

Čistec rovný (Stachys recta) používali naši predkovia na kúpanie bábätiok do jedného roka veku. Kúpali ich v odvare z čistca rovného každý večer. Niektorý rodičia svoje dve deti kúpu do roka každý večer v takomto odvare. Ľudia v minulosti verili, že má liečivú moc hlavne pred zlými silami a urieknutím, ktoré sa prejavovalo častým zíváním, nevoľnosťou, úzkosťou až mdlobami.

Čistec rovný je trváca bylina, ktorá rastie na lúkach, lesných stráňach a na strništi po žatve jačmeňa. Čistcov je niekoľko druhov. Čistec rovný dorastá do výšky 20 až 80 centimetrov. Byl' má priamu, listy majú vajcovitý tvar. Kvietky sú bledulinko žlté, vyrastajú v úžľabí byle po štyroch až šiestich praslenoch. Obsahuje betonicín, cholín, alantoín, silicu, triesloviny a horčiny a iné. Kvitne od júna do októbra, keď sa robí aj zber kvitnúcej vňate. Chuť má horkú.

Čistec rovný sa používa aj ako kloktadlo pri zápale ďasien na vnútorné použitie, ako aj na vonkajšie použitie, kde dobre pôsobí pri reumatických ťažkostiach, znižuje tlak krvi, zlepšuje obeh krvi, pri zápale tráviaceho traktu zlepšuje chuť do jedla, zmierňuje hnačky, znižuje horúčku, pri chrípke, angíne, zápale močových ciest a mechúra, pri urieknutí. Tinktúru používam pri ochrnutí, necitlivosti končatín. Čistec pôsobí upokojujúco a navodzuje dobrý spánok. Nesmú ho užívať tehotné ženy, ale zvonka ho môžu použiť na omývanie.



ČISTEC ROVNÝ- ČASŤ 2

KÚPEĽ

POTREBUJEME:
100 G VŇATE ČISTCA ROVNÉHO, 2 L
VODY

Postup:
100 g vňate varíme v 2 l vody na miernom ohni 20 minút. Potom necháme 20 minút odstáť a precedíme do pripraveného kúpeľa.

Kúpeľ robíme 20 minút po večeri, trvať by mal 15 minút, a po kúpeli už nevychádzame von. Kúpeľ pomáha pri reumatických ťažkostiach, urieknutí a pôsobí upokojujúco.

ČAJ

POTREBUJEME: 1 ČL VŇATE ČISTCA
ROVNÉHO, 3 DL VRIACEJ VODY

Postup: 1-2 ČL vňate zalejeme 3 dl vriacej vody, lúhujeme 10 minút, precedíme a pijeme podľa potreby jeden až trikrát denne. Čaj je vhodný pri zlom trávení, hnačke, chrípke, angíne, zápale močových ciest a mechúra, znižuje tlak krvi.

KLOKTADLO

POTREBUJEME: 1 ČL VŇATE ČISTCA
ROVNÉHO, 2 DL VODY

Postup: 1-2 ČL vňate povaríme v 2 dl vody na miernom ohni 15 minút. Lúhujeme 10 minút a precedíme. Do odvaru pridáme kvapku kuchynského oleja a počas dňa kloktáme.



ČISTEC ROVNÝ- ČASŤ 1

**POTREBUJEME:
100 G VŇATE ČISTCA ROVNÉHO, 2 L
VODY**

Cítite sa zle, nedarí sa Vám .

Myslíte že Vám niekto uriekol,
počaroval, napľul na Vás ?

Odporúčam očistný kúpeľ z čisca
rovného.

Pozor nezamieňať za čistec lesný !

Tesne pred rituálom, spravíme si
poriadok v priestore kde chceme
previesť očistu (byt,izba,dom ap.).

Dáme do vody vonnú soľ (stačí aj
hrubozrnná kuchynská soľ), príp.
zapálime si sviečky.

Do pripraveného kúpeľa nalejeme
odvar z čistca rovného (odvar
necedíme, má vyššiu účinnosť).

PRIPRAVÍME ODVAR

Potom sa v uvedenom očistnom kúpeli
riadne vymáčame (15 max 20 min) a
na záver opláchneme, zmyjeme sa
sprchou.

Ak nemáme vaňu ale len sprchu:
odvar scedíme cez plátno/gázu.
Nalejeme ho do lavóra a na
oplachovanie si zoberieme
hrnček(najlepšie plastový). Po
namočení, prvotnom osprchovaní sa ,
zoberieme hrnček a naberieme
precedený odvar čisca. Postavíme sa
do lavóra (pokiaľ sa dá). Následne
odvarom sa zmývame od vlasov až po
končeky prstov na nohách.
Postupujeme pomaly, kúsok, po kúsku.
Začneme na temene hlavy, vlasy, cez
krk, podpažšie, chrbát, brucho,
rozkrok , nohy spredu aj zozadu a až
po päty.

Na záver prevedieme krátke
osprchovanie sa vodou.

POTOM

Vystúpite z vane/sprchy na podložku,
koberček. Nesmiete stáť na holej
zemi. Utriete si telo do čistého
nepoužitého uteráka. Oblečiete sa do
pohodlného čistého, nepoužitého
prádla (pyžamo,nočná košeľa,
domáce oblečenie..).

Ak roztok vo vani/lavore stmavne ako
čierny čaj , objaví sa v ňom
chuchvalce (ako sopel) príp. čierne
zrnká , je to znak negatívnej a
škodlivej energie. Energie, ktorú ste
mali na svojom tele , vo svojej aure.

Pre vyššiu účinnosť sa doporučuje
kúpeľ zopakovať druhý krát , prípadne
aj tretí krát. Podľa toho čo zostane po
Vás v o vani/ lavóre. Kúpeľ je možné
preventívne prevádzkať 1 až 2 krát za
mesiac.

ČISTEC ROVNÝ- ČASŤ 3