

ZLATÉ ČESKÉ RUČICKY

aneb ŽIVÍME SE RUKAMA

Lidí, kteří se věnují řemeslu, je čím dál méně. Většina z nás prahne po čistém stole v kanceláři. Přesto jsme našly šikovné ženy, které jejich práce baví, i když je to dřina...

Tyhle mastičky a oleje jsou zázračné.

Vášeň a zájem o přírodní zdraví si předávají z generace na generaci. Už babička sbírala a sušila bylinky, aby jimi pomáhala lidem i zvířatům. Občas Kateřinu lidé zahlédnou, jak obložená pytlíky, plnými košíky i rukama jde z krušnohorských luk nebo lesů domů. Tak trochu čarodějka, řekla bych...

● Zaberou bylinky hodně času?

Velmi. Nikdo se neptá, kdy bylinka kvete a že je potřeba ji sbírat. V tu chvíli musíte všeho nechat – mytí oken, sekání zahrady – a jde se na bylinky.

● Co s nimi děláte?

Masti, které jsou na základě vepřového sádla. Tinkтуры a oleje, to je naše gró, které nás baví nejvíc. Oleje jsou pro aplikaci skvělé – i proto, že se rychle vstřebávají.

● Poradíte, jak máme s bylinkami zacházet?

Rozhodně je dobré je nemíchat. Vždy zůstat u jedné, protože třeba třezalka nebo měsíček mají tak široký záběr účinků, že umějí pomoci. Není proto třeba dělat čaj z patnácti bylin, stačí jedna. U nás třeba čaj na ledviny představuje kopřiva. Když mají holky potíže s menstruací, dostanou od nás řebříček.

● Která z bylinek je neúčinnější?

Za mě jednoznačně třezalka. Ta je širokospektrální – má uklidňující účinky, funguje jako antidepresivum, při stresu a při žaludečních neurózách. Ale také umí přivolat lásku.

● Prosím?

Funguje na obnovu vztahu, aby vás milý neopustil. Chce to dát mu ji občas do čaje. Já osobně v tom manžela koupu.

● Jaké byliny teď sbíráte?

Plody brusinek, to je jedna z nejsilnějších bylin, skvělá na močové cesty. Vrbovka úzkolistá je na problémy močových cest u chlapů a funguje i na prostatu, škoda, že muži bylinkám moc nevěří. Přeslička se používá

na revmatické potíže, otoky kloubů. Dobromysl na dobrou mysl, je to náhražka ginkgo biloby. Černý rybíz má spoustu vitamínu C. Udělejte si z něj čaj a přidejte listy maliníku, je výborný. Kontryhel je dobrý na močové cesty, mladá kopřiva na vyčištění krve... Je toho pořád dost, jen vědět, po čem sáhnout.

Vyrábím bylinné
lektváry

KATEŘINA BÍLKOVÁ (35),
majitelka bylinkářství
Katčiny bylinky, Pernink



