

Amarant

Amarant neboli laskavec (lat. Amaranthus; také Kiwicha a v Aztéčtině Huauhtli) je rostlina, která je někdy mylně považována za obilninu. Roste v Andách, v Himalájích a v Indii ve výškách 1500 až 3500 m.n.m. Pěstuje se i v Asii. Amarant hojně využívaly staré indiánské kmeny už před 5 tisíci let.



Název údajně pochází z řeckého a (**ne**) + marainean (**chřadnout**) a věří se, že rostlina rostla na hoře Olympu, kde žili nesmrtelní bohové.

Indiáni věřili, že chrání jejich duši a nazývali amarant **nesmrtelným**. Využívali jej k jídlu a při svých náboženských obřadech, hlavně při pohřebních rituálech. Místním obyvatelům dával takovou sílu a odvalu, že ho španělští kolonizátoři zcela zakázali, aby si domorodce mohli podrobit. Amarantu se říkalo „zlato Inků“.

Co se týče složení amarantu, nedávné vědecké výzkumy zjistily, že určité látky obsažené v semínkách laskavce mohou zbrzdit růst rakovinných buněk typu jin (například rakoviny prsu). Laskavec se přidává do pekařských výrobků, protože **neobsahuje lepek** a má 4x větší obsah vlákniny než obilniny. Má také mnohem větší množství bílkovin než kukuřice, pšenice, kravské mléko i sója. Kromě toho obsahuje velké množství přírodního vápníku, fosforu, železa, zinku, vitamínu B, vitamínu C a vitamínu E. Právě ten hraje velkou roli při regeneraci buněk. Proto se často přidává do lepších přírodních omlazovacích kosmetických krémů.

Název evidentně etymologicky souvisí se slovem "láska" a laskavec se také pro lásku využíval. Povzbuzující účinky této vysoce vitalizující plodiny jsou známé od pradávna. Žena, která muži připraví amarant a navíc ještě odvar z opraženého amarantu (laskavce), se jistě setká s porozuměním, bude milována a laskána. Naopak to platí zrovna tak.

Jedním z lidových názvů je „**květina nesmrtelnosti**“. V češtině se mu říká laskavec. Naši předkové dávali rostlinám názvy podle jejich skutečných vlastností. Laskavec měl způsobovat laskavost jako opak vzteku a zloby. Konzumace amarantu má zcela prokazatelný blahodárný vliv na uvolnění napětí a na zklidnění energie jater a žlučníku.

Amarant odpovídá planetě Saturn, elementu ohně a bohyni Artemis. Planeta Saturn přitom souvisí s osudem, stárnutím a smrtí. Usušené květy laskavce se nosily, aby vyléčily z nešťastné lásky.

I když dnes už můžeme jenom tápat, jisté je, že se opravdu jedná o výjimečnou rostlinu a její vliv na dlouhověkost je uctíván u všech národů, které ji tradičně používají. Není načase zařadit ji znovu do našeho jídelníčku?

Čerstvý amarant v BIO kvalitě
a více než 500 dalších přírodních specifik dodává
Škola Shiatsu Ki
www.BobDvorak.cz
[Ceník a objednávkový list](#)
bio specifik