsou na sebe pevně navázány a fungují jako jeden celek. Křemičitan hlinitý je krystalická sloučenina, kterou tělo není schopno zužitkovat. Hliník v této podobě je zcela inertní. Pokud se hliník vyskytuje v této formě, nepředstavuje žádné zdravotní riziko. Hliník obsažený v jílu se nikdy nevyskytuje v izolované podobě a nemůže se vstřebat do organismu. Je to naopak zpracovaný hliník nebo volně se vyskytující hliník, který se ve formě kladně nabitých toxinů vstřebává do těla a škodí mu.

7. Otázka:

Je pravda, že každý člověk reaguje na jílu jinak?

Odpověď:

Ano. Jílu je adaptogen. Různí lidé mají různé zdravotní potíže, a reagují tak na jílu rozdílně. Někteří mají díky jílu pravidelnější stolici, jiní tyto účinky nepozorují. Někteří vnímají výsledky okamžitě, jiní si na ně musejí počkat několik týdnů. Vše záleží na konkrétním stavu a úrovni toxicity v organismu daného člověka.

8. Otázka:

Kolik jílu potřebuji pro detoxikační koupel?

Odpověď:

To záleží na daném jílu. Některé levnější jíly obsahují příměsi, jinými slovy neobsahují čistý jílu. To omezuje jejich rozpínací schopnosti, díky čemuž takovéto jíly nasávají a zadržují menší množství nečistot a toxinů. Jelikož je každý jílu jiný a liší se

od ostatních ve svých schopnostech absorbovat a zadržovat škodliviny, je těžké přesně určit jednotné množství vhodné pro všechny jíly. Jedno středisko pro léčbu autismu doporučuje 2 koupele týdně po dobu 10 týdnů a za použití 2 hrnků živého jílu v případě, že chcete z těla odstranit kovové škodliviny. Pro prevenci a uvolnění svalů většinou postačí 1 hrnek jílu na koupel. Co se týče ceny, nezapomínejte, že jíl vaše tělo zbavuje silně škodlivých toxických prvků. Koupit si jedno kilo kvalitního jílu je mnohem levnější než platit za invazivní chelataci nebo za léky na předpis, které mají nespočet vedlejších účinků. Jíl je přírodní chelát. Pro instrukce ohledně jílových koupelí se podívejte na www.aboutclay.com, kde pod články naleznete videa. Doporučujeme si před začátkem provést test analýzy krve nebo vlasů, abyste tak mohli monitorovat své pokroky.

9. Otázka:

Při vyndávání mých amalgamových plomb mě informovali, že tělo nelze od rtuti detoxikovat pouhou konzumací jílu, ale že jsou navíc potřeba i jílové koupele. Je to pravda?

Odpověď:

Ano. Pokud amalgam do vašeho těla pronikal po delší dobu a vaše ledviny a játra jsou přetíženy kvůli zpracování škodlivin ve vašem organismu, toxiny se začnou ukládat v měkké tkáni a v kloubech. Jakmile se toxiny nahromadí, způsobují nejružnější zdravotní problémy. Jílové koupele otevrou kožní póry a vytáhnou z nich toxiny. Doporučují se i jílové zábaly aplikované na celé tělo a také zábaly při pobytu v infračervené sauně. Konzumací jílu se lze zbavit pouze té rtuti, která se do těla dostala při odstraňování amalgamových plomb, tedy rtuti, která se stále nachází v zažívacím traktu, a vaše tělo ji proto ještě neabsorbovalo. Vnitřní užití jílu vaše tělo také zbaví toxinů, které běžně přijímáte spolu s potravou.

10. Otázka:

Zbavuje bentonitový jíl tělo živin a vitamínů?

Odpověď:

Ne. Doktor Weston Price, autor knihy *Nutrition and Physical Degeneration* (Výživa a fyzická degenerace) došel k závěru, že jíl zvyšuje schopnost organismu vstřebávat živiny. K tomuto závěru došel na základě studia kultur, kde je jíl součástí každodenní životosprávy. Není známo, zda k tomu dochází díky čistícím účinkům jílu nebo díky kombinaci souvisejících reakcí v těle.

Je však jisté, že jíl z těla neodstraňuje užitečné vitamíny a minerály. Lze dodat, že Raymond Dextreit po 50 letech klinického výzkumu v oblasti přírodní medicíny nenašel žádnou známku toho, že by jíl měl negativní vliv na schopnost těla přijímat živiny, ačkoliv jíl MŮŽE narušovat účinek perorálně užívaných léků.

Nezávislé experimenty navržené za účelem zjistit, nakolik může takováto adsorpce nepříznivě ovlivnit růst a zdraví pokusných zvířat, nepoukazovaly na žádné neblahé účinky v případě, že bentonit tvořil 25% celkové stravy zvířat. (Reference: Anály N.Y. Academy of Science (Newyorská akademie věd), Svazek 57, str. 678).

11. Otázka:

Proč jíl neovlivňuje absorpci minerálů obsažených v potravě? Proč narušuje pouze absorpci „špatných“ kovů jako rtuti, olova atd.?

Odpověď:

Jíl je selektivní. Navazuje na sebe pouze kovové prvky s toxickými vlastnostmi, které mají pozitivní iont. Po zpracování člověkem je zničena přirozená forma těchto těžkých kovů. Zdá se, že jíl má – krom dalších vlastností – schopnost buď stimulovat nedostatek nebo absorbovat přebytek látek. Jíl je spíše katalyzátor nežli zprostředkovatel. Jakožto katalyzátor jíl dává přednost přeměnám a reakcím v rámci syntézy, díky čemuž umožňuje lepší využití absorbovaných prvků jako vitamínů či minerálů, které přijímáme spolu s naší potravou.

Indiáni to vysvětlovali takto: „Jíl má svou vlastní moudrost a ví, kam jít a co si s sebou odnést.“ Zdá se, že jíl má v sobě jakousi univerzální inteligenci, kterou lze nazývat chemií.

12. Otázka:

Narušuje jíl naši přirozenou střevní flóru?

Odpověď:

Ne. Jíl má schopnost absorbovat a revitalizovat a i pokud je užíván orálně, tak působí jako katalyzátor, jelikož potravu přetváří na výživné prvky.

Ve své knize *Earth Cures* (Země léčí) Raymond Dextreit napsal: „Co se týče obnovení a udržování zdravé střevní flóry, jílu se nic nevyrovná. Jíl totiž upřednostňuje rozvoj užitečných kvasinek a brání růstu patogenních bacilů.“

Bentonitový jíl také podporuje dobré zažívání, přestože z těla vytlačuje odpad. Bentonitový jíl totiž obsahuje mikroorganismy a jisté enzymy, které zaživacímu traktu pomáhají obnovit jeho přirozenou mikroflóru. Pamatujte si, že zaživací trakt má své vlastní příznivě působící bakterie, které pomáhají udržovat přirozený chod těla. Při užívání výrobků na pročištění tračníku může být tento chod narušen. Bentonitový jíl ale zabraňuje tomu, aby k tomu došlo, díky čemuž je čištění tračníku účinné a zároveň bezpečné.

Pokud i tak máte jakékoliv obavy, můžete užívat probiotika a enzymy.

13. Otázka:

Měl by se jíl užívat jakožto doplněk stravy?

Odpověď:

Ne. Ačkoliv se při adsorpci z jílu do organismu může dostat malé množství minerálů (např. vápník, železo, zinek, fosfor, hořčík, sodík či draslík), nejedná se o dostatečně vysoké množství, které by nahrazovalo denní doporučenou dávku.

14. Otázka:

Je bezpečné si každý den čistit zuby jílem a jednou za týden jej aplikovat na dásně i v případě, že mám plomby obsahující rtuť, titanové zubní můstky či zlaté korunky?

Odpověď:

Ano. Je bezpečné jíl užívat pro zubní hygienu a jeho užívání nemá vliv na zubní výplně či další materiály nacházející se v ústech. Naše ústní dutina je prostředí, v němž se neustále mění hodnota pH a které je každý den vystaveno dlouhé řadě chemikálií a chemických složek. Zubní materiály jsou proto vytvořeny tak, aby se při kontaktu s různými látkami nerozlomily ani nerozpustily. Ujistěte se však, že užíváte jemně namletý, nikoliv hrubý jíl.

15. Otázka:

Je montmorillonitový jíl totéž co vápenný bentonit?

Odpověď:

Existuje velmi málo opravdu 100% montmorillonitových jílů. Montmorillonit je jméno, které bylo dáno určitému druhu jílu původně nalezenému v Montmorillonu ve Francii. Některé vlastnosti montmorillonitu (minerální složení) lze v různé míře najít v téměř každém jílu. Stalo se z něj populární slovo. Často se v různé míře nachází v bentonitech, ale také v ilitech, kaolinech nebo chloritech.

Montmorillonitové jíly a bentonitové jíly se po léta považují za zaměnitelné.

V dnešní době se toto označení používá velmi volně. Na stránce www.aboutclay.com naleznete dobrý článek zabývající se „Kritérii pro výběr kvalitního léčivého jílu“, v němž se dočtete spoustu poučných informací ohledně rozdílů mezi jíly.

16. Otázka:

Absorbuje do sebe jíl vlhkost z těla, a způsobuje tak střevní zácpu?

Odpověď:

Ne. Když je jíl plně hydratován, ve střevech se nepromění na malé jílové cihly. Jíl sám o sobě nezpůsobuje zácpu. Hydratovaný jíl je ve skutečnosti velmi mazaný. Mnoho studií uvádí, že jíl pomáhá uvolnit zácpu, a stejné množství studií tvrdí, že jíl zastavuje průjem. To je díky tomu, že jíl reaguje odlišně v závislosti na zdravotních

problémech daného organismu. Jíl ze všeho nejvíce podporuje homeostázu. Homeostáza je schopnost systému nebo živého organismu přizpůsobovat své vnitřní prostředí tak, aby si udržel stálou rovnováhu. Jako příklad můžeme uvést schopnost teplokrevných živočichů udržet si stálou tělesnou teplotu. Jedná se o dynamickou rovnováhu neboli vyváženost. Vyvážený systém je nutný pro udržení dobrého zdravotního stavu.

Pokud se u vás po konzumaci jílu dostaví zácpa, je to kvůli tomu, že jíl vytahuje starý, mucinový odumřelý plak, který je usazen ve spodní části tračnicku. Poté co jíl pročistí tračník a zbaví ho těchto usazenin, putuje směrem ke konečníku, aby mohl být odstraněn z těla. Další možnou příčinou zácpy je přílišné množství bílého pečiva a těstovin, které pokrývá klky v tenkém střevě, kde dochází k absorpci. Hlavními viníky bývají lepkavé usazeniny v kombinaci s tučným masem, které nebylo řádně rozkousáno a stráveno. Zároveň je důležité při denní konzumaci jílu pít hodně vody, která napomáhá odstraňování toxinů z těla a změkčuje nahromaděné fekálie.

17. Otázka:

Měl/a bych mít starosti z toho, že obsah jílových koupelí odtéká do mého septiku?

Odpověď:

Ne. Zeptali jsem se odborníka, který dříve pracoval jako projektant obytných staveb. Jedná se o profesionálního stavaře, který má zkušenosti se stavbou mnoha domů a septických systémů. Tento odborník uvedl, že pokud je váš septik dobře navržen a správně funguje, těžké částice jílu se nikdy nedostanou do filtru. Kvůli své váze se usadí na spodním dně septiku.

Pokud vezmete v potaz objem septiku, četnost koupelí a množství užívaného jílu, dojdete k závěru, že by bylo potřeba mnoho let pravidelných jílových koupelí, nežli by vzniklo množství usazenin, které by mělo na funkci čerpadla vliv. Jelikož 0,02 kubického metru jílu by zabralo prostor pouhých 1,1 čtverečního metru (o tloušťce zhruba 2,5 centimetru) a na plochém dně betonového septiku se nachází prostor o zhruba 4,6 čtverečních metrů, trvalo by 4.16 roky, než by se nashromáždilo pouhého 2,5 centimetru usazenin, přičemž by se dle mého názoru nejednalo o množství, které by mělo škodlivý vliv na funkci septiku. (Informace poskytl Lawrence (Luke) Luecking, profesionální stavař a stavební konzultant.)

Níže si přečtete, jak zákaznice popsala svou osobní zkušenost s jílem a 50 let starou septickou jímkou:

Za poslední rok jsem svou dceru, která má Aspergerův syndrom, SID a PANDAS, koupala v průměru třikrát týdně za použití 3-4 hrnků jílu při každé koupeli.

Nepoužívám cedník. Všechno splachuji rovnou do odtoku a zatím jsem s tím neměla nejmenší potíže. Spíše se mi zdá, že od té doby, co používám jíl, moje odtoky fungují lépe než předtím. Dříve jsem musela z různých důvodů odtoky několikrát za rok čistit,

ale od chvíle, co užívám jílu, jsem neměla jediný problém. Používáme 50 let starý septik a vyzkoušela jsem již několik druhů jílu.

Darla S.

18. Otázka:

Co způsobuje dlouhotrvající účinky jílu? Jíl působí i několik dní poté, co ho smyjete nebo přestanete konzumovat. Jak je to možné?

Odpověď:

To je jedna z mnoha záhad týkajících se jílu. Tento dlouhotrvající účinek zřejmě vzniká díky působení několika faktorů.

1. Vyváženost organismu a pH. Zásadité pH se zkrátka nezmění na kyselé přes noc.
2. Může trvat několik dní, než do těla vniknou nové toxiny, které se do organismu dostávají přes střeva. Chvíli tak trvá, než dojde k přetížení jater a ledvin.
3. Vibrační rezonance elektromagnetické energie jílu stimulující krevní oběh má ze zásady dlouhotrvající účinek.

Je to podobné situaci, kdy zapomenete nabít svůj mobil. Může trvat několik dní, než se jeho baterie zcela vybije. Jíl je jako nabíječka, která tělo udržuje v rovnováze a vyvážené, a tím pádem i plné energie. Je nejlepší jílu užívat každý den, a zajistit tak svému tělu dlouhodobou rovnováhu.

19. Otázka:

Je dobré do jílové koupele přidávat hořčičkový olej?

Odpověď:

Ne. Jíl do sebe nasává, zatímco hořčičkový olej se vsakuje. Je nejlepší je užívat odděleně, jelikož jejich základní funkce se liší. Ze stejného důvodu se nedoporučuje užívat jílu ve spojení s DMSO.

20. Otázka:

Jaký je nejlepší postup přípravy tekutého jílu?

Odpověď:

Pro jednu porci rozmíchejte vrchovatou čajovou lžící jílového pudru ve 60 mililitrech (2 uncích) vody a dobře protřepejte. Množství 60 mililitrů (2 uncí) představuje jednu porci.

Pro větší množství dejte 4 hrnky vody do mixéru a přidejte půl hrnku jílového pudru. Poté míchejte při vysokých otáčkách, dokud nejsou látky důkladně promíchány. Směs nalijte do sklenice nebo do plastové nádoby s plastovým víkem určené pro skladování potravin. Mixér okamžitě umyjte a pečlivě očistěte čepele.

Pro menší dávky do 470 mililitrů (16 uncí) vody přidejte čtvrtinu hrnku jílového pudru a protřepejte tak, aby směs neobsahovala žádné hrudky. Až se dostanete ke zbytkům usazeným na dně, přidejte více vody, dobře protřepte a zalijte s touto směsí své květiny. I ty mají rády jíl.

***Při vytváření směsi z jílu směs vždy protřepejte, ale nemíchejte.**

21. Otázka:

Mohu spolu s jílem používat destilovanou vodu?

Odpověď:

Můžete, ale není to ta nejlepší volba. Destilovaná voda může obsahovat kyseliny a byla zbavena minerálů. Při lokální aplikaci spolu s jílem většinou pokožku vysušuje. Vyzkoušejte čištěnou, filtrovanou vodu.

Podle Agentury pro ochranu životního prostředí (EPA) má destilovaná voda hodnotu pH mezi 5.6 a 7, protože destilovaná voda reaguje na oxid uhličitý obsažený ve vzduchu a následně vytváří kyselinu uhličitou. Tato slabá kyselina, jak se nazývá, snižuje hodnotu pH.

22. Otázka:

Jakmile je směs připravena, kolik tekutého jílu představuje jednu porci?

Odpověď:

Na jednu porci: Rozmíchejte jednu vrchovatou čajovou lžičku jílového pudru v 60 mililitrech (2 uncích) vody. Dobře protřepejte. Těchto 60 mililitrů (2 unce) představuje jednu porci.

Pro celkovou detoxikaci: Pijte 60 mililitrů (2 unce) takto předmíchaného tekutého jílu každé ráno a večer po dobu 14 dní.

Pro odstranění těžkých kovů z těla: Pijte 60 mililitrů (2 unce) předmíchaného tekutého jílu třikrát denně po dobu 14 dní.

Pro prevenci: Každý den pijte 60 mililitrů (2 unce) předmíchaného tekutého jílu. Je možno používat i větší množství.

Berete-li léky na předpis, poraďte se s lékárníkem a informujte ho, že chcete užívat vápnitý bentonitový jíl o pH hodnotě 8.5-10. Zeptejte se také, jak dlouho trvá, než dojde k absorpci daných léků a užívejte jíl až poté, co absorpce proběhla.

23. Otázka:

Měl by se jíl užívat nalačno nebo spolu s jídlem?

Odpověď:

Jíl lze užívat kdykoliv. Záleží na vašich potřebách. Pokud jíte vydatné, tučné potraviny nebo pokud máte potravinové alergie, doporučuje se užívat jíl před a po jídle. Dříve se lidé domnívali, že užívání jílu nalačno usnadňuje pročišťování organismu, jelikož činnost jílu není narušována trávením potravin. Jíl se dostane tam, kde je nejvíce potřeba.

„Jíl jedná s rozvahou – vydává se na poškozené místo. Pokud je jíl používán vnitřně, ať už je podáván perorálně, análně nebo vaginálně, jíl se dostane k poškozenému nebo zraněnému místu. Usadí se někdy až na několik dní a při tom, jak je vyprazdňován z těla, s sebou z organismu vytáhne veškerý hnis, nečistoty, infekci atd.“ Píše se na 10. straně knihy *The Healing Clay* (Léčivý jíl), již napsal Michel Abeshera.

Zkrátka jíl použijte vnitřně nebo zevně a v 95% vám pomůže. Je těžké se jílem předávkovat. V tomto ohledu je podobný vitamínu C.

24. Otázka:

Mohu užívat jíl, i pokud beru léky na předpis? Někteří lidé tvrdí, že by se s vnitřním užitím jílu mělo po požití léku dvě až tři hodiny počkat. Ví někdo, v čem přesně je problém?

Odpověď:

Jedná se především o preventivní opatření, jelikož by jíl mohl ovlivnit účinky léků. Berete-li léky, zeptejte se svého lékaře, zda užití vápnitého bentonitového jílu o pH hodnotě 8.5-10 naruší účinky léků. Zeptejte se také, jak dlouho trvá, než dojde k absorpci daných léků a užívejte jíl až poté, co absorpce proběhla.

25. Otázka:

Je lepší užívat jíl v tekuté formě či ve formě gelu než ve formě tablety či kapsle?

Odpověď:

Pro získání maximálního možného účinku je lepší jíl užívat v tekuté formě nebo ve formě koloidního gelu. V této formě je jíl aktivní a tělo na něj reaguje okamžitě, tedy jakmile se jíl octne v ústní dutině. Proto se nedoporučuje brát jílové tablety nebo kapsle. Jíl v této formě se aktivuje pomaleji, a ústa a jícn jsou tak ochuzeny o jeho přímé účinky.

26. Otázka:

Jaký je nejjednodušší způsob přípravy jílové koupele za použití sušeného jílu?

Odpověď:

Sypání jílu přímo do vody ve vaně může zaprášit vše okolo. Existuje rychlý a jednoduchý způsob, jak smíchat jíl s vodou a tomuto problému se vyhnout. Jediné, co potřebujete, je mixér.

Pro jílovou koupel za použití dvou šálků jílu, v mixéru smíchejte:

3 šálky vody

2 šálky jílového pudru a navrch přidejte vodu.

Stiskněte tlačítko „start“ a mixujte, dokud není směs jemná a zcela bez hrudek. Přidejte tuto tekutou jílovou směs do vany s teplou vodou a omyjte mixér pod tekoucí vodou tak, abyste se zbavili veškerého zbývajícího jílu. Je potřeba, aby v mixéru a na jeho čepelích nezůstal žádný jíl. Pořádně ho tedy umyjte a poté se na 15-20 minut ponořte do vany.

Video o „jílové koupeli“: <http://www.youtube.com/watch?v=2EUqv-XRdxA>

27. Otázka:

Proč se jíl nemá skladovat v kovových nádobách nebo dlouhodobě nechávat v kontaktu s kovy?

Odpověď:

Je známo, že jíl do sebe natahuje toxické kovy (kovy, které podléhají korozi). Levná kuchyňská lžice, která byla přes noc ponechána v jílu, byla druhý den ráno po okrajích zrezivělá. Titan (který se používá pro chirurgické skoby), zlato a další podobné kovy nepředstavují problém. Kovové materiály jako víka na konzervy nebo plechovky na kávu však při kontaktu s jílem zrezivějí velmi rychle. Při míchání jílu je možné užívat mixér s kovovými čepelimi nebo drátěný šlehač. Jen je ihned po použití pečlivě umyjte.

28. Otázka:

Je všeobecně lepší používat vyšší koncentraci jílu? Například při koupeli – vytáhne se z vašeho těla více toxinů, pokud použijete 10 hrnků jílu namísto pouhých 2?

Odpověď:

Při aplikaci na ránu je lepší používat tlustší vrstvu jílu. Při koupelích záleží na druhu daného jílu. Čím je jíl čířejší, tím je silnější. Smektity mají schopnost jak adsorbovat, tak absorbovat. Ne všechny druhy jílu mají stejně velkou schopnost výměny kationtů jako smektity.

Podle Roberta T Martina, který působí na Minnesotské univerzitě (University of Minnesota), univerzitě Cornell a jako mineralog v Massachusettském technologickém institutu (Massachusetts Institute of Technology), má jeden gram tohoto výrobku plošný obsah 800 čtverečních metrů. Čím větší má plošný obsah, tím větší má schopnost navázat na sebe kladně nabitě částice.

Na druhou stranu, pokud někdy dostanete možnost dopřát celému svému tělu bahenní koupel z jílu, jen do toho! Indiáni se při léčení ponořovali do horkého písku nebo jílového bahna. Obecně lze říci, že pokud užíváte kvalitní jíl, stačí vám 2-3 hrnky jílu – v takovém případě je zbytečné užívat 10 hrnků nebo 2 kilogramy jílu. Opět ale připomínáme, že vše závisí na druhu a čirosti daného jílu. Obecné pravidlo zní: pokud se nedostavují chtěné výsledky, použijte více jílu.

29. Otázka:

Jak je nejlepší jíl ohřívát?

Odpověď:

Při malém množství postačí, když jíl na chvíli podržíte v teplých dlaních. Nebo jíl dejte do plastového pytlíku a ohřejte ho v misce s horkou vodou. Poté ustříhnete jeden roh a jíl ze sáčku vymačkejte.

30. Otázka:

Má živý jíl nějaké kalorie?

Odpověď:

Ne. Jíl má nulový glykemický index. Nejedná se o stravitelnou potravinu, takže nemá žádné kalorie.

Glykemický index (GI) je veličina udávající hodnotu uhlohydrátů na škále od 0 do 100 v závislosti na tom, do jaké míry po konzumaci zvyšují hodnoty cukru v krvi.

31. Otázka:

Pomáhá jíl při alergiích?

Odpověď:

Jíl pomáhá, pokud jsou alergie způsobeny tím, že jsou zaneseny ty části těla, kde probíhá detoxikace (játra, ledviny, plíce, tlusté střevo).

Pokud jsou alergie způsobeny reakcí na histamin, jíl nijak nepomůže. Mohl by však reakci zmírnit, POKUD jsou alergie částečně způsobeny reakcí na histamin a částečně zanesenými detoxikačními cestami. Jíl nezabrání reakci na histamin. K té dochází v krvi.

Jíl vtahuje toxiny nacházející se v tenkém a tlustém střevě a odstraňuje je z těla, díky čemuž urychluje přirozený proces vylučování (který mohl být narušen kvůli neprůchodnosti). Jelikož se zmenší obsah toxinů v těle, pocítíte zmírnění symptomů alergické reakce.

Odpověď tedy zní ano i ne.

32. Otázka:

Mohou jíl bezpečně užívat starší lidé a těhotné ženy?

Odpověď:

Ano. Starší lidé ve svém těle za léta nashromáždili více toxinů a v průběhu stárnutí je jejich organismus vyveden z rovnováhy a stává se kyselejším. Jíl jim pomůže navrátit organismus do rovnovážného stavu.

Ženy z mnoha domorodých kmenů měly v těhotenství pocit, že by měly jíst jíl. Tyto ženy nejedly vyváženou stravu, ani nebraly vitamíny pro těhotné, a tak instinktivně inuly ke konzumaci jílu, aby tak naplnily potřeby svého těla. Věřily, že jim to pomůže otěhotnět a mít zdravé a silné dítě. Také jíl užívali k zevní aplikaci, aby přetočily dítě nacházející se ve špatné poloze, a potíraly si jím ňadra, aby podpořily tvorbu mléka.

Pokud jíl slouží k vnitřnímu užití, je velmi důležité mít nezředěný, čistý jíl. Berete-li jakékoliv léky, vždy se nejdříve poradte se svým lékárníkem.

Tyto otázky byly vytvořeny Perry A~, autorkou knihy Living Clay: Nature's Own Miracle Cure (Léčivý jíl: Přírodní zázračný lék), jako odpověď na dotazy, s nimiž se na ní lidé nejčastěji obracejí. Tato autorka pravidelně přispívá do publikací o zdraví jako například Natural News. Již od 90. let sleduje a účastní se výzkumu bentonitového jílu. Můžete ji kontaktovat, máte-li zájem o rozhovor, přednášky či dotazy ohledně jílu. Můžete se s ní spojit na čísle 1-866-262-5611 nebo emailu perrya@austin.rr.com.