

VČELÍ PYL - dokonalá potravina

Žádná obyčejná potravina není pro včelu dost dobrá. Včela potřebuje neuvěřitelné množství energie, aby mohla létat v průměru 24 km za hodinu mezi až 1200 květinami při jednom výletu z úlu. Včely sbírají a jedí pylová zrníčka z květin a zároveň při tom i květiny opylují.

Bez včel by mnoho plodin a rostlinných druhů nebylo oploďeno a vyhynuly by.

Včela před odletem z úlu naplní svůj váček medem. Jakmile přiletí na květinu, usadí se na tyčince. Svými čelistmi a předními nohama svízně seškrabuje uvolněný pyl a zvlhčuje ho medem. Obratným stlačováním doslova nacpává pyl do svého košíčku, až z něj vytvoří jedno jediné zlatavé zrno. Včelí pyl (sbíraný pyl) je tradičně velmi úspěšně používán k léčení lidí s alergiemi na vzduchem se šířící pyl.

Než se pylem obtěžkané včely dostanou zpátky do úlu, musejí překonat mřížku lapače pylu. Protože tento „včelí chléb“ je pro roj životně důležitou potravinou, může se ho včelám odebrat nejvýše 30%, jinak by včelstvo příliš zesláblo.

Enzymy v těle nejsou důležité jen pro nepřetržitou regeneraci krve, tkání, orgánů a kostí, ale také pro správné trávení a udržení všech životních pochodů. Bez enzymů by byl život nemožný. Dostatek a správná rovnováha enzymů je nejlepší prevencí předčasného stárnutí, vrásek, povadlé kůže, únavy a depresí. Včelí pyl obsahuje každou živinu potřebnou k vytvoření živých buněk. Obsahuje více než 5000 důležitých enzymů a koenzymů. To je mnohokrát více než má kterákoliv jiná potravina na této zemi.

Včelí pyl je vysoce koncentrovaný zdroj pro život nezbytných prvků a je tedy nejucelenější potravinou v přírodě. Obsahuje VŠECHNY vitaminy (především všechny vitaminy B-komplexu a vitamin C, které jsou rozpustné ve vodě, a proto by měly být užívány denně). Včelí pyl dále obsahuje vitaminy D, E, K a betakaroten (provitamin A), 22 aminokyselin, 27 minerálů (včetně množství vápníku a fosforu v ideálním poměru 1:1, hořčíku, zinku, mědi a železa), stopové prvky a jak už bylo řečeno, hojnost enzymů.

Včelí pyl je bohatým zdrojem ryze rostlinného vitamínu B12. Vitamin B12 je poměrně neschopný, zvláště pro ortodoxní vegetariány, vegany a některé přísné makrobiotiky. Linol a kyseliny linolenové jsou esenciální mastné kyseliny, které lidské tělo není schopné samo vyrobit. Včelí pyl obsahuje tyto kyseliny i vitamin B12 v poměrně hojném množství.

Vědci v Bonny Laboratories ve Švýcarsku v Ženevě objevili, že včelí pyl obsahuje až 80% volné kyseliny glutamové (aminokyselina), která má unikátní schopnost pronikat ochrannou krevní bariérou v mozku a mohla by být důvodem, proč je včelí pyl úspěšně používán jednak ke snížení chutě na alkohol a hlavně pro zvýšení mentálních schopností.

Dr. G. J. Binding, britský vědec a světově uznávaný odborník na výživu, říká: „Pyl je nejjemnější, nejdokonalejší potravina a navíc gigantický zabíječ mikrobů, ve kterém bakterie prostě nemohou existovat.“

Následuje stručný souhrn některých poznatků Dr. Remy Chauvina a jeho společníků z Institutu chovu včel, Paříž: Antibiotikum, které bylo ze včelího pylu extrahováno, bylo zjištěno velmi účinným. Určité kultury, především tyfové typy mikrobů, byly výtahem ze včelího pylu zabity téměř okamžitě.

Vědci rovněž dospěli k názoru, že unikátní schopnost pylu regulovat správné funkce střev pravděpodobně spočívá v jeho schopnosti zničit přemnoženou škodlivou střevní flóru. Zjistili také, že včelí pyl vydatně pomáhá při léčení alergií, respiračních problémů, stavů vyčerpanosti, podrážděnosti, depresí a chronické únavy.

Včelí pyl upravuje funkce endokrinního systému, což je významné při menstruačních problémech (bolesti, nevolnosti, návaly, křeče) a při problémech s prostatou. Pyl je rovněž efektivní při léčbě chronické zácpy, chudokrevnosti, cirkulačních problémů, neurastenie¹ a depresivních stavů, křehkosti pokožky a předčasného vypadávání vlasů.

Včelí pyl je stále populárnějším potravinovým doplňkem a zásobárnou kvalitní energie. Obsahuje přírodní hormonové substance, které blahodárným způsobem stimulují a vyživují reprodukční systém jak u mužů, tak i u žen (působí jako velmi mírné a zcela neškodné přírodní afrodisiakum).

Včelí pyl pomáhá korigovat možnou chemickou nevyrovnanost v tělesném metabolismu, která může způsobit jak abnormální přibytí na váze, tak i abnormální váhový úbytek. Včelí pyl je nízkokalorická potravina. V jedné polévkové lžici je pouze 45 kalorií.

Co je důležité pro naše zdraví, dobrou kondici a dostatek energie: Včelí pyl obsahuje 15% lecitinu, který pomáhá pálit tělesný tuk. Přesněji řečeno: vydatně pomáhá při trávení a metabolismu tuků. Navíc zlepšuje efektivnost imunitního a nervového systému.

Pyl je rovněž vynikající pro čištění pleti, proto je obsažen v mnoha prestižních kosmetických přípravcích. Včelí pyl je vlastně velmi bohatá bílkovina, proto ho s úspěchem užívají sportovci, kulturisté a fitness studia pro rovnoměrné budování svalové hmoty.

Bohatá směs živin ve včelím pylu aktivuje obranné chemické procesy organismu a tím paralyzuje škodlivý efekt potravinových přísad a konzervačních látek.

Pyl je přirozeně vysokým zdrojem zinku a vitamínu B6. Proto je neobyčejně účinný při depresích a předmenstruačním syndromu PMS (bolesti, křeče...).

Může desenzibilizovat organismus. Proto je dobrým prostředkem proti alergiím.

Pyl potlačuje bakteriální aktivitu (je bakteriostatický) a efektivně zvyšuje eliminaci nežádoucích odpadních látek a jedů z těla.

Je jisté, že kdyby dietologové využili všech dosavadních výzkumů a rozhodli se vytvořit dokonalý potravinový doplněk, vzniklo by něco velmi podobného včelímu pylu. Pyl však obsahuje dokonce i v současné době stále ještě nedefinovatelné substance. S dalším výzkumem se budeme dozvídat více o této zázračné přírodní potravine.

Převzato z In-Touch, číslo 76, květen 1999, výňatek z článku Dr. Bernarda Jensena, USA

Složení: Včelí pyl, pravý včelí med, mateří kašička, propolis.

Upozorňujeme, že půl promile všech lidí je alergických na včelí propolis. Proto je nezbytně nutné před použitím provést následující test: Nepatrné množství medu s pylem naneste na měkkou kůži zápěstí v místech, kde je cítit tep. Jestliže se na kůži po 3-5 hodinách objeví zarudlá svědivá skvrna, máte alergii a tento včelí produkt rozhodně neužívejte!

Poznámka: Při ručním stáčení medu nebyla překročena teplota 40°C, což je velmi důležité pro zachování všech potřebných vlastností enzymů a vitamínů.

Dávkování: Je vhodnější častější užívání v malých dávkách (1 čajová lžička každý den) než větší množství najednou. *Neprodejné. Studijní materiály Školy Shiatsu Ki, ☎ 731 40 22 42, kde je možné včelí pyl objednat.*

bob.dvorak@dobruska.cz

¹ Neurastenie je souhrn tělesných a duševních příznaků, pro něž je charakteristická tzv. „dráždivá slabost“. Projevuje se střídáním podrážděnosti a únavy, někdy bolestmi hlavy, poruchami soustředění, nespavostí či nadměrnou spavostí a řadou vegetativních obtíží (poruchy stolice, impotence, bušení srdce aj.). Je součástí neuroózy a může doprovázet onemocnění jiných orgánů.