

Afrodisiaka

Magické a rituální použití

Richard Alan Miller

Richard Alan Miller

The Magical and Ritual Use of Aphrodisiacs

přeložil Klement Rejšek

Poznámka vydavatele:

Tato kniha je informační publikací. Vydavatel ji nezamýšlí jako návod k použití, a není tudíž odpovědný za jakékoliv problémy spojené s nesprávnou aplikací zde uveřejňovaných informací. Údaje o léčebných prostředcích, postupech a technikách nechtě jsou chápány jako údaje doplňující, a v žádném případě nenahrazující odbornou lékařskou práci. Při vážných zdravotních obtížích by proto neměly být aplikovány bez předběžné konzultace s kvalifikovaným sexuologem.

1985, 1993 by Richard Alan Miller

Translation · Klement Rejšek, 1995

Obsah

Úvod	9
<i>Část I. Rostlinná afrodiziaka</i>	<i>13</i>
Alstonia	15
Arekový ořech	18
Damiana	21
Durman	25
Fo-ti-tieng	30
Iboga	35
Locika jedovatá	41
Mandragora lékařská (pokřín)	45
Muirapuama	50
Paulinie nápojná (guarana)	56
Pelyněk pravý (absint)	60
Pepřovník opojný (kawa-kawa)	64
Puškvorec obecný	70
Všehoj americký (americký žen-šen)	75
Yahé	81
Yohimbe	88
<i>Část II. Afrodiziaka trochu jinak</i>	<i>93</i>
Hormony	95
Strava	103
Léčiva	114
Vůně	122
Tantrismus	130

<i>Rejstříky</i>	137
Obecný rejstřík	138
Botanický rejstřík	144
Chemický rejstřík	148
Bibliografie	151
Adresy obchodů s afrodiziaky	154
Obsah	157

Působením enzymu alkalické fosfatázy dojde k defosforylaci čili "odkrojení" fosforečné části skeletu psilocybinu, který se pak mění na psilocin.

Psilocybin a psilocin jsou odvozené od tryptaminů (indol C H N & etylaminový postranní řetězec). Svoji strukturou jsou podobné přenašeči ⁸ ⁷ vzruchu serotoninu. Lysohlávky obsahují také mikroskopické množství DMT, které se však, protože orální podání je neúčinné, nijak neprojevuje.

Test na obsah psilocinu a psilocybinu

V současné době neexistuje žádná zkouška, která by u hub nasbíraných přímo v terénu prokázala přítomnost psilocybinu či psilocinu. Existuje však poměrně jednoduchý test, který může provést doma kdokoli, kdo je obeznámen alespoň trochu s principem papírové chromatografie.

Vzorek houby usušíme, rozmělníme a půlhodinovým protřepáváním necháme vstřebat do malého množství studeného metanolu. Jakmile se pevné částice z rozdrčených hub v metanolu usadí, nanese na papír tekutinu ze samého vrchu takovým způsobem, aby oblast nanesené skvrny nepřesáhla 2 mm. Potom na nanesenou vrstvu necháme po dobu asi dvou hodin působit butanol nasycený vodou. Čelo rozpouštědla by ve vzdálenosti 7-8 cm od místa nanesené skvrny mělo obsahovat psilocin a psilocybin (pokud byly ve vzorku přítomny). Po vysušení papíru vysoušečem vlasů toto čelo postříkáme nasyceným alkoholickým roztokem p-dimethylaminobenzaldehydu a pak ještě 1 N kyselinou chlorovodíkovou. Jako předtím papír opět vysušíme. Jestliže se objeví načervenalá barva, je psilocybin přítomný. Přítomnost psilocinu prozrazuje modrofialová zóna.

Extrakce psilocybinu

Houby či mycelium (podhoubí) necháme vysušit. Tento důležitý krok musíme vykonat pečlivě, neboť může dojít k velké ztrátě účinných látek. Suché houby nebo mycelium rozdrtíme nebo rozemeleme na prášek. Ten protřepeme v chloroformu a asi 30 minut necháme ustát. Chloroform zfiltrujeme a uschováme pro pozdější recyklaci. Filtrační koláč protřepeme a necháme ustát v acetonu. Aceton zfiltrujeme a také uschováme. Filtrační koláč protřepeme a necháme ustát v metanolu. Metanol zfiltrujeme a odstavíme. Filtrační koláč znovu protřepeme a necháme ustát v metanolu a ten zfiltrujeme a odstavíme. Filtrační koláč ještě jednou protřepeme a necháme ustát v metanolu. Metanol zfiltrujeme a odstavíme. Nyní by už měly být vyextrahovány všechny alkaloidy. Pro kontrolu můžeme provést malou extrakci s částí užívaného kalu a poté reakci s Kellerovým činidlem (ledová kyselina octová, chlorid železnatý a koncentrovaná kyselina sírová). Fialové zabarvení naznačuje, že alkaloidy jsou ve filtračním koláči stále přítomné, a další

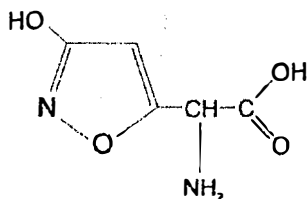
extrakce je tak na místě. Filtrační koláč nakonec znehodnotíme a slijeme metanолоvé extrakty. Metanol odpaříme do sucha, nejlépe ve vakuu, ačkoliv odpařování za nízké teploty můžeme také použít (pomocí horké vodní lázně nebo vysoušeče vlasů). Všechny stopy metanolu musí být odstraněny.

Extrahovaný materiál se uchovává v suché vzduchotěsné nádobě v lednici. Do nádoby můžeme ještě dát sáček se silikagelem k odstranění možné vlhkosti.

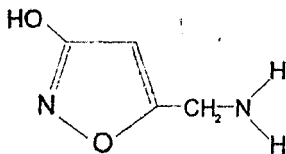
Tato metoda poskytuje hrubý extrakt, který obsahuje aktivní tryptaminy vhodné pro většinu účelů. K získání čistého psilocybinu a psilocinu lze extrakt dále chromatografovat přes celulózu atd. Doporučená rozpouštědla jsou n-butanol nasycený vodou a směs n-butanol:kyselina octová:voda v poměru 24:10:10. Jestliže si někdo přeje chromatografovat, měl by se pro získání podrobnějších instrukcí seznámit s příslušnými návody.

Hlavní účinné složky muchomůrky červené a muchomůrky tygrované jsou muscarin, kyselina iboténová a její deriváty muscimol a muskazon, přičemž muscimol je hlavní psychoaktivní složkou. Muscarin je v těchto dvou houbách obsažen pouze ve velice nepatrném množství (od 0,0002 do 0,0003%) a jeho klinické účinky můžeme v tomto případě zanedbat.

Tyto deriváty oxazolu ovlivňují jednak centrální a jednak sympatetický nervový systém a účinkují jako sedativa (uklidňující prostředky) i jako halucinogeny. Podá-li se ústně, je muscimol přibližně desetkrát účinnější než kyselina iboténová. Efektivní dávka je u člověka 8,5 mg muscimolu a 70 mg kyseliny iboténové.



kyselina iboténová



*5-aminometyl-3-OH-isoxazol
(muscimol)*

Kyselina iboténová způsobuje některé nepříjemné vedlejší účinky, jako svalové křeče, červenání kůže či ospalost. Aby se tyto nepříjemné vlivy odstranily, houba se vaří nebo suší při teplotě 75 až 80°C, při níž se kyselina iboténová dekarboxylací (uvolňováním CO₂) a dehydratací (ztrátou H₂O) mění na muscimol a muskazon. Dekarboxylací kyseliny iboténové vzrostou psychoaktivní účinky houby pět až šestkrát. Stejného výsledku lze dosáhnout jejím rozpuštěním v dimetylsulfoxidu nebo refluxí (zpětnou destilací) ve vodě.

Richard Alan Miller je přírodovědec širokého zaměření, jehož základní odborné krédo by se dalo shrnout do myšlenky, že věda nesmí být odtržena od člověka a jeho skutečných problémů.

R. A. Miller vystudoval teoretickou fyziku na Washington State University. Po studii (1966) se více než deset let věnoval lékařskému výzkumu na některých z předních amerických pracovišť včetně společností Boeing a E. I. Dupont de Nemours. Několik let pracoval v anesteziologickém oddělení University of Washington. Zde mohl plně uplatnit své lékařské i fyzikální znalosti, což dokládá série článků o fyzice a parapsychologii v několika mezinárodních časopisech. V té době již vyučuje parapsychologii na několika univerzitách, přednáší o šamanismu, magii, alchymii, pěstování léčivých bylin jako tržních plodin...

V roce 1972 zakládá vlastní společnost zaměřenou na prodej a studium léčivých bylin a koření, věnuje se taktéž knižní produkci zaměřené na fytoterapii, zdravou výživu a okultismus. Společnosti dává název podle tradovaného keltského svátku jara Beltane Corporation (dnes se nazývá Beltane Herb Company). Později rozšiřuje svou aktivitu i do sféry zemědělství a stává se nákupčím Western Herb Farms, Inc. Využívá své erudice v oblasti fyziky a navrhuje několik dílčích zlepšení pro technický park malých a středních farmářů. V jistém ohledu završuje své praktické i teoretické znalosti velkoplošným pěstováním některých druhů léčivých rostlin a koření, schopných konkurovat importovaným plodinám. Vydává informační bulletin Herb Market Report, považovaný za jeden z nejlepších svého druhu. Je externím redaktorem Acres USA.

V současné době se Richard Alan Miller nadále věnuje výzkumné práci. Jeho aktuální cíl je nemalý: soustředit se na vysoce účinné a dokonalé technologie, které však nejsou doprovázeny negativními dopady na životní prostředí člověka.

Věnováno manželce Ioně

„Dám ti nápoj lásky bez medikamentů, léčivého bylí i zařikávání.
Dám ti radu: chceš-li být milován, nejprve musíš sám milovat.“

Lidové úsloví

Úvod

Hledání účinných afrodisiak – ať již v podobě různých lektvarů, pilulek či jídel zaručujících stimulaci našeho libida – je staré jako lidstvo samo. A dodnes může být sporné, zda každá ze substancí, používaná po staletí, bude skutečně plnit to, co je od ní očekáváno.

Pátráme-li po důvodu užívání těch nejdéle známých afrodisiak, zjistíme, že se většinou jedná o naplnění klasického *signatura rerum*, hermetického teorému, pramenícího z okultního pojetí fyziognomie objektů. Zde to znamenalo vycházet z pevného přesvědčení, že pozřením něčeho, co připomíná svým tvarem pohlavní orgány, se zvýší sexuální výkonnost. Známým dokladem tohoto přístupu jsou návody ke zvýšení sexuální potence a rozkoše z pohlavního styku, které nalzáme v herbáři Nicholase Culpepera z 16. století: doporučují se zde slávky, ústřice, vejce, chřest, banány či roh nosorožce... Nicméně je však třeba si uvědomit, že sexualita je ve své podstatě psychologickou záležitostí, takže i tato „afrodisiaka“ mohla být v jistých případech skutečně účinná, i když se zde očividně jedná o tzv. placebo efekt, čili užití léčiva pouze s psychologickým účinkem.

Pokud jde o etymologii slova afrodisiakum, je odvozeno od jména řecké bohyně lásky a ženské krásy Afrodítý. Co se však týče toho podstatnějšího, významu jeho užívání, účinné afrodisiakum by mělo splnit některé (či všechny) z následujících deseti požadavků:

1. Zlepšení sexuálního zdraví.
2. Zvýšení sexuálního vědomí.
3. Odstranění zábran.
4. Dosažení sexuálního vzrušení stimulací nervového systému či přímo prostřednictvím genitálií.

5. Zvýšení celkové tělesné výkonnosti.
6. Překonání impotence nebo frigidity.
7. Podpora činnosti žláz s vnitřní sekrecí.
8. Zvýšení objemu ejakulátu.
9. Podpora erekce.
10. Zabránění předčasné ejakulace.

Tyto „nápoje lásky“ působí buď přímo, a to v rovině biochemické, či nepřímo, v rovině psychosomatické. Afrodisiaka s klíčovým působením v druhé rovině však v žádném případě nelze hodnotit jako neúčinná: zvláště na základě principu „podobné podobným“ (*similia similibus*) bylo jisté, že bozi na každé z rostlin zanechali indicie jejich budoucího nejlepšího použití.

Chceme-li vycházet z nějaké důležité vstupní informace, nechť je jí skutečnost, že není „erotičtějšího“ tělesného orgánu nad lidský mozek. A není extatičtějšího a blaženějšího pocitu – a to jak v rovině tělesného, tak i mentálního prožitku – než naplnění dokonalé sexuální jednoty mezi dvěma partnery. Pocity zcela naplněné sexuality se zpravidla dostávají v situaci, kdy dochází k rovnováze mezi komplexně (tj. fyzicky i psychicky) vymezenými individualitami – hloubka prožitku tělesného styku pak jen zcela spontánně „kopíruje“ hloubku vzájemně sdíleného citu. A platí to i naopak: egoismus, napětí či strach z možného selhání přímo při koitu jsou tou největší studenou sprchou pro pohlavní život.

Sex je standardně chápán jako prostředek k naplnění dvou funkcí: plazení a kratochvíle. Nicméně sex nám může nabídnout mnohem více než jen limitované vzepětí při orgasmu či uspokojení ze zajištění pokračování druhu. Orgasmu můžeme snadno dosáhnout masturbací, zachovat rod je dnes možno i umělou inseminací. Sex není pouhý chtíč. Dojde-li k vhodné kombinaci sexu s určitými rituály, překročí sex hranice svých dvou animálních funkcí a vstoupí do světa spirituality. Za těchto okolností sex urychluje proces jakéhosi „kulturního očištění“ našeho duchovního života. – Musíme si uvědomit, že každý akt, který jedince utiší, uspokojí (a nemá nepříznivé vedlejší dopady) a prohloubí jeho vnímání lásky, ohleduplnosti a péče o své okolí, přispívá k jeho kultivovanosti a duchovnosti.

U mužů je většina poruch sexuálního života (problematická erekce, předčasné vyvrcholení, absence pocitu uvolněnosti při a po orgasmu, absence orgasmu vůbec) psychického původu. Stejného původu bývá i frigidita a obava ze styku u žen. Pravidelné praktikování sexuál-

ních rituálů pak nepomáhá posilňovat pouze neuromaskulární podstatu vlastního aktu, ale také myšlení a přístup obou partnerů.

Někdy se také setkáváme s naprostým vyčerpáním energie jednoho z partnerů. Důvodem většinou bývá přílišná intenzita či frekvence styků v okamžicích, kdy „by se sice chtělo, ale šťáva už došla“. Nezapomínejme ani na to, že dosažení pocitu plné stimulace potěšení sexem ženě trvá přibližně čtyřikrát déle než jejímu partnerovi. Eventuální užití afrodisiak pak partnera brzdí v jeho přirozeném spěchu a oběma tak přináší čas k dosažení shody v naplnění smyslového chtíce. Výsledkem je větší potěšení pro oba.

I tak ale může dojít k pocitům zklamání. Těm je možno se úspěšně vyhnout dobrými znalostmi chemické podstaty působení a specifických účinků nejrůznějších afrodisiak. Tak se také ostatně vyhnete mrhání penězi a vlastní energií. V posledních letech totiž některé společnosti nabízejí afrodisiaka za neslýchané ceny. To, co jejich výrobci často slibují, nemá s realitou moc společného. Je třeba si totiž uvědomit, že impotence, frigidita a předčasná ejakulace jsou často jevy čistě patologické povahy. Koliduje-li s erekcí, potencí, krátkým stykem, či pocitem naplnění z orgasmu tělesná ochablost, je možno celou situaci vyřešit lepší výživou, vhodným odpočinkem, vyhýbáním se stresovým situacím a vhodným tělesným cvičením, ačkoliv některé z afrodisiak doporučovaných v této knize lze užívat dlouhodobě – a to i bez vedlejších příznaků (zde se jedná v první řadě o žen-šen a fo-ti-tieng), velká část ostatních by měla být užívána pouze příležitostně, neboť u nich reálně hrozí riziko vzniku závislosti.

Účelem této knihy je seznámit čtenáře s jednotlivými afrodisiaky, jejich chemickým složením, přípravou a použitím a některými zajímavostmi, například z historie jejich používání. Čtenář je také inspirován jejich užitím v obřadech magického charakteru. Cílem knihy není cokoliv zamlčovat, ale spíše ukázat způsoby nejlepšího užití afrodisiak, a to bez možnosti jejich zneužívání. Čtenář by proto měl brát vážně i slova úvodní poznámky vydavatele a nezneužít žádnou z dobře míněných rad.

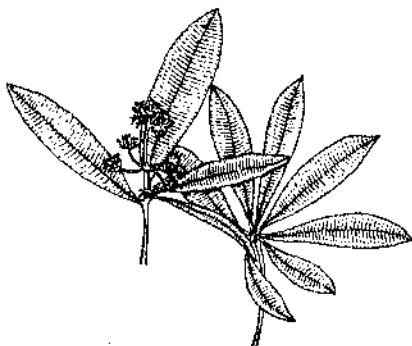
ČÁST I. ROSTLINNÁ AFRODISIAKA

*V takovou noc
Médea natrhala pro Iásóna
bylin, z nichž omlád zas.*
WILLIAM SHAKESPEARE (1564–1616)
Kupec benátský



Alstonia

Prodlužuje erekci a oddaluje orgasmus



Taxonomické označení: *Alstonia scholaris* R. BR.

Čeleď: toješťovité (*Apocynaceae*).

Oblast přirozeného výskytu: Původem z Indočíny, nyní celá jihovýchodní Asie, Indie, Srí Lanka, Borneo a Filipíny, Severní Austrálie, tropická Afrika.

Typ rostlinného společenstva: Tropické deštné lesy.

Celkový vzhled: Rostlina stromovitého vzrůstu, dorůstající výšky 18–26 m. Kmen má nápadně vrásčitou kůru. Listy oválné, řapíkaté, dlouhé až 20 cm, šířka více než 10 cm. Lícni strana listů lesklá a hladká, rub bílý s výrazně pravoúhlo žilnatinou. Kůra je nevonící, ale silně hořké chuti, barvy hnědošedé s nápadnými tmavými skvrnami. Květy bílé, trychtýřovité, v úžlabních vrcholičnatých květenstvích.

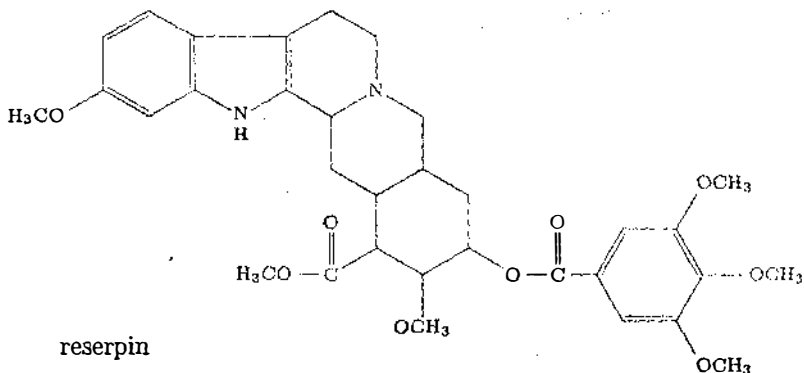
Tradiční použití

V zemích svého výskytu se odedávna používaly pláty kůry alstonie jako relativně kvalitní psací materiál. Tato skutečnost se ostatně odráží v jejím latinském názvu – *A. scholaris*. V lidovém léčitelství národů jihovýchodní Asie se kůra alstonie používá po staletí. Odvar z ní připravený je běžnou a účinnou metodou k odstranění menstruačních bolestí. V současné homeopatické praxi je čaj ze semen a kůry alstonie používán k léčbě chronických průjmů a úplavice. Kůra sama o sobě však nemá žádné afrodisiakální účinky.

Obsažené látky

Kůra alstonie obsahuje tři důležité alkaloidy: ditamin, echitamin a echitenin. Kromě nich se zde setkáváme také s několika olejnatými a pryskyřičnými látkami. S látkou působící jako silné afrodiziakum se setkáváme až v semenech – jedná se o chlorogenin ($C_{21}H_{20}N_2O_5$). Dnes je již prokázáno, že tento běžný alkaloid (najdeme ho např. i v ricinovém oleji či kávových bobech) může působit i jako univerzální alergen.

U příbuzného druhu *Alstonia constricta* nacházíme alkaloid reserpin. Tento alkaloid je dnes znám především u rauwolfií, stálezelených nebo opadavých keřů z téže čeledi toješťovitých. Osvědčuje se jako účinný lék na duševní choroby. Mechanismus jeho účinku je dán působením na sympatický nervový systém prostřednictvím blokace větší části neurotransmitující látky zvané norepinefrin. Neutrální blokace tohoto přenašeče pak ústí do nadbytku serotoninu (blíže viz kap. Hormony).



Primární farmakologický účinek

Alstoninové alkaloidy ze skupiny chlorogeninu způsobují lehké podráždění genitálií, vedoucí k pocitu erotického napětí (konkrétně se jedná o vyvolání lehkého mrazení v oblasti genitourinálního traktu). To vede k déletrvajícím erekci a oddálení orgasmu při obecném mírně posilujícím efektu. Vedlejším účinkem je stimulace oběhové a nervové činnosti.

Aplikační formy

Rozmačkejte 2 g semen alstonie a nechte je máčet přes noc ve 100 ml vody. Druhý den nálev slijte a vypijte. Přesné dávkování může být

individuální, a to jak na základě rozdílností mezi jednotlivými zásilkami semen, tak i na základě rozdílu tělesných dispozic léčených. Je proto možné počítat s mírným postupným zvyšováním aktivační dávky.

Rituální příprava a použití

Poprvé se s užíváním semen alstonie jako účinného afrodisiaka setkáváme v indickém tantrismu. Užívání této rostliny bylo doprovázeno speciálním cvičením svalstva v pánevní oblasti k prodloužení erekce a oddálení orgasmu. Cvičení zahrnovala svalstvo stydké kosti i oblast prostatické žlázy. Jejich výsledkem bylo zvýšení elasticity genitálních svalů a jejich přesné ovládnutí. Vychází se přitom z toho, že svalstvo v této oblasti funguje podobně jako otočný ventil – dané svalstvo je zodpovědné za otevírání i zavírání (kontrolované stahy) jednoho ze tří otvorů v dolní části lidského těla. Tyto jednotlivé otvory nemohou být vůlí ovládnuty nezávisle na sobě; nicméně je možné speciálními cviky zaměřit pozornost na každý z nich zvlášť. Tato cvičení lze provádět kdekoli a v jakékoliv pozici. Provádí-li se denně, zvýšíte si volní kontrolu svalstva urogenitální oblasti a jejich flexibilitu.

Při močení uvolněte svalstvo. Uvolnění rázně vystřídejte prudkou kontrakcí (stahem zúčastněných svalových skupin) až k zastavení močení.

Plně si uvědomujte činnost a používaného svalstva.

Svalstvo ponechte v kontrakci jednu až dvě sekundy a poté jej uvolněte.

Celé cvičení opakujte.

Toto cvičení není zdaleka určeno pouze mužům. Naopak: v mnoha oblastech jsou to právě ženy, které tímto způsobem stimulují vaginální orgasmus a cvičí techniky vedoucí ke zvýšení sexuálního potěšení partnera.

Nežádoucí účinky: Alstoninové alkaloidy ze skupiny chlorogeninu způsobují sice lehké podráždění genitálií, to však může být doprovázeno podrážděním močového měchýře. Taktéž je třeba mít na paměti alergenní účinek chlorogeninu!

Na Srí Lance je dřevo z alstonie oblíbeným materiálem pro výrobu rakví.

Arekový ořech

Povzbuzující prostředek pro
praktikování jednotlivých ásání



Taxonomické označení: palma areková (*Areca catechu* L.)

Čeleď: arekovité (*Arecaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Pochází z Malajsie a pěstuje se v celé tropické Asii, Polynésii a ve východní Africe.

Typ rostlinného společenstva: Běžně pěstovaná rostlina lehkých půd vlhkých oblastí jihovýchodní Asie a přilehlých tichomořských ostrovů.

Celkový vzhled: Štíhlá palma dorůstající výšky 25 m. Stromy se dají tvarovat na tyčovinu s nezavětveným kmenem s cílem získat vysoce kvalitní výřezy z kulatiny. Má zpeřené listy; šířka jednotlivých lístků až 10 cm.

Tradiční použití

Ještě v třicátých letech jen v samotné Indii žvýkalo pinang (smotky z listů pepřovníku betelového, vyplněné směsí, kde hlavní roli hrají roztlučené nedozrálé plody arekové palmy a hašené vápno) více než 20 milionů lidí. Je třeba si uvědomit, že každá areková palma plodí ročně kolem 250 ořechů a arekových palem jsou pěstovány miliony. Skutečnost, že kromě semen jsou ještě tradičně využívány její listy na balení tabáku, činí z arekové palmy jednu z nejpobulárnějších rostlin světa.

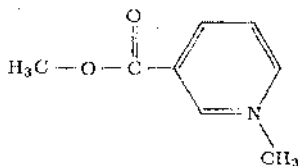
Pravidelné žvýkání betelu barví rty, dásně a zuby do výrazně červené barvy. Na ni jsou však asijské žvýkači obzvláště hrdí.

Příprava betelových smotků se liší. Tradiční malajská příprava spočívá ve smíchání rozmačkaných arekových ořechů s extraktem z akácie

katechové (*Acacia catechu* (L.F.) WILLD.), s trochou páleného vápna a špetkou muškátového oříšku, kardamonu či kurkumy pro aróma. Tato směs se balí do listu pepřovníku betelového (*Piper betle* L.) a je pak běžně prodávána na trzích a na ulicích. Jiný způsob přípravy pinangu je smíchání roztlučенého betelového ořechu s jemně rozřezaným tabákem a zabalení této směsi do čerstvého listu pepřovníku betelového, natřeného hašeným vápnem.

Obsažené látky

Základem účinku arekového ořechu jsou jedovaté arekové alkaloidy, z nichž klíčovou úlohu hraje arekolin. Arekolin patří do téže skupiny alkaloidů jako muskarin, základní obsahová látka muchomůrky červené (*Amanita muscaria* (L. ex FR.) PERS. ex S. F. GRAY). Pro jeho uvolnění z pletiva rostliny jsou nutné sliny a oxid vápenatý. V listech arekové palmy najdeme chavikol, allylpyrokatechol, chavibetol a kadinen.



arekolin

Primární farmakologický účinek

Arekolin patří mezi mírná stimulantia. Zlepšuje dýchání při současném nezatížení srdečního svalu.

Aplikační formy

Smíchejte 0,5 g páleného vápna (hydroxidu vápníku) s jedním roztlučeným arekovým ořechem. Žvýkejte jako tabák. S příležitostným odplivováním žvýkejte dvě hodiny.

Rituální příprava a použití

Betelové ořechy jsou výborným prostředkem při nácviu hathajógy či obecně při cvičeních sloužících k získání kontroly nad vlastním tělem. Dokonalé ovládnutí těla je základním předpokladem pro provozování tantrické praxe sexuální magie (to ostatně platí i o vysokém stupni ovládnutí vlastní psýchy). Betel a ásány nejsou přitom spojová-

ny nijak nepochopitelně: arekolin jako mírné stimulantium umožňuje totiž podstatně delší setrvání i ve značně obtížných pozicích, aniž by docházelo k narušení koncentrace na procvičované ásány.

Seznamme se nyní s několika z nich. Oblečte se do volného oděvu. Sedte klidně a tiše, uvědomujte si každý sval těla.

První ásán (Pán): Posadte se vzpřímeně na židli, záda rovná, dlaně na těsně semknutých kolenou, oči zavřené.

Druhý ásán (Drak): Sedněte si na paty, špičky nohou nasměrujte k sobě, záda a hlava vzpřímená, dlaně na stehnech.

Třetí ásán (Ibis): Stůjte, kotník levé nohy držte pravou dlaní, ukazováček levé ruky nechte spočinout na rtech.

Čtvrtý ásán (Blesk): Posadte se na levou patu, pata pravé nohy zakrývá genitálie, špička je natažená, paže roztaženy nad koleny, záda a hlava vzpřímená.

Při procvičování se můžete setkat s různými stavy mysli. Takto vyvolaná spiritualita vám umožní dovědět se o sobě nové skutečnosti. Ty by se pak měly pečlivě analyzovat. Zaveďte si poznámkový sešit a uvádějte v něm délku trvání jednotlivých ásánů, pocity bolesti (dostaví-li se), stupeň ztuhlosti těla a případné další vjemy.

Pokud budete přesvědčeni, že jste výše zmiňované cviky zvládli, položte si při příštím cvičení na hlavu talíř s vodou. Budete-li v pozici v sedě, vytrvejte takto při všech cvičených ásánech alespoň půl hodiny.

Nežádoucí účinky

Vysoká množství extrahovaného arekolinu (ať již z nadměrných dávek či z používání nezralých betelových oříšků) vyvolávají stavy opilosti, závratě a průjemy. Dlouhodobé užívání pinangů též způsobuje choroby dásní a zubů.

Důvod, proč jsou betelové oříšky používány jako afrodisiakum, spočívá v jejich stimulačním efektu. Nejedná se zde tedy o přímé ovlivnění činnosti pohlavních orgánů. Tam, kde jsou běžně užívány, hrají stejnou roli jako kouření tabáku a pití kávy v Americe a v Evropě.

Damiana

Mentální afrodisiakum



Taxonomické označení: *Turnera diffusa* WILLD, var. *aphrodisiaca* (WARD)

Čeleď: *Turneraceae*

Oblast přirozeného výskytu: Jižní část Severní Ameriky (zvl. Mexiko a Texas). Dnes je též pěstována v Africe.

Typ rostlinného společenstva: Savany, pouštní oblasti.

Celkový vzhled: Malý, chlupatý, silně větvený keřík s hladkými, oválnými listy. Líc lístků je světlý, žilnatina na rubu pýřitá. Květy jsou velké a žluté, silně aromatické a chutnají hořce; vyrůstají jednotlivě z paždí listů. Dobou květu je pozdní léto. Plody jsou malé, oválné, pukavé tobolky.

Tradiční použití

Damiana je tradičním mexickým ženským afrodisiakem. Ženy pijí šálek damiánového čaje jednu až dvě hodiny před pohlavním stykem – cílem je plné prožití aktu. Věří se též v tonizační působení odvaru z damiány na pohlavní orgány a nervový systém.

Louis J. Culling popisuje ve své knize „Průvodce sexuální magií“ (1971) přípravu takového odvaru, působícího jako mentální afrodisiakum. Výsledky se prokazatelně dostavují po několikátýdenním užívání. Ve své knize „Magické a rituální užití léčivých bylin“ uvádím výborný návod na přípravu „cloumáku“ z damiany a vodky.

S užitím damiany se setkáváme v sexuální magii různých kořenů, zvláště pak v tantrické praxi.

Obsažené látky

Damiana obsahuje 0,2–0,9 % aromatických olejů, 14 % pryskyřičných látek, 3,5 % taninu, 6 % škrobu a hořčinu zvanou damianian.

Primární farmakologický účinek

Aromatické oleje damiany jsou lehce dráždivé, mohou iniciovat peristaltické pohyby při současné stimulaci genitourinárního traktu během defekace. Díky dráždivému účinku damiana přispívá k vyčištění těla od chronických chorob močového a pohlavního ústrojí. Současně působí jako mírné afrodisiakum. Damiana též působí na naši psýchu, její účinek se podobá stavu opojení marihuanou a trvá přibližně půl druhé hodiny.

Aplikační formy

Na přípravu čaje použijte 2 polévkové lžice sušených damianových lístků. Po dobu 5 minut je spařujte v 1 šálku horké vody.

Damiana se dá používat také ve formě likéru, 30 g listů se naloží do půl litru vodky na pět dní. Výsledkem je silné mentální afrodisiakum odbourávající zábrany. Vzhledem k silně aromatické hořké chuti může být též dlouhodobě používáno jako mírné laxativum (projímadlo).

Další aplikační formou je příprava směsi zvané *yuba gold*, která se kouří z vodní dýmky. Účinky jsou obdobné jako po požití kvalitní marihuany.

- 4 díly listů damiany
- 4 díly nati šišáku
- $\frac{1}{4}$ dílu nati lobelky
- 4 díly květu mučenky
- 1 díl listů máty peprné

Výsledkem je vrcholný okamžik narkotického opojení.

Rituální příprava a použití

Západní tantrismus nabízí (a praktikuje) určité sekvence sexuálních magických rituálů, sloužících v obecném slova smyslu k postžení individuální seberealizace. Uplatňuje se přitom vůle a imaginace s cílem dorůst do okamžiku uchopení vlastní spirituální podstaty. Dochází k evokování magických účinků, přičemž nastává proces rozšiřování vlastního vědomí. Toto rozšířené vědomí nahrazuje v jiných praktikách nalézané „ponořování“ do vlastní identity.

Jednou z cest technik západního tantrismu je aktivní vyvolávání snových stavů. Tak je dosahován kontakt s podvědomím a prostřednic-

tvím uvědomění si konfliktu mezi vědomou a nevědomou tužbou pak adept dosahuje vyššího stupně osobní svobody a vnitřní harmonie.

Vyvolané sny se nezaznamenávají – jejich symbolika se vynoří po několika málo měsících, a tak naplno osvětlí adeptovo nitro. Sny reflektují vnitřní psychické proměny. Jsou-li sny takto chápány, sféry vědomí a podvědomí povlovně přecházejí jedna v druhou a splývají. Individualita je tak reflektována ve své celistvosti – v magické jednotě.

Vědomé ego se učí spolupracovat s imaginativním podvědomím. Význam stavu setrvání v kvazivědomém prostoru (ani vzbuzený, ani hluboce spící) je možná větší než většina magických praktik.

První stupeň sexuální magie (někdy nazývaný alfaismus) spočívá v praktikování magické neposkrvnělosti, adept v obdobích mezi jednotlivými pohlavními akty nemá a nepocituje žádné projevy erotického charakteru. Naprostá tělesná čistota je sice také vysoce ceněná – mnohem důležitější však je získat schopnost vázat veškeré sexuální představy a emoce pouze na okamžiky skutečného fyzického styku. Sexus se stává jednoznačnou magickou silou. Není pouhým produktem živočišné touhy, ale stává se transcendentálním agens seberealizace.

Druhým stupněm sexuální magie je dianismus. Tato zvláštní metoda, jejíž jméno je odvozeno od mytologické bohyně Diany, spočívá v provozování pohlavního styku bez dosažení orgasmu. Oba partneři musí být silně „erotizováni“; nicméně dospět k okamžiku vyvrcholení jim není dovoleno. Celá technika je procvičována dlouhodobě, mimo jiné s cílem vyhnout se jakýmkoliv náznakům frustrace ze znemožněného orgasmu. Při koitu nedochází k vnímání sexu jako požitku rozkoše, nýbrž ten se stává magickou transformací spirituální aspirace především mužského partnera. Dianismus tak ústí do výše zmiňovaného stavu splývání sféry vědomé a podvědomí; doména imaginace se tak dostává vně kontroly vlastní vůlí. A právě likér z damiánových lístků se stává výborným prostředkem, znovu rozdmýchávajícím plameny touhy po magické jednotě.

V průběhu dianistického koitu je zapotřebí dodržovat několik následujících pravidel:

1. Požadovaným poměrem mužského partnera, aspirujícího na uchopení své pravé podstaty za současného generování vlastních magických sil, ke své partnerce je naprosté opomenutí její individuality. Na tomto stupni sexuální magie jsou vztahy obou partnerů čistě neosobní.
2. Partnerka musí být adeptem chápána jako materiální manifesta-

ce jeho vlastního démona, jeho božské milenky. Musí dojít až k plné transmutaci partnerky do imaginativní reprezentantky spirituálních sil vůbec.

3. Partner může dospět k orgasmu pouze za předpokladu, že tím nedojde k narušení stavu splynutí vědomí s podvědomím. Oba partneři by měli být odpočatí, sexuálně neagresivní; nesmí dojít k cílenému směřování styku k dosažení vyvrcholení sexuálního vzrušení.
4. Oba partneři se extatickým stavům nevyhýbají, ale dojde-li k nim, neodávají se jim. Raději by proto mělo docházet spíše k bezprostřední transformaci pohlavního vzrušení do magického aktu, evokovaného jak vůlí, tak i imaginací. Dojde-li k tomu, sama touha po orgasmu je potlačena. Praxe tantrické jógy již zcela od orgasmu upouští; sexuální energie je jednoznačně směřována do sféry psychologické a spirituální kreativity. Jistě není touhou každého z nás zřít se pohlavního vyvrcholení a věnovat se pouze takovýmto technikám, na druhé straně však čas od času experiment tohoto druhu přináší jistou (a často tak žádanou) změnu.
5. Chceme-li v magickém slova smyslu iniciovat „dítě v nás“, budeme muset na některé rituály sexuální magie přistoupit zcela nevyhnutelně. Proces tvořivosti a proces rozplozování jsou procesy analogické. Oba vyžadují fenomén přitažlivosti, spojení, oplození, těhotenství a zrodu. Dosáhnout vyššího stupně magické jednoty lze prostřednictvím sjednocení vědomých a podvědomých energií, energií, které chováme v sobě a po období plného sebeovládání je uvolníme při imaginovaném volním aktu. Je-li „archetypické“ dítě zrozeno, délka jeho života závisí na síle magické operace, symbolicky postihující sílu psychologického transformačního procesu. Tento rituál by měl být prováděn každých sedm až devět dnů při postupně se zvyšující míře koncentrace. Její maximum je dosahováno po třech takto prováděných technikách.

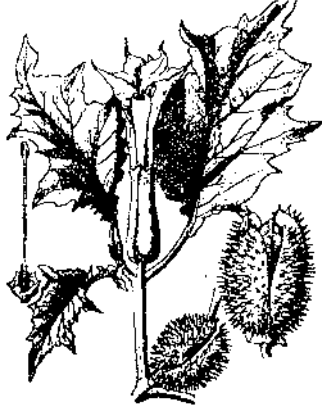
Nežádoucí účinky: Dlouhodobé užívání damianových preparátů může působit u některých osob jaterní komplikace.

Účinnost damiany se zvyšuje, je-li užívána v poměru 1 : 1 s bobulemi floridské palmy Serenoa repens (BARTR) SMALL.

Durman

Součástí dnes proslulého „little smoke“ z „Učení dona Juana“

Carlose Castanedy



Taxonomické označení: durman obecný (*Datura stramonium* L.)

Čeleď: lilkovité (*Solanaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Cirkumpolární druh amerického původu. V Evropě vzácný. Hojný ve Střední Americe, Mexiku a Indii.

Typ rostlinného společenstva: Slunné, travnaté nížinné louky, rumišťe.

Celkový vzhled: Jednoletá rostlina dorůstající výšky přes jeden metr. Listy široké, 10–20 cm dlouhé, ostře laločnaté. Květy trubkovité, světle modré. Plodem je velká, ostnatá tobolka s ledvinovitými, černými semeny.

Tradiční použití

Rodový název *datura* pochází z arabských slov *datora* a *tatorah*. V sanskrtu se o této droze hovoří jako o *dhurstura* či *unmata*. V angličtině se mu říká Jimsonský plevel – název pochází od jména historické osady Jamestown na jihovýchodě Virginie, kde jej první kolonisté našli v docích, rostoucí na hromadách odpadků, vyvezených z lodí.

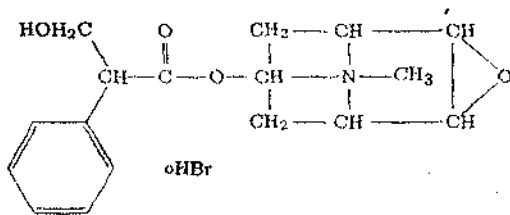
V Indii se preparát z příbuzného druhu (durman indický *D. metel* L.) stal součástí tzv. „knockout drops“, používaných místními prostitutkami k uspaní jejich klientů. Je dosti pravděpodobné, že na indickém venkově se tato silně narkotická droga používá např. k utišení plačících nemluvňat.

Durman je spolu s mandragorou, blínem a omějí klasickou drogou pro přípravu mastí, užívaných k letům na čarodějnické sabaty. Tako-

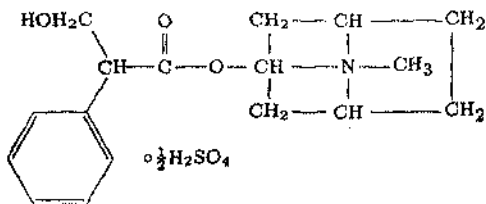
vou mastí se potřelo celé tělo, přičemž došlo k infiltraci účinných látek prostřednictvím kůže a povrchu sliznic. Následkem toho se u intoxikovaných osob objevovaly intenzivní halucinace včetně velmi sugestivních snů o létání na koštěti. Zde se jedná o typický příklad působení drogy na astrál intoxikované osoby při evokaci astrálních obrazů – tedy něco podobného, o čem píše Carlos Castaneda ve svých knihách o donu Juanovi a jeho spojenci „kouříkovi“ (little smoke).

Obsažené látky

Účinnými látkami drogy jsou tropanové alkaloidy s parasimpatikolytickým efektem (viz mandragora). V první řadě se jedná o skopolamin (hyoscin); přítomny jsou dále atropin, hyoscyamin, mandragorin, aj. Skopolamin je součástí volně prodejných sedativ a prostředků k snížení psychického napětí. Ve své hydrobromidové formě je součástí léků k odstranění pohybových obtíží.



skopolamin



atropin

Primární farmakologický účinek

Durman je halucinogenem, parasimpatikolytikem (tlumí činnost autonomních nervstev v oblasti určitých částí hlavy a páteře) a hypnotikem. Ve stádiu omámení intoxikovaný nespí – nachází se ve stavu

podobném REM-fázi spánku; v tomto exaltovaném stavu je otevřený plnému vnímání evokovaných silně sugestivních, živých snů.

Aplikační formy

Jedovatá rostlina – neužívejte vnitřně! Působení na CNS po inhalaci spalované drogy je relativně bezpečné. Při spalování se durman někdy kombinuje s listy konopě seté (*Cannabis sativa* L. – čeled' konopovité *Cannabaceae*). Na takovémto „dýchánku“ by vykouřená dávka drogy neměla překročit 2 gramy. I tak vede časté inhalování durmanu k poruchám paměti a těžkým migrénám!

Rituální příprava a použití

Pojetí člověka jako bytosti duchovní je staré jako lidstvo samo. Člověk je tedy možno chápat jako bytost v rovině materiální se všemi z toho vyvěrajícími důsledky a jako bytost v rovině duchovní. V této rovině je člověk „majitelem“ astrálního těla, na něž může být nahlíženo jako na svítivé, zářivé astrální světlo v podobě kopie těla hmotného. Astrální tělo jako součást nevnímátné substance vnímátného světa je tak osvobozeno od omezení těla smrtelného, setrvává i po jeho fyzické smrti a i během jeho života je za přesně vymezených podmínek schopno se uvolnit a dokonce s jeho nositelem částečně „komunikovat“.

Astrální tělo, oduší, duše-fluid je tvořeno výboji částic zářivé energie. Egypťané ho nazývají *ka*, indičtí okultisté jej „uchopují“ v procesu pránajámy (viz puškvorec), Aristoteles ho poprvé exaktně definuje, přičemž částečně vychází z orientálních zdrojů... Je několik způsobů, jak do astrálního těla vědomě vstoupit. Z těch bezpečných je to například vstup prostřednictvím aktivní imaginace: vizualizace svého zářivého těla tak dlouho, dokud se vám nestane tak skutečným jako vaše hmotné tělo. Vztah mezi oběma těly pak musí být úzce soukromý. V okultní tradici se hovoří o „stříbrné šňůrce“ poutající obě těla. Nicméně i zde je zapotřebí upozornit na přísné rozlišení obou těchto těl, jinak tato cesta přestává být bezpečná.

Poradíme vám jednoduchý návod: nejprve musí astrální tělo „vyplout“ z těla hmotného. Zavřete oči. Začněte představou, že před sebou vidíte stát obraz vašeho vlastního těla. Nyní se z místa tohoto obrazu podívejte jakoby na vaše hmotné tělo. Nesmí se však jednat o zrcadlové obrazy – představujte si objekty, jak by skutečně vypadaly. Podaří-li se vám to, pokuste se o transfer vašeho vědomí do zářivého těla. Nyní se pokuste popsat předměty ve vašem pokoji pomocí očí tohoto nového těla. Jakmile se v novém těle počnete cítit víceméně „jako doma“,

pokuste se vznést do vzduchu. Tento proces si představte tak, že jedete ve výtahu, který neustále zrychluje. Dostaví-li se pocit, jako byste měli v břiše díru, je to víceméně v pořádku. Vy se však soustředte na pozorování prostoru kolem sebe, který se při vašem pohybu vzhůru přirozeně mění. Rozhlédněte se: vidíte krajinu kolem sebe. Obrazy, které vnímáte, vyrůstají přímo z vás, přičemž nemají ani čistě materiální, ani čistě duchovní obsah: jsou výsledkem obou rozměrů vaší osobnosti.

Přestože vaše pokusy budou provázeny mnoha dílčími nezdary, věřte, že vůbec nejdůležitější je být stále připraven na cestu zpět. Po odpoutání ztotožněte astrální tělo s tělem hmotným. Srovnajte si mysl, utřídte zážitky. Dostaví-li se totiž nějaké nesrovnalosti v této fázi, v nejlepším případě skončí jen psychickými trampotami. Návrat k bodu počátku operace, tj. normálnímu stavu vědomí, prostřednictvím aktivního úsilí je základem každé pozitivní magické operace.

Vcítíte-li se do astrálního těla, pokuste se podívat na své nehmotné ruce. Právě schopnost vizualizace částí vašeho těla vám umožní kontrolu nad vašimi „lety“. Postupná průprava je přitom samozřejmě nutná. Výsledkem vašeho snažení se poté stane uchopení daleko širšího spektra vyššího vědomí.

Nežádoucí účinky: U durmanu platí totéž co u mandragory: celá rostlina obsahuje prudce jedovaté tropanové alkaloidy. Ty mají na jedné straně přímý účinek na parasympatické nervstvo, které ovládá jak motoriku těla, tak i vnitřní a vnější sekreci, na straně druhé však díky své vysoké efektivnosti mohou při překročení doporučených dávek způsobit smrtelnou otravu. Při každé aplikaci durmanu je proto nutné postupovat velmi odpovědně!

Tropanové alkaloidy obsahují i jiné rostliny. Je to v první řadě ruklík zlomocný (Atropa belladonna L.; název bella dona, krásná paní, získal díky rozšíření zornic intoxikované osoby jako důsledku požití drogy), dále blín černý (Hyoscyamus niger L.; lidový název „ďáblovo oko“) z čeledi lilkovitých (Solanaceae) a oměj šalamounek (Aconitum napellus L.; obsahující akonitin, který je jedním z nejprudších jedů ze všech dosud popsáných alkaloidů!) z čeledi pryskyřníkovitých (Ranunculaceae). Se skopolaminem a atropinem se také setkáváme v oblíbených netabákových indických cigaretách „mint bidis“, obsahujících mimo jiné mátu, vlaštovičník, bazalku, durman, pomerančovník, majoránku a papáju. V každé cigaretě je 65 miligramů skopolaminu a 16 miligramů atropinu.

Tropanové alkaloidy jsou extrahovatelné do alkoholu. Jednou z aplikačních forem těchto drog je proto máčení cigaret do takto „obohaceného“ alkoholu, jejich sušení a kouření.



rulík zlomocný



blín černý



oměj šalamounek

Fo-ti-tieng

Bájný „elixír mládí“



Taxonomické označení: pupečník asijský (*Hydrocotyle asiatica minor* L.)

Čeleď: pupečnickovité (*Hydrocotylaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Pupečník je rozšířen v celé Asii, nejčastěji je však sbírán v Číně.

Typ rostlinného společenstva: Roste divoce podél cest, na vlhkých úbočích svahů, v travnatých houštinách apod. Často zplaňuje.

Celkový vzhled: Víceletá bylina s plazivým, křehkým a tenkým stvolem. Z jednotlivých nodů lodyhy vyráží tři nebo čtyři oválné listy s tupými špičkami. V jejich paždí v létě raší malé nachové kvítky tvořící okolíčnatá květenství. Plody jsou okrouhlé a ploché, nachově červené barvy.

Fo-ti-tieng znamená „nápoj dlouhého života“. Setkáváme se s pochybnostmi, která rostlina tím elixírem mládí vlastně v tradiční lidové medicíně je. Vedle pupečníku asijského *Hydrocotyle asiatica minor* L. (dříve řazeného do čeledi *Apiaceae* – miříkovité) připadá v úvahu i příbuzný druh *Centella asiatica* (L.) URB., takzvaný *gotu kola*, s centrem výskytu na Srí Lance, v Indii a v některých částech Afriky, je možno uvažovat o některých druzích tibetských rdesen, známých jako *shoo koo*, pro jejichž volbu by nahrávala skutečnost, že se používá jejich hlíza... a tieng v čínštině znamená „kořen“. Dr. Leung Kok Yuen z North American School of Acupuncture považuje právě tuto rostlinu za legendární fo-ti-tieng.

Tradiční využití

V čínském lidovém léčitelství se fo-ti-tieng používá celá tisíciletí. Také na Srí Lance se každodenně konzumované listy pupečnicku asijského považují za tradiční prostředek k prodloužení života a podpoře zdraví. Západní svět se o této rostlině poprvé dověděl z příběhu věhlasného čínského bylinkáře Li Chung Juna, o jehož životě se zmiňovaly některé knihy z oblasti lidového léčitelství Dálného východu. Tento muž se údajně narodil v roce 1677 a zemřel v roce 1933. Během svého 256 let dlouhého života měl mít 24 manželek...

O délce života tohoto Číňana je samozřejmě možno pochybovat, nicméně je pravda, že docela určitě žil dlouhou dobu a po celý život se těšil mimořádnému zdraví. Li Chung Yun byl vegetarián a denně užíval fo-ti-tieng a žen-šen. A pravdou také zůstává, že dnešní obchodníci s afrodisiaky do svých zázračných směsí přidávají listy právě tohoto pupečnicku, který Liovi propůjčil dlouhý život a sexuální zdatnost až do vysokého věku.

Uznávaný francouzský biochemik Jules Lepine udává ze semen a listů fo-ti-tiengu jistý alkaloid, působící „omládnutí“ nervů, mozkových buněk a žláz s vnitřní sekrecí. Profesor Menier z pařížské Akademie věd publikoval obdobná pozorování. Navíc uvádí, že tato látka stimuluje tu část nadledvinek, která přispívá k detoxikaci těla.

Obsažené látky

Daný alkaloid, extrahovaný z listů a semen fo-ti-tiengu, o němž toho dosud není mnoho známo, byl nazván vitamín X. Extrakcí příbuzného druhu *Centella asiatica* se získává látka zvaná asiaticosid, která se dnes používá jako účinné antibiotikum proti tuberkulózním bakteriím.

Aplikační formy

Spařte v šálku horké vody půl čajové lžičky rozdrceného sušeného fo-ti-tiengu. Při denním užívání se dostaví celkově velice příznivý efekt: zlepší se trávení, zvýší se odolnost vůči nemocem, dojde k celkovému nervovému zklidnění, zvýší se jak psychická, tak i fyzická energie, zmírní se vizuální projevy stárnutí (potlačení vrásek).

Silnější dávky – 1 až 2 polévkové lžíce denně – působí jako sexuální stimulantium. Dlouhodobé užívání působí komplexně a má kumulativní efekt.

Primární farmakologický účinek

Doporučuji užívat fo-ti-tieng denně. Jednou aplikační formou je při-

prava slabého odvaru: ve 2l vody po dobu 6 hodin vařte na mírném ohni 120 g fo-ti-tiengu. Odvar popíjejte tři až čtyři dny.

Je možné užívat též čerstvé listy (zvláště u *Centella asiatica*). Listy mají štíplavou chuť. Žvýkají se v malých množstvích a přispívají k pocitu větší životní síly (tzv. psychický energizér).

Rituální příprava a použití

Rituální užití fo-ti-tiengu vychází z taoismu, staročínského filosofického a náboženského směru. Ačkoliv se taoističtí mágové ve své snaze získat nesmrtelnost vzdávají sexuálního života, jsou ve svém procesu vnitřní transformace paradoxně závislí právě na ženách. Tato víra vychází mj. z přesvědčení o zvláštním složení výměšků ženského těla, které mají obsahovat látky nutné k dosažení nesmrtelnosti. Tito muži ženy uctívají a zároveň z nich těží.

Přestože byla starověká Čína tradiční patriarchální společností, žena v ní měla svým způsobem výsadní postavení: věřilo se totiž, že svou nejniternejší podstatou je prapůvodním silám přírody podstatně blíže než muž. Taoističtí mágové proto pěstovali takové sexuální zvyklosti, díky nimž mělo docházet k posílení životní energie, mentálního zdraví a prodloužení života. Jednou z cest bylo provádění co možná nejvyššího počtu pohlavních spojení s co možná nejvyšším počtem žen – a to nejlépe s pannami.

Taoisté věří, že život vzniká kombinací protichůdných sil – ženského principu jin a mužského principu jang. Prostřednictvím smíchání jangového prvku (mužského semene) s ženským prvkem (poševní sekrety) pak dochází k takové transformaci smrtelníka, kdy je oddálen tělesný rozklad a smrt. Alchymická výroba elixíru nesmrtelnosti pak spočívala v kombinaci semene s ženským poševním sekretem. Taoističtí adepti vysoké magie prostřednictvím ovládnutí určitých sil indukovali u svých partnerek řadu na sebe navazujících orgasmů, čímž uvolňovali maximální množství jinové energie, sloužící zde jako nutný předpoklad k jejich vlastnímu transformačnímu procesu. K dosažení tohoto – z našeho hlediska nepochybně sobeckého – cíle musel adept potlačit vlastní touhu po orgasmu a soustředit se na stálé zachovávání naprosto stejného „rytmu těla“ své partnerky. Pro toto snažení měli taoističtí mudrci přirovnání dané techniky k jízdě na koni na zpuchřelé sňůře...

I žena mohla prostřednictvím pěstování takovýchto cvičení dospět k osobní nesmrtelnosti. I ona potřebovala harmonizovat oba protichůdné principy, i ona se musela vystříhat orgasmu při současném vedení partnera k jeho dosažení v co největším možném počtu. K tomu v prvé

řadě potřebovala zklidnit myšlení i srdce. Pro naprostou harmonizaci se svým sexuálním partnerem musela mít adeptka pod kontrolou i veškeré své city. Též volila co možná „nejklidnější“ polohu, aby bylo na nejvyšší možnou míru sníženo riziko předčasného vyvrcholení. Kdyby totiž došlo nejdříve k vyčerpání její jinové energie, její tělo by se v hermetickém slova smyslu „vyprázdnilo“.

V taoistické literatuře se dočteme, že naprostou absenci jakýchkoliv projevů orgasmu můžeme očekávat až u skutečných mistrů, experimentujících s meditací, dietou a dechovými cviky. Chceme-li si však i my vzít něco z přístupu taoistů k sexuálnímu životu, pak by to snad měla být snaha vyjít upřímně vstříc pocitům a představám našich partnerů, a prostřednictvím vzájemné harmonizace si tak sami předepisovat elixír nesmrtelnosti. Neměli bychom se přitom vyčerpávat dalekosáhlými plány, ale soustředit se na partnera teď a tady.

Nejvyšší účinek taoistických sexuálních praktik je dosahován při uvědomělé kooperaci obou partnerů. Čínské dějiny jsou plné legend o bezvčeských mudrcích a o užitku ze vzájemného předávání sexuálních energií. Krásným příkladem nechť se stane čtyřstupňová technika, připisovaná „krásné madam“ Koo, žijící v období dynastie Tchang (7.–10. st. n. l.), v období kulturního rozkvětu, vynálezu knihtisku i porcelánu:

1. Uvítání vstupujícího Vyslance v Síni plození: žena sedí na muži obkročmo a pohybuje celým tělem prostřednictvím krouživého pohybu kyčlí. Pojednou pohyb aktivně sama přerušuje, lehce se zvedá, přičemž drží partnerův úd stiskem poševního svalstva. Tento stav je popisován jako „úlovek, nesený v orlových pařátech“.
2. Přijetí Velvyslance: žena se položí na záda a jemně koordinuje vlnění svého těla s partnerovými pohyby.
3. Prolomení nebes: v okamžiku orgasmu žena sevře prostřednictvím celého svalstva oblasti stydkých kostí mužův úd i tělo ve svém vroucím objetí. V této pozici se přitom partnera snaží přimět k tichému a klidnému spočinutí v jejím objetí; toto setrvání umocní něžný aspekt celého okamžiku. Jangová i jinová esence přitom volně přechází do obou těl. Dochází k dokonalé výměně životodárných pohlavních tekutin. Vzniklým amalgamem je elixír nesmrtelnosti.
4. Bylina nesmrtelnosti: oba partneři se intenzivně věnují představě stoupajícího amalgamu svými těly. Vidí a cítí, jak prochází míchou do mozku, kde vyvolává mentální transformaci vědomí.

Jednoduchou technikou je možno přispět k ještě intenzivnější cirkulaci obou energií: klíčem je maximální soustředění na koordinaci vlastních pohybů a dechu s pohyby a dechem partnera. Vaše vědomí – to je klíč k úspěchu. Žádné vzdálené snění, žádné fyzické přepínání, ale plné soustředění na právě probíhající pohyb a snaha o oddálení orgasmu. Zaplavující prožitek „prolomených nebes“ vás naplní opravdu transformující zkušeností. Zde je třeba hledat kořeny taoistické sexuální magie.

Nežádoucí účinky: Přestože na skutečný zdroj bájného „elixíru mládí“ Li Chung Yuna se pohledy různí, ani jedna z výše jmenovaných rostlin nemá vedlejší toxické účinky; v tradičním lidovém léčitelství jsou při přípravě nápojů k zajištění dlouhověkosti používány rovnocenně.

Centella asiatica (L.) URB. čili gotu kola je v lidovém lékařství jiho-východní Asie původně používána jako lék na malomocenství. Korelace mezi touto nemocí a antibiotickým účinkem této rostliny již byla prokázána i z vědeckého hlediska. Gotu kola je užívána též preventivně: může odstraňovat eventuální nervové poruchy. Třetí rovina jejího užití leží tedy ve sféře „bylin nesmrtelnosti“. V této souvislosti jistě není bez zajímavosti rčení cejlonských Sínhálců o „dvou listech denně, které ti otevrou cestu k dlouhému stáří“.

Iboga

Tonizační a silně hypnotická droga, využívaná v rituálech sexuální magie



Taxonomické označení: *Tabernanthe iboga* BAILL.

Čeleď: toješťovité (*Apocynaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Pochází z Gabunu a Konga. V současné době se pěstuje v západní Africe.

Typ rostlinného společenstva: Středoafriické pralesy.

Celkový vzhled: Jeden až dva metry vysoký keř se vstřícnými, kopinatými listy o délce 8 cm. Kořeny žlutavé, robustní a větvené. Bílé květy s oranžovými skvrnkami. Plody jsou bobule s tělově zbarveným, rozbrázděným endospermem.

Tradiční použití

Pralesní národy rovníkové Afriky používají drť ze sušené kůry, a to většinou z kořenů, pro iniciační rituály celé řady svých tajných společností. Z nich je jistě nejznámější kult Bwiti, kde se halucinogenního účinku ibogy běžně užívá. Jinak je kůra z ibogy oblíbenou „vstupenkou“ do říše mrtvých, odkud čerpají jak domorodí mágové a vyznavači kultu zemřelých (*ogbanje*), tak i náčelníci místních kmenů v průběhu věšteckých transů potřebné informace. Kůru ibogy také používají domorodí lovci – oblíbenou drogou je zvláště pro lov lvů, při němž lovec stojí naprosto bez hnutí třeba až 48 hodin. Pro tento případ je obvyklým způsobem „úpravy“ žvýkání ibogové kůry. Kromě toho je iboga od nepaměti považována původními obyvateli středoafriických pralesů za silné afrodisiakum a stimulantium, násobící sílu bojovníka.

Při zasvěcovacích mystériích kultu Bwiti pijí novici zvláštní lektvar, obsahující kromě jiného také velké množství odvaru z kořenů ibogy.

Tento nápoj slouží k tomu, aby se budoucímu členu řádu před jeho duchovním zrakem zjevila posvátná boží rostlina Bwiti. V mytologii kultu Bwiti totiž nejprve bůh-stvořitel roztrhal pygmeje a potom části jeho těla zasadil na různá místa do pralesa. Jeho manželka však poznala, že mužovo tělo se proměnilo v ibogové keře. Bůh-stvořitel jí pak poradil, že chce-li si s manželem někdy v budoucnosti promluvit a jeho prostřednictvím tak také získat znalosti o říši mrtvých, musí sníst kořeny právě této rostliny. Od té doby členové kultu Bwiti ibogu hluboce uctívají a s duchy zemřelých hovoří jejím prostřednictvím.

V době, kdy tuto část Afriky okupovali Francouzi, byla kůra z ibogových kořenů zasílána do Francie, kde se z ní trochu neumělým způsobem vyráběl zvláštní nápoj, který byl podle stejnojmenného města ve vnitrozemí Gabunu nazván Lambaréné. Ještě počátkem našeho století byl tento nápoj v západní Evropě považován za úplný všelék proti nemocem od neurastenie až po syfilis. Není snad ani zapotřebí zdůrazňovat, že když se Francouzi setkali s jeho využitím jako silného afrodisiaka, byla i tato stránka působení ibogy na lidský organismus v praxi ověřována...

U domorodých kmenů se setkáváme s kombinací odvaru ibogy s používáním jiných drog. Klasickým případem je kombinace s palmovým vínem, obsahující macerát afrických pryšců rodu *Alchornea* Sw., čeledi pryšcovité (*Euphorbiaceae*), v Libérii, Nigérii a Ugandě známých pod názvem *niando*. Palmové (někdy i banánové) víno s výtažkem těchto pryšcovitých rostlin působí intenzivně na libido (prahnutí po slasti, motivované a ukojitelné pohlavním stykem).

Nejnovější studie však objevily skrytou – dosti nebezpečnou – stránku společného užití *nianda* a *ibogy*. Kombinace obou drog totiž působí jako inhibitor monoaminových oxidáz (MAO). Tyto enzymy patří k jednomu z nejdůležitějších biokatalyzátorů našeho těla. Jejich tvorba je přímo řízena centrální nervovou soustavou (CNS); samy jsou pak důležitou součástí metabolické výbavy organismu, neboť zodpovídají za oxidaci chemických látek zvaných monoaminy. K nim počítáme sloučeniny podobné amfetaminům; konkrétně k nejznámějším patří fenyletylamin, noradrenalin, dopamin a serotonin (5-hydroxytryptamin). Monoaminové oxidázy přispívají k řízení velkého počtu přenašečů nervových vzruchů z jednotlivých receptorů, čímž se nepřímou spolupůčastí na okamžité činnosti samotného mozku.

Je-li snížena (inhibována) aktivita MAO, objevuje se v těle vyšší koncentrace monoaminů ovlivňujících mozek. Z toho vyplývá, že některé drogy s tonizačním účinkem působí jako MAO inhibitory. Nižší

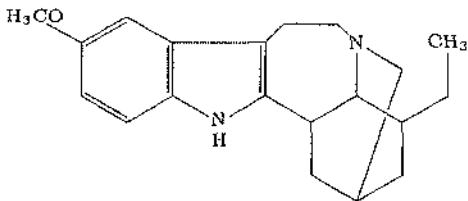
hladina MAO v mozku zákonitě vede k vyššímu počtu nervových reflexů, vznikajících jako odezva na jednotlivé vzruchy.

Řekli jsme si, že monoaminové oxidázy jsou enzymy, vyvolávající rozklad určitých přenašečů (neurotransmitterů) v neuronech našeho mozku. Inhibitory jejich aktivity tak zákonitě snižují míru rozkladů výše zmiňovaných monoaminů. Zvýšená hladina monoaminů v mozku pak vede k prudkému poklesu krevního tlaku, doprovázenému dýchacími obtížemi; bušením srdce, pocity mrazení, aj.

Další nebezpečí pramení z faktu, že účinek kombinované ibogy s niandem jakožto MAO inhibitorů může být ještě mnohonásobně umocněn následnou kombinací s dalšími sloučeninami. Mezi ně v prvé řadě patří mnohé moderní tišící a uklidňující prostředky (sedativa a tranquilizéry), antihistaminy, různá narkotika a vysoká množství alkoholu. Do skupiny látek, které by se neměly požívat společně s jakýmkoliv MAO inhibitory však patří i některé z běžných potravin: avocado, nezralé banány či plísňové sýry... V případě posledně jmenované skupiny však naopak po kombinaci s jakýmkoliv MAO inhibitorem dochází k prudkému zvýšení krevního tlaku (viz poznámku u hesla yohimbe).

Obsažené látky

V sušeném kořeni ibogy bylo detekováno 12 heterocyklických sloučenin ze skupiny indolů. Z nich je za silný psychofarmakogenní efekt ibogy patrně odpovědný ibogain.



ibogain

Ibogain účinkuje na lidský organismus ve třech rovinách:

Inhibuje produkci enzymu cholinesterázy, což vede k prudkému snížení krevního tlaku při současné stimulaci trávicích pochodů. Dochází k vyvolání chuti k jídlu.

Silně stimuluje činnost CNS. Dojde-li však k předávkování ibogainem, dostavují se křeče, ústíci až do ochrnutí a zástavy dýchání.

Vyvolává vizuální a jiné halucinace, doprovázené někdy démonickými vidinami, úzkostí a obavami.

Primární farmakologický účinek

Kritickou dávkou usušené kůry kořenů ibogy je 300 g na osobu. Při této dávce se již objevuje slabé nucení ke zvracení, závratě a poruchy svalové koordinace. Vše je přirozeně doprovázeno halucinacemi, které jsou ve stavu ibogového opojení velmi sugestivní a pronikavé. Pozoruhodná je též nezvykle vysoká míra empatie, schopnosti vcítit se do duševních stavů druhého, vyvolaná drogou. V tomto stavu též dochází k intenzivnímu uvědomění si sebe sama a k postižení vztahových relací intoxikovaného s okolím. Této skutečnosti se v současné době začíná využívat při léčbě drogových závislostí: prim zde hrají Holanďané a Američané, kteří s ibogou získávají úspěchy při terapiích s tak silně návykovou drogou jakou je heroin. Procento úspěšnosti je relativně vysoké i u narkomanů s dlouholetým návykem. Tato nová zkušenost s jedním z gabunských keřů může otevřít cestu k zcela jinému pohledu na léčbu drogově závislých na celém světě.

Aplikační formy

Pro toho, kdo se setkává s ibogou poprvé, by denní dávka neměla překročit 200 miligramů (na druhé straně je pravda, že „zkušený“ jedinec snese dávku až 1 gramu). Iboga se nesmí z výše zmiňovaných důvodů kombinovat s jinými drogami či alkoholem; též by se měla brát nalačno – není-li tomu tak, rychle se dostavuje žaludeční nevolnost a příznaky ztráty svalové koordinace. Účinnou prevencí těchto stavů je 48-hodinová hladovka před požitím ibogového prášku.

Rituální příprava a použití

Přestože prvky sexuální magie lze nalézt téměř ve všech kulturách, klíčovou úlohu zde hraje orientální proud vycházející z tantrického buddhismu. V tantrické praxi je sexuální akt aktem posvátným a jeho prostřednictvím může v něm obsažená energie – ovšem po náležitě duchovní přípravě – působit přímo na hmotný svět.

V Evropě se rituály sexuální magie v ucelené podobě objevují před 800 lety u německých zednářů. Řádem evropských hermetiků, který by se sexuální magii věnoval zcela cíleně, je však až o šest století později Řád orientálního templu, Ordo Templi Orientis. Jeho členové se kromě toho věnovali i praktické alchymii a procesům psychické i fyzické transformace.

Velké dílo alchymistů je završeno sjednocením protikladů. Je-li při „chemické (královské) svatbě“ sjednoceno mužské vědomí s ženským nevědomím, sloučení těchto protikladů ústí do transmutace duše. Ta je transcendentálním symbolem jednoty. V západní magii se v této souvislosti hovoří o psychosexuální energii, v magii východní o „Hadí síle“, Kundalini. Probuzení Hadí síly je záležitostí speciálních cviků (tzv. kundalini-jóga) a velmi silných emočních stavů a vede k cílenému nasměrování sexuální energie do procesu získání rozšířeného vědomí. Zde lze hledat jeden z pilířů indického tantrismu.

Praktiky západní sexuální magie na rozdíl od sexuální magie orientální mají většinou bohužel blízko k *magia nigrae*, v nejširším slova smyslu černé magii. Vždyť u jejích kořenů stál excentrik Aleister Crowley (1875–1947), který ve svých dílech *Liber Samekh* a *Liber Aleph* praktiky sexuální magie popisuje (i další klasické dílo sexuální magie „Strom života“ je Crowleyem nepřímo ovlivněno – jeho autorem je totiž Crowleyův žák a významný historik magie Israel Regardie, nar. 1907). Účelem této knihy jistě není tyto zvrhlé praktiky popisovat (vždyť jedním z důvodů, proč je magie jako celek tolik staletí systematicky ochraňována před laiky, je právě možnost zneužití jejích technik a znalostí k nebezpečným a zvrhlým záměrům), nicméně je možné se alespoň zmínit o jejich rituální koncepci.

V první fázi si adept musí uvědomit smysl a cíl volené techniky, zda jde o záměr skutečně nezbytně žádoucí a zda již je na něj připraven. Přitom si musí být vědom toho, že zde vůbec nepůjde o naplnění pohlavních tužeb, ale o pokus dosáhnout transmutace duše. Potom si musí vypracovat vlastní symbolický aparát, s nímž bude pracovat, a přesvědčit se, že je dokonale zbaven všech komplexů a předsudků. Musí mít stále na mysli cíl zvolené magické operace. Adept v sobě cítí potenciál, který má být obrozen, a tento potenciál si za pomoci svého partnera musí naprosto jasně vizualizovat zvláštním zaříkáváním. Adept si pak musí pečlivě ohlídat moment nastupujícího orgasmu a při naprosto jisté sebekontroly využít uvolněné energie k „přeprogramování“ svého podvědomí. Jeho vědomí musí být přitom zcela soustředěné. Smísení tělesných tekutin při orgasmu završuje zrod magického dítěte v adeptově duši, jako konečné postižení sjednocených protikladů, magického *coniunctia*.

Sjednocení protikladů v procesu psychické transformace má vyšší i nižší formy. Ve své nižší formě se jedná o opětovné sjednocení vědomí a těla jako náplasti na naši kartuziánskou dualitu a rozštěpení ducha a těla. Ve vyšší formě jde o spirituální obrození v celé šíři při hlubo-

kém procítění jednoty světa, alchymistické *anima mundi*, v němž jsou adeptovo tělo, duch i jeho duše stmeleny do jediného celku.

Ještě jednou však upozorňuji na zásadní úskalí těchto praktik! Vždy je třeba začít otázkou: Je to absolutně nezbytné? Odpověď většinou zní, že nikoliv. Pustí-li se tedy i přesto impulsivní aspirant na výše zmiňovanou cestu, ukousne si větší sousto než může sníst. Kromě toho je zapotřebí si uvědomit, že pod maskou sexuální magie se mohou skrývat kompenzace nejružnějších pohlavních deviací, balených do přitažlivého hávu „transcendentálního sexu“. Buďte si proto vědomi vysoké odpovědnosti, kterou na vás toto relativně samostatné odvětví magie klade, odpovědnosti, která při lehkomyšlném opomenutí může vést k nepředvídatelným následkům.

Nežádoucí účinky: Při užití jakéhokoliv množství drogy z drcené ibogové kůry se u senzitivních lidí mohou objevit příznaky žaluďeční nevolnosti, nucení k dávení a tlak v oblasti srdečního svalu (silné křeče ústící do zástavy dýchání však samozřejmě ne – tyto příznaky se objevují až po předávkování). U lidí s trvale nízkým krevním tlakem či náchylným k poruchám oběhu krve a u lidí s obecně jakkoliv narušeným zdravím by používání preparátů z ibogy mělo být naprosto vyloučeno! V každém případě je však zapotřebí se trvale vystříhat kombinací ibogy s potravinami či chemickými látkami, vyvolávajícími tvorbu MAO inhibitorů (viz výše).

Ve své domovině je iboga vyhledávána pralesními zvířaty a s oblibou celá požívána. Platí to zvláště o gorilách, luskounech a afrických prasatech, a to ať už se jedná o prase bradavičnaté z křovinatých oblastí v blízkosti vod, či o menšího štětkouna afrického. Domorodci z Gabunu a severního Konga říkají, že když divoká prasata vyhrabou a sežerou kořeny ibogy, „skáčou potom divoce dokola, aby zahнала děsivé přeludy“.

Locika jedovatá

Uvědomění si sedmi přiček
Jakobova žebříku



Taxonomické označení: locika jedovatá (*Lactuca virosa* L.)

Čeleď: hvězdnicovité (*Asteraceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Jižní a střední Evropa, větší část Severní Ameriky.

Typ rostlinného společenstva: Kypře eutrofní půdy s dostatečnou vlhkostí.

Celkový vzhled: Dvouletá rostlina s olistěnou, oblou lodyhou. Dorůstá výšky od 60 cm do 2 m. Lodyha je přímá, nevětvená, světle zelené barvy s fialovým tečkováním. Listová růžice se vstřícnými, velkými listy dorůstajícími až 50 cm. Lodyžní listy jsou střídavé, objímají lodyhu blanitou otkou s dvěma malými laloky. Vrcholíková lata s mnoha žlutavými květy. Plodem je bradavčitá, oválná, černá křídlatá nažka, se stříbrným chomáčkem štětín na špičce.

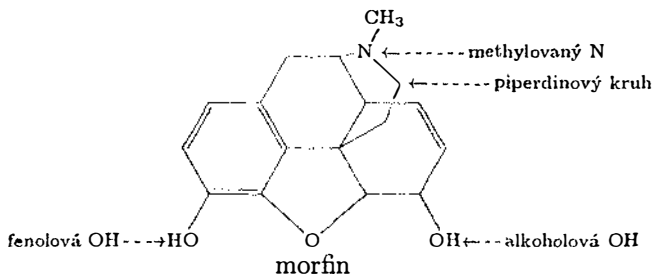
Tradiční použití

Locikové opium bylo tradiční drogou severoamerických Indiánů, kteří kouřili preparáty ze sušeného latexu (ztuhlé mléčné šťávy). Při sběru ulamovali domorodci celá květenství, shromažďovali vytékající latex a sušili ho na vzduchu. V průběhu celého vegetačního období se sběr latexu opakoval každé dva týdny.

Obsažené látky

Locika jedovatá obsahuje mléčnou šťávu (latex), známou jako locikovinu (lactucarium, locikové opium). Latex, vylučovaný kanálky všech

pletiv lociky je složením podobný opiu, takže jeho narkotický účinek je podmíněn obsahem alkaloidu morfinu. Konkrétně je locikový latex složen z 0,2 % lactucinu (látky podobné opiu rostlin z čeledi mákovitých (*Papaveraceae*)), 50 % lactucerolu (taraxasterolu) a zbylých, méně specifických látek, jakými jsou přírodní kaučuk, těkavé silice či mannitol. V některých pramenech najdete zmínku o přítomnosti hyoscyaminu (viz mandragora či durman, resp. i zmiňovaný blín) v locice; výskyt tohoto tropanu však není spolehlivě zdokumentován. Podobným případem je i údajné vysoké procento různých nitrátů.



Primární farmakologický účinek

Analgetikum tišící bolest, sedativum vedoucí k utlumení mozkové činnosti a vybuzení stavu, podobného REM-fázi spánku, charakterizovaného mj. euforickým sněním.

Aplikační formy

Nejjednodušší metodou užití locikové drogy je usušení listů a kořenů a následná inhalace obsahových látek kouřením. Standardní způsob přípravy locikových preparátů spočívá v přípravě nálevu (nikoliv odvaru!) ve vodě. Lociková nať se louhuje nejméně osm hodin, přičemž se extrahuje ve vodě rozpustný latex. Nad nádobu s nálevem se poté umístí topná tělesa se žhavicími vlákny kombinovaná s ventilátorem. Po urychlovaném odpaření rozpouštědla (vody) zůstává na dně nádoby černá klovatina, která se potom připravuje na užití. Ta se po extrakci upravuje do podoby malých kuliček, balených do neprodyšných obalů (aby se zabránilo vyschnutí).

Průměrná dávka na osobu by neměla překročit 1 gram extrahované locikoviny, což odpovídá 30 g locikových listů. K neúčinnější inhalaci locikového opia dochází při použití různých typů vodních dýmek.

Rituální příprava a použití

Jedním z častých případů projevu tzv. aktivního principu člověka (*logos*) je uvolnění sexuální energie. I tato jeho nižší forma slouží k pozemskému zdokonalení člověka, k naplnění ideálu „péče o chrám duše“ a dosažení vyššího vědomí.

Je zřejmé, že má-li být život jedince pojat takto esoterně a má-li se duchovní rozvoj realizovat též cestou uvolňované sexuální energie, bude zapotřebí stimulovat aktivaci nervových center těla. Klíč k takovéto stimulaci je zakódován přímo v těle samotném – tento potenciál však často zůstává nevyužit. O jedné z cest k této stimulaci nás spravují indické esoterní nauky svými technikami probouzení „Hadí síly“ (viz *iboga*). Takovéto magické použití sexu může být transformováno v mocnou okultní sílu. Sexuální energie se pak stává spojnicí mezi hmotou a vědomím a nástrojem ke vstupu do transcendentálna, zdaleka tak překračujíc svou tvůrčí úlohu v aktu zrození nového života.

Prostřednictvím stimulace CNS se probouzí latentní schopnosti jedince. Proces uvědomování si Boha stoupá ve svých jednotlivých krocích po dráze míšních nervstev až po mozkové hemisféry. V indickém esoterismu je tento postup zachycen v sedmi jednotlivých čakrarnech (viz puškvorec); jejich analogii můžeme vidět v žebří se sedmi příčkami v starozákonním příběhu Jáкова z První knihy Mojžíšovy (Genesis 28: 11), „*jehož vrchol dosahuje k nebesům, a po něm vystupují a sestupují poslové Boží*“. V systému západní magie se zase v této souvislosti hovoří o Stomu Života, reprezentujícím čtyři světy, čtyři úrovně vědomí – úroveň hmotnou (tělesnou), emocionální (citovou), rozumovou (intelektuální) a duchovní (spirituální).

Požítí locikové drogy vyvolává stav lehkého narkotického spánku, který může být využit v magických meditacích, umožňujících vstup do výše zmiňovaných úrovní vědomí. Meditující si přitom musí intenzivně vizualizovat představu přechodu z jedné úrovně na druhou a představu postupné identifikace s hmotnou, emocionální, rozumovou a konečně duchovní úrovní vědomí.

Popišme si nyní takovýto proces uvědomění si, poznání Boha na příkladu uvolnění sexuální energie:

1. První, nejnižší příčka žebříku. Člověk je zde bytostí řízenou instinkty a hrou osudu. Ve vztahu k sexu se chová jako „zvíře“, hnané vpřed ukojením pohlavní žádostivosti.
2. S prvními jiskřičkami či nejasným tušením vyšší úrovně vědomí se zostřují naše rozlišovací schopnosti. Hledáme si partnera, který

by nám fyzicky vyhovoval. Když ho nalezneme, naše potřeby, tužby a cíle opět povlovně přechází do „zvířecí“ fáze.

3. Probouzíme vyšší stránky sexuálního soužití. Prohlubuje se náš citový život. To nás motivuje hledat si partnera, kterého můžeme vychovávat a který bude vychovávat nás. Objevují se stmelovací instinkty, cítíme potřebu rodinného svazku.
4. Hledáme partnera, sdílejícího náš názor na svět a naše místo v něm, partnera obdobné inteligence, fyzických i citových nároků. Vzniklý vztah mívá dlouhodobý charakter.
5. Páté stádium je stádium seberealizace, sebekontroly a uchopení svého osudu do vlastních rukou. Nezájímá nás již pouze srovnatelnost partnera z hlediska fyzického, emocionálního a intelektuálního: hledáme svůj sexuální protějšek, „spřízněnou duši“. Naše hledání na této úrovni vědomí je plně v souladu s naším nejvnitřnějším přesvědčením. Lidé na třetí příčce se často mylně domnívají, že jejich vývoj postoupil až do tohoto pátého stádia, kterýžto názor může být vystřídán pocitem hlubokého zklamání ze vztahu s partnerem, postaveném na iluzorním základě.
6. Šestá příčka reprezentuje tvořivou duchovní jednotu partnerů, stav tzv. *hermetické svatby*. Tento prožitek nám skýtá pocit jednoty světa, postižení duše světa (*anima mundi*). Nyní se nám dostává prvních plodů naší duchovní práce. Stejný pocit vjemu duše každé entity poskytují též tantrické rituály, při nichž dochází k sublimaci naší tvořivé energie do vyšších cílů.
7. Nejvyšším stupněm vědomí je uvědomění si, poznání Boha. Dostavuje se stav naplnění. Ty, kteří tímto stavem prošli, nazýváme Mistry, kteří celým svým životem svědčí o jednotě člověka s Bohem.

Nežádoucí účinky: Jedním ze základních pravidel homeopatie je vyhnouti se jakýmkoliv locikovým preparátům u těch osob, které trpí žaludečnými obtížemi, a zvláště pak žaludečnými vředy. Je to způsobeno tím, že všechny druhy rodu locika (včetně druhů zahradních) obsahují nějaké množství lactucaria, které pokrývá žaludeční stěny a zpomaluje proces trávení.

Výtažek z lociky jedovaté působí jako účinná pleťová voda.

Mandragora

lékařská (pokřín)

Afrodisiakum „poblavní lásku
rozněcující a neplodné ženy
plodnými činící“



Taxonomické označení: mandragora lékařská (*Mandragora officinarum* L.)

Čeleď: lilkovité (*Solanaeae*).

Oblast přirozeného výskytu: Středomořský druh s centrem výskytu v Řecku a střední Itálii.

Typ rostlinného společenstva: Neobdělávané polohy kamenitých strání. Pěstuje-li se pokřín v zahrádkách, je třeba jej ochránit před zimním vymrzáváním.

Celkový vzhled: Vytrvalá rostlina s dužnatým, řepovitým kořenem, rostoucím do hloubky až 1 m. Kořen se často větví, přičemž někdy připomíná lidskou postavu. Nadzemní část je tvořena krátkým stvolem s hustou růžicí oválných listů. Kvetne na podzim. Plody jsou bobule světle oranžové barvy.

Tradiční použití

Mandragora je patrně nejznámější magická rostlina zemí kolem Středozemního moře. Vedle zavrženíhodného uplatnění v černomagické praxi získala tato fialově kvetoucí rostlina s kořenem ve tvaru lidského těla vynikající pověst jako silné afrodisiakum. Krásným dokladem nechť je ukázka z První knihy Mojžíšovy (Genesis 30: 14–17):

Ve dnech, kdy se žala pšenice, vyšel Rúben a našel na poli jablíčka lásky a přinesl je své matce Leji. Ráchel však na Leu naléhala: „Dej mi prosím několik těch jablíček lásky od svého syna!“

Ale ona ji odbyla: „Copak je to málo, žes mi vzala muže? Chceš mi vzít i jablíčka lásky od mého syna?“ Ráchel řekla: „Tak ať za ta jablíčka lásky od tvého syna spí tuto noc s tebou.“

Když Jákob přicházel navečer z pole, vyšla mu Lea vstříc a řekla: „Musíš vejít ke mně, najala jsem tě za mzdu, za jablíčka lásky od svého syna.“ I spal té noci s ní.

A Bůh Leu vyslyšel; otěhotněla a porodila Jákobovi pátého syna.

O mandragoře se praví též v starozákonním Tajemství lásky (Píseň písní 7: 14 [13]):

Voní jablíčka lásky

*a všechny výtečné plody nad našimi dveřmi,
nové i staré.*

Schovala jsem je pro tebe, můj milý.

V hebrejském originále Mojžišových knih je název mandragory *dudaim*. Toto slovo je patrně odvozeno od slova *dudim* a odkazuje na ovoce sladké, příjemné vůně, které hraje významnou úlohu v mužském pohlavním životě. *Dudim* sice v pravém slova smyslu znamená „rozkoš z lásky“, překládá se však jako „jablíčko“.

Název „jablíčko“ nacházíme i v lidových označeních příbuzného druhu evropské mandragory lékařské. Jedná se o mandragoru z ostrova Rhodos, druh *Mandragora autumnalis* SPRENG. (*Solanaceae*), rostlinu, kvetoucí v pozdním podzimu v barvě lila. Z těchto slabě nafialových květů v květnu uzrávají nápadně zlato červené bobule. Celé rostlině se říká „zlatá jablíčka lásky“. Jiná jablíčka, „májová“, se stala názvem pro severoamerickou rostlinu, noholist štítnatý, z čeledi dřišťalovitých (*Berberidaceae*) *Podophyllum peltatum* L. A na závěr: jiným běžným lidovým označením pokřínu je „Satanovo jablíčko“ (pozor na záměnu s „dábelským jablkem“ – zde se jedná o durman obecný také z čeledi lilkovitých).

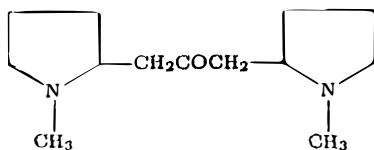
Mandragora byla oblíbenou rostlinou již u starých Řeků a Římanů: ti využívali její narkotizační účinky dokonce jako „klinického“ anestetika. Starověký Řím také stál u známé pověry o přísných předpisech, které bylo nutné dodržovat při sběru kořenů pokřínu. I tak byl každý opovážlivec, který si mandragoru dovolil vykopat, vystaven strašlivým důsledkům. Sběrači kořenů byli pověstmi varováni před démony, obývajícími kořeny mandragory, kteří při jejím vykopávání vydávají v agónii hrozný křik a kvílení. Tyto zvuky jsou tak děsivé, že sběrač může na

místě vypustit duši. Nicméně udělá-li vrbovým proutkem kolem rostliny tři kruhy a uváže-li na tomto místě na obojek bílého psa černé mandragorové vlákno,* démoni mu neublíží.

Díky podobnosti podzemní části mandragory s lidskou postavou byla rozeznávána mužská a ženská mandragora. Nejžádanější byla mandragora ženská, která musela mít kořen naprosto jasně tvarován do tvaru lidského těla. U mandragory mužské se kořen dokonce ani nemusel rozdvajovat. Ženské mandragory se v Německu ještě upravovaly různým přirezáváním do podoby malých figurek, kterým se říkalo alraun (zemský mužíček). Lidé věřil, že alraun zahání roztodivné choroby a přináší štěstí.

Obsažené látky

Nejdůležitějšími látkami obsaženými v mandragoře jsou podle současného stupně poznání tropanové alkaloidy (běžné například u durmanu), a to skopolamin, hyoscyamin, atropin a mandragorin. Tyto látky tlumí činnost autonomních nervstev v oblasti určitých částí hlavy a páteře. V kořenu pokřínu je nalézán ve zvláště vysokých koncentracích u jiných rostlin ojedinělý alkaloid mandragorin ($C_{17}H_{27}ON_2$), který účinkuje jako mimořádně silné narkotikum a hypnotikum.



mandragorin

Primární farmakologický účinek

Droga působí jako silné sedativum, halucinogen a hypnotikum. U intoxikované osoby dochází k výraznému poklesu aktivity centrální nervové soustavy (CNS), který je popisován například v tzv. REM-fázi spánku. Dostavují se intenzivní živé sny, někdy končící dokonce až evokací astrálních obrazů.

* „Herbář aneb Bylináři vysoce učeného a vznešeného doktora Petra Ondřeje Matthioliho“ z roku 1596 v této souvislosti hovoří o psu barvy černé...

Aplikační formy

Klasický recept by ve stručnosti mohl znít takto: k vínu přimíchejte 2 gramy prášku z kořene a lektvar vypijte. Uvádí se, že jak podzemní, tak i nadzemní část mandragory byla ve středověku součástí mastí, užívaných k letům na čarodějnické sabaty. Pravdou však zůstává, že v magické praxi se mandragory užívalo k astrálním projekcím.

Rituální příprava a použití

Mandragora je učebnicovým příkladem *signatury rerum* (viz Úvod). Její použití jako afrodisiaka je spíše než odrazem jejího vlivu na vlastní pohlavní akt způsobeno právě jejím působením na CNS a evokací živých snů silně erotického zaměření. Užití mandragory, které, jak bylo již výše řečeno, vede k euforickým stavům a k vyvolávání astrálních obrazů, mohlo právě v případě čarodějných orgiastických shromáždění naplno uvolňovat katolictvím silně potlačovanou fyzickou sexualitu ve formách, které snad i právem mohly být označovány za satanské.

Jinou skutečností je to, že ve stavu opojení z této drogy lze prožít niterný dotyk s vlastním podvědomím prostřednictvím lehce srozumitelných živých snů, a tak se dostat k poznání svých utajovaných pocitů, skrytých stránek své osobnosti, dotknout se nevědomých emocí. Myšlenkový obsah těchto snů je často odrazem potlačených přání a komplexů – jejich poznání se může stát důležitým krokem k odhalení nevědomých sklónů a k nalezení metod, jak se vypořádat s dosud nezvládnutými emocemi. Sny k nám hovoří zvláštní řečí symbolů, která odráží individualitu každého z nás. Budete-li se však snažit využít snů k vlastnímu prospěchu, vyvarujte se mučivých hledání problematiky viny a trestu a spíše své sny vykládejte jako příjemnou, každodenní formu „duševního tělocviku“. Demaskováním svých podvědomých problémů se můžete dostat na cestu vědomého přeprogramování života do pozitivní, správné polohy. Naučíte se pojmenovávat potlačené emoce, využívat a usměrňovat je k vlastnímu pocitu spokojenosti a naplnění.

Zapisujte si své sny! Ihned po vzbuzení – ať v noci nebo ráno – si poznamenejte jejich formu i obsah, zachyťte emoce, které jste měli při vlastním snění, i pocity, které máte teď, když o nich píšete. A poté o svých snech přemýšlejte... Nedělejte si hlavu z toho, že hned napoprvé neporozumíte složité řeči symbolů, které se ve snu objevily. Vždyť smyslem takového prvního popsání snu není proniknutí do jeho hloubky, ale spíše postžení faktu, že došlo k dotyku s vaším vlastním já, a to pravděpodobně s tou jeho částí, které obvykle věnujete tak málo času

a pozornosti. Dobré poznání sebe sama a hlubší prožití zosobněného ega z vás pak samo udělá lepší milovníky.

Nežádoucí účinky: Mandragorin a ostatní pokřínové tropany vedou v malých dávkách k lehkým, spánku podobným transům s velmi živými sny, kdy se vaše vědomí dostává do velmi těsného kontaktu s podvědomím. Účinek drogy je dosti dlouhodobý – až několik hodin. Vždy je však třeba mít na paměti, že mandragora lékařská je rostlina jedovatá, která ve větší dávce může přivodit i smrt.

Mandragorové tropany působí škodlivě na srdeční sval. Zvláště nebezpečné je opakované užívání drogy – u mandragory totiž platí, že k stejnému halucinogennímu účinku je po čase nutno dávku postupně zvyšovat. Ještě jednou: celá rostlina je toxická!

Mandragorové tropany jsou lehce extrahovatelné do ethylalkoholu. Tento extrakt se někdy používá k zvláštní formě inhalace této drogy, kdy se do něho máčí tabákové či bylinné cigarety, nechávají se sušit a posléze se kouří.

Muira-puama

Jedno z předních brazilských afrodisiak k pouzbuzení pohlavní žádostivosti

Taxonomické označení: *Liriosma ovata* PÖPP & ENDL

Čeleď: smradlavcovité (*Olacaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Povodí Amazonky a Orinoka.

Typ rostlinného společenstva: Tropický deštný les.

Celkový vzhled: Strom dosahující maximální výšky do 4 m. Bor-
ka kmene i větví je nažloutlá.

Tradiční využití

Droga se získává z borky stromu. Za tímto účelem indiáni z oblasti Amazonské nížiny borku tohoto stromu buď žvýkají nebo ji společně s kořeny stromu vaří a z odvaru pak připravují silný nealkoholický nápoj.

Obsažené látky

Muira-puama obsahuje dosud blíže neidentifikovanou pryskyřičnou látku se silným stimulačním účinkem na CNS a na libido. Vzhledem k tomu, že tento nespecifikovaný přírodní polymer není látkou ve vodě rozpustnou, je prostý odvar značně neúčinná aplikační forma drogy.

Primární farmakologický účinek

První příznaky účinku drogy z muira-puamy se dostavují dvě hodiny po požití. Pocity postupujícího mrazení směrem nahoru a dolů po dráze míšního nervstva připomínají účinek drogy z kůry africké tropické dřeviny yohimbe (viz tam). Přestože účinek muira-puamy je ve

srovnání s účinkem kůry z yohimbe podstatně slabší, příznačné mrazení je po požití preparátů z kůry či kořenů muira-puamy prokazatelné u více než 70 % intoxikovaných.

Aplikační formy

Indiánští obyvatelé Amazonie připravují nápoj z muira-puamy následujícím způsobem: z poraženého stromu se sloupne borka a dřevo se rozkrájí. Jeho množství se v objemu asi dvou až čtyř polévkových lžic povaří po dobu asi 15 minut v půl litru vody, načež se nápoj scedí. Tato dávka je určena pro dvě osoby, které by ji měly vypít jednu až dvě hodiny před pohlavním stykem.

Můžete si vyzkoušet i jinou aplikační formu: vezmou se 4 čajové lžičky prášku z kůry muira-puamy a vsypou se do čtvrt litru vařící vodky. Vodka s práškem povaříte po dobu 15 minut, sfiltrujete přes sítko a dostanete posilující a vzpružující nápoj. Ještě teplé vypijte hodinu před koitem.

Pryskyřice muira-puamy se také dá extrahovat naložením borky či kořenů stromu do jakéhokoliv alkoholu. Extrakt přefiltrujte a nejlépe ve vodní lázni nebo v nádobě s dvojitým dnem nechte alkohol odpařit. Nerozpustný zbytek uchovávejte v chladničce. Dávka určená k jednorázovému užití by neměla být větší než objem jednoho zrnka hrachu. Dražé této velikosti pak asi 30 minut před pohlavním stykem vložte pod jazyk a nechte působit. Vzhledem k výše zmiňované nerozpustnosti ve vodě je účast enzymů, produkovaných slinnými žlázami, velmi vítaná (spolknutá droga totiž ve značné míře ztrácí na účinnosti).

Muira-puama může být aplikována i jinými způsoby, které však vždy mají svá úskalí. Má-li být inhalována, počítejte s nepříjemně štiplavým kouřem. Má-li být za syrova žvýkána, počítejte zase s nebezpečím, že se vám jistě nějaká dřevěná tříska zapíchne do krku. A má-li být droga aplikována v normálních pilulkách, žaludeční šťávy ji nedokáží stoprocentně zužítkovat.

Rituální příprava a použití

Pochopit skryté motivy našeho konání je důležitým předpokladem rozvoje naší osobnosti. Porozumíme-li sami sobě, porozumíme i druhým. Muira-puama zvyšuje jak sexualitu, tak i senzualitu a stává se tak užitečnou pomůckou pro reflexi archetypu vlastní individuality.

Tak jak se liší lidé a jejich osudy, tak se liší i formy lásky. Znat' její různé kategorie je užitečné i z hlediska významnosti pohlavního života: známe tak to, co můžeme očekávat jak od sebe, tak i od partnera. Ur-

čitě archetypické fenomény jsou ostatně rozpoznatelné u všech lidských činností. Díky porozumění těmto fenoménům získáte velmi užitečnou orientaci v hraničních oblastech a rovinách dotyku lásky a sexu.

Je všeobecně známou skutečností, že láska hrála mimořádně důležitou roli v životě starých Řeků. Ti však dobře věděli, že není láska jako láska, a proto rozeznávali její tři formy: *erós*, *philia* a *agape*.

Erós byl představován osobní, emocionální a vášnivou láskou. Vyvěrat mohl jak z vnější fyzické přitažlivosti, tak i z vnitřní psychické potřeby. Sexuální složka zde hrála dominantní roli (hraje i dnes – vždyť „erotický“ je běžně chápán jako „sexuální“). Z řeckého slova *erós* se pak stává *amor*, nahý andílek, způsobující svými zlatými šípy navázání často jednoznačně sexuálně motivovaných vztahů (v této souvislosti je možno zmínit se též o latinském *libido*, které se prostřednictvím díla Sigmunda Freuda stalo užívaným termínem pro primární životní energii, pramenící ze sexuální podstaty lidského jedinca).

Philia implikuje bratrskou, resp. sesterskou lásku. Představuje přátelství a péči bez sexuálního pozadí. Dnes této kategorii lásky říkáme láska platonická. Nemusí se týkat pouze osob; její platnost lze rozšířit i do sféry ostatních forem života a dokonce i do říše neživých předmětů. Sami znáte případy ze svého okolí, že ten či onen miluje domácí zvířata, květiny, minerály nebo prostě svůj nablýskaný automobil či večerní toaletu. Název této formy lásky je obsažen v pojmenování dnes pátého největšího města v USA ve Philadelphii, *Město Bratrské Lásky*.

Agape je vysoká forma duchovní lásky. Je to prožitek všeobjímající jednoty, která je bytostně univerzální a nevýlučná. Kulminuje v mystickém prožití hloubky pravdy a jednoty všeho živého. V latině se tato kategorie nazývá *caritas*, což v biblické angličtině stálo u zrodu slova *charita* (dnes často překládáno jako „křesťanská láska“). *Caritas* je chápáno především v „transcendentálním“ slova smyslu; jedná se zde o ilustraci lásky Boha k člověku. Tuto formu lásky si ovšem také můžeme představit i na příkladech ze života zcela prozaického – například jako lásku žáka ke svému učiteli a učitele ke svému oboru.

Zajímavé pojetí lásky nalezneme v knize J. A. Leea „*The Styles of Loving*“, v níž autor popisuje šest rozdílných způsobů vnímání i chování jedinců ve sféře milostného života:

Erotická láska. Tento vztah je obvykle navazován velmi rychle. Jeho cílem je technická dokonalost styku bez větší citové vazby partnerů. Vyznavači tohoto druhu lásky jsou motivováni v první řadě fyzickými přednostmi partnera; jeho morální a intelektuální kvality zde hrají úlo-

hu v podstatě zcela druhořadou. V okamžiku, kdy takového partnera naleznou, deklamují celým svým postojem cílené směřování k intimnímu styku. Lidé tohoto druhu jsou sebejistí až troufalí, ochotní použít k dosažení svého jakýchkoliv triků. Ve své podstatě jsou to lidé jednak panovační, jednak neschopní žít bez sexuálního partnera.

Hravá láska. V tomto případě se jedná o pojetí sexu jako rekreační záležitosti. Vztahy jsou zde nevázané a preferují se partneři, kteří ani o žádný niternější kontakt neusilují. Žádný z partnerů obvykle nemá zájem o častější schůzky a na lásku je nahlíženo takřka prizmatem atletických závodů. Vyznavači hravé lásky jsou lidmi s mentalitou playboyů.

Prozaická láska. Tento nejtřízlivější typ vztahu vzniká pomalu, klidně a bez velkých emocí. Tato neromantická a svým způsobem často i trochu přízemní láska vyrůstá většinou mezi lidmi, kteří spolu žijí či pracují v dlouhodobém úzkém kontaktu. Cílem vztahu se stává manželství, vlastní domov a děti. Toto pojetí ostře kontrastuje s intenzitou erotické lásky a nevázaností lásky hravé.

Šílená láska. Vztah utopený v moři lásky. Partneři se na sebe velmi pevně fixují, žárlí na sebe i na své okolí a z každého náznaku neopětování vlastních citů propadají pocitům zoufalství a beznaděje. Jsou to lidé žijící v extrémech: plynule přecházejí od prudké vášně a slepého zbožňování k panovačnosti a nenávisti. Své emoce většinou vůbec nedokáží kontrolovat. Jejich posedlost láskou je staví blízko vyznavačům erotické lásky, od nichž se však liší osobní rozkolísaností a závislostí na partnerovi. Tento typ lásky není až tak vzácný, jak by se na první pohled zdálo.

Pragmatická láska. Zde se jedná o podřízení srdce rozumu. Partneři se vybírají na základě osobní kompatibility, přičemž důležitou roli zde hrají oboustranně nevýstřední záliby, povahy a přístup k životu. Časem i zde může propuknout intenzivní milostný vztah; na počátku však vždy stojí pragmatická úvaha. Na tomto schématu stála a dodnes stojí značná část uzavíraných manželství.

„Hody lásky“. Vztah vystavený na nesobeckosti a altruismu, zřikající se osobních tužeb ve prospěch vyšších ideálů. V těchto vztazích se běžnou normou stávají soucit, nezištnost a vstřícnost. Tato forma lásky je nejvzácnější: oba partneři upouští od jakýchkoliv náhražek a jejich vztah postupně kulminuje až do upřímného souzvuku obou duší.

Oba dva tyto přístupy jsou ukázkou pojetí lásky v západním světě. Východní kultury na tuto problematiku nahlízejí přirozeně jinak. Jedním z jejich postojů k lásce je například následujících pět kategorií:

Láska založená na slepé poslušnosti.

Láska v podobě přátelství mezi sobě rovnými.

Mateřská láska.

Manželská láska, a to jak v rovině fyzické, tak i duchovní.

Láska orientovaná na předmět vnějšího světa.

Na těchto kategoriích lze též ilustrovat přeměnu adepta na mistra esoterních nauk:

Stádium vztahu adepta k vyšším tajemstvím ve smyslu vztahu sluhapán.

Stádium vnitřní transformace adepta, získané v průběhu magických praktik.

Stádium vkročení do světa magie.

Stádium důvěrné znalosti vyšší (teurgie) i nižší (psychurgie) magie. Stádium postoupení vlastního já transcendentnu, kdy se jedinec celým svým srdcem orientuje na nepřístupné prostory božských sil. Tento vztah se již realizuje zcela vně obvyklých kategorií a norem společenského chování a soužití.

Druhá z čínských filosofických škol (vedle taoismu), která zásadním způsobem ovlivnila pojetí života velké části Asiatů, konfuciánství, popisuje hlavní typy společenských vztahů takto:

vztah lásky: laskavost u otce, úcta u syna

vztah ušlechtilosti: úcta mezi sourozenci

vztah oddanosti: blahovůle u vladaře, loajalita u jeho úředníků

vztah náklonnosti: uctivost přátel

vztah manželský: spravedlivost u manžela, poslušnost u manželky

Nežádoucí účinky: Přestože podle dostupných informací nejsou žádné preparáty z muira-puamy toxické, je třeba mít se na pozoru před možnou alergickou reakcí na její pryskyřičné látky. Jedním z příznaků individuální alergie na muira-puamu by bylo například silné svědění pokožky v místě zapíchnuté třísky z dřeva muira-puamy. Konečný verdikt o nežádoucí reakci na tuto rostlinu je však přirozeně v rukou specialisty-alergologa.

*Čeleď smradlavcovitých (Olacaceae) zahrnuje celou řadu komerčně důležitých rostlin. Za ostatní uvedme alespoň zdroj jednoho z vzácných tropických dřev brazilskou dřevinu *Ptychopetalum uncinatum* BENTH. či západoafrický druh *Ximenia americana* L., z jehož semen se vyrábějí oleje, používané ve stomatologii.*

Paulinie nápojná (guarana)

*Povzbuzující afrodisiakum s obecně
stimulačními účinky*



Taxonomické označení: paulinie nápojná (*Paullinia cupana*
KUNTH ex H.B.K. (syn. *P. sorbilis* MARTIN)

Čeleď: mýdelníkovité (*Sapindaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Jižní Amerika; běžná obzvláště na
severu a západě Brazílie a v některých částech Venezuely.

Typ rostlinného společenstva: Pralesy Amazonie.

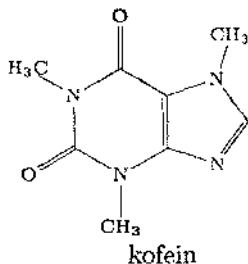
Celkový vzhled: Dřevitá liána s lichozpeřenými listy. Má květy
žluté barvy, které vyrůstají v úžlabních hroznech. Plodem
je trojpouzdrá tobolka s třemi kaštanově hnědými semeny.
Semena jsou v čerstvém stavu tělově zbarvená, po vyschnutí
plodu snadno vypadávají.

Tradiční použití

Paulinie je od nepaměti používána některými kmeny jihoamerických
indiánů jako lék na střevní potíže, obzvláště jako účinný přípravek proti
průjmům. Je také oblíbeným povzbuzujícím (nealkoholickým) nápojem;
brazilští horníci ji užívají preventivně k zvýšení odolnosti organismu
vůči nemocem. Její popularita v místech jejího největšího rozšíření činí
z paulinie jednu z nejdůležitějších složek stravy brazilských domorodců.
Ti ji v první fázi zpracují na těstovitou hmotu, která se posléze upraví do
podoby jakýchsi válečků. Jsou známy případy, kdy stěhující se kmeny
jihoamerických indiánů jsou schopny vydržet několikadenní putování
pouze s těmito válečky. Těstovitá hmotu se někdy suší a poté rozemílá –
tento prášek je pak užíván jako afrodisiakum.

Obsažené látky

Afrodisiakální účinek paulinie je podmíněn vysokým obsahem guaraninu, dosud málo prozkoumaného lehce halucinogenního druhu rostlinného oleje. Kromě toho semena paulinie obsahují kolem 5 % kofeinu, což je třikrát více než v kávových semenech! Obdobnou látkou – a to jak co se týká chemického složení, tak i stran fyziologického účinku – jako kofein je xanthin (2,6-dihydroxypurin), jehož je paulinie vůbec nejbohatším přírodním rezervoárem.



Kofein, kokain i xanthin patří do skupiny tzv. methylovaných purinů. Ty jsou kromě přípravků z guarany obsaženy i v dalších, u nás většinou běžně rozšířených druzích nealkoholických nápojů:

1. káva – nápoj z peckovic stálezeleného keře kávovníku arabského (*Coffea arabica* L.); semena obsahují 1–1,5 % kofeinu.
2. čaj – připravuje se z listů čajovníku čínského (*Camellia chinensis* (L.) KUNTZE), obsahujících spolu s teobrominem a teofyllinem 3–4,5 % kofeinu.
3. kakao – nápoj z plodů kakaovníku pravého (*Theobroma cacao* L.), pocházejícího z tropů Střední Ameriky; co se týče kofeinu, obsahují kakaové boby pouze okolo 0,8 % (to platí i o výše zmiňovaném teofyllinu) – kakao však naopak obsahuje kolem 2 % teobrominu.
4. yerba maté – odvar z listů jihoamerického keře cesmíny paraguayské (*Ilex paraguayensis* ST.-HIL.); listy obsahují až 2 % kofeinu.
5. coca-cola – nápoj z oříšků afrického stromu kola lesklá (*Cola nitida* (VENT.) SCHOTT et ENDL.); plody obsahují až 3 % kofeinu.

Primární farmakologický účinek

Guarana je v první řadě prostředkem povzbuzujícím: zvyšuje bdělost a ostražitost, ostří vnímání při současném zpomalení tepu. Může tak být používána při náročné a dlouhotrvající práci. Vedle toho tlumí chuť k jídlu, proto je součástí mnohých, běžně komerčně distribuovaných prostředků k snížení nadváhy.

Aplikační formy

Semena, lehce získatelná z plodů, se po usušení omývají a posléze po dobu šesti hodin pomalu praží. Nyní jsou v zařízeních podobných kávovým mlýnkům rozemleta na prášek; někdy se roztloukají v hmoždíři. Prášek se spařuje horkou vodou, přičemž na jeden šálek je potřeba počítat s třemi tobolkami. Vzhledem k tomu, že chuť ani vůně spařované guarany nejsou zrovna pro každého lahodné, se z prášku někdy připravují pauliniové tablety.

Rituální příprava a použití

Díky svému silnému stimulačnímu účinku je guarana používána pro získání inspirace, svěží vzhled a pozvednutí ducha.

Již od nejstarších dob platí, že kromě obvyklých dvořících rituálů hrají nezastupitelnou roli v lidské sexualitě ozdoby a kosmetické prostředky. Make-up se stává pojítkem mezi osobou skutečnou a osobou, do níž se chcete projektovat. Vždyť také jedním z klasických symbolů mytologické bohyně lásky Afrodity bylo právě zrcadlo. Napiješ-li se trochu opojného nápoje z pražených guaranových semen, získáš jak potřebnou trpělivost, tak i skvělou náladu právě pro líčení před zrcadlem.

Předtím, než moderní doba přinesla přiléhavá trička a erotické prádélko, byla v mnoha mystických rituálech pro přesně směřovanou sexuální stimulaci používána technika specifických druhů líčení. Ostatně i v dnešní době nás ohromující rozsah obchodu s kosmetikou každodenně přesvědčuje o jejím významu. V tantrických obřadech se pro dosažení určitých estetických, psychologických, symbolických či dokonce fyziologických účinků používá jak specifické líčení, tak i zvláštní šperky a klenoty. Tak se například při nošení těžkých náhrdelníků, škrtků šiji, setkáváme s postupnou stimulací vědomí jejich nositele až do stavu evidentního pohlavního vzrušení.

V tantrismu, jednom z klasických kořenů sexuální magie, se setkáváme s rituály, při nichž se zúčastnění nejprve vykoupou a natrou jemným olejem, aby byli posléze posypáni popelem (moderní ekvivalent můžeme vidět v pudrování). Používá se popel ze spáleného dřeva, který díky

specifickému složení rostlinných pletiv stromů obsahuje jistá množství stopových prvků, které se postupně vstřebávají kůží. Je-li použit například popel z dubu, působí údajně na tělo – při současném izolačním účinku – přímo osvěživě (a má dokonce i chránit před psychickými poruchami).

Jakmile se tělo popelem posype, počnou se na některých místech objevovat zvláštní znamení – většinou je jedná o tři paralelní linie. Nejčastějším místem jejich výskytu je lýtko, nárt, předloktí i nadloktí, oblast pupku a pohlavních orgánů, hrdlo, střední partie prsou a čelo. Tyto linie se pak zvýrazňují potíráním mastí ze santalového dřeva, léčivých bylin, obilných zrn a aromatických příměsí. V těchto znameních není zapotřebí hledat nějakou hlubokou symboliku; působí víceméně na stejném principu jako tetování či jiné záměrné tělesné deformace k vybudování jistého druhu atraktivity takto označeného jedince.

Chce-li muž-tantrik imponovat, použije popela a mastí, chce-li téhož dosáhnout žena, vydá se cestou speciálního líčení. Zvláště význačnou úlohu zde sehrává červená barva. U ní je prokázáno, že při líčení velice efektivně stimuluje sexuální centra muže – zde také tkví příčina obliby sexuálně dráždivého oblečení vyráběného právě v červené barvě.

Jeden ze základních vrozených sexuálních potenciálů je tak aktivován pečlivým a promyšleným líčením. Mužně vyhlížející partner a jeho svůdná družka pak symbolizují sjednocení mužské agresivity a dobyvačnosti s ženskou vnímavostí a senzitivitou.

V rituálech tantrické sexuální praxe ženy nosí nápadné ozdoby, jsou slavnostně odívány a bohatě zdobeny šperky, aby tak byly schopny vzrušit a k extatickému poznání transcendentna stimulovat každého z mužů. I vy byste měli používat atraktivní líčení a šperky v nejširší možné míře: zvýšíte si tím přirozený šarm, naplníte vysoké estetické ideály a jistě zaujmete v tom nejlepší slova smyslu.

Nežádoucí účinky: Dlouhodobé užívání guarany působí na obsah cukrů v krvi. To pak vede k vzniku neuróz či k nespavosti. Taktéž je třeba vědět, že guarana může být návykovou drogou.

Přípravky z paulinie se také mohou používat proti kocovině, menstruačním bolestem a neuralgii.

Pelyněk pravý (*absint*)

„Bylinná múza“ pařížských
impresionistů



Taxonomické označení: pelyněk pravý (*Artemisia absinthium* L.)

Čeleď: hvězdnicovité (*Asteraceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Celé mírné a subtropické pásmo, holoarktické oblasti.

Typ rostlinného společenstva: Sutě, navážky, skalnaté stráně, podél cest, na mořském pobřeží.

Celkový vzhled: Stříbrošedě plstnatá, vytrvalá bylina. Roste v trsech; olistěné stonky, ve spodní části zdřevnatělé. Listy zelenožluté, s čepelí dělenou na drobné, tupě kopinaté úkrojky. Květenství s listeny ve tvaru jednostranného hroznu. Listy i květy aromatické vůně a odporně hořké chuti.

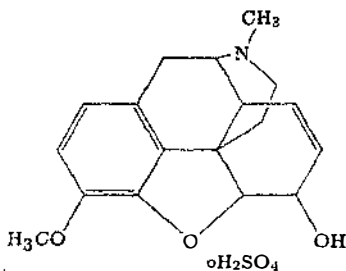
Tradiční použití

Rodový název je odvozen od řecké bohyně lovu a ochránkyně matek a panna Artemis. Rostlina se těšila velké úctě mexických domorodců, kteří při svých oslavách zdobili hlavy tanečnic věnci z pelyňku.

Pelyněk vystupuje často i v našich lidových pověrách. Podle jedné z nich se na sv. Lukáše doporučovalo natrhat květy měsíčku, majoránu, mateřídoušky a pelyňku, usušit je nad ohněm a rozetřít na prášek. Ten se potom na mírném ohni povařil s troškou medu a octa. A než jste šli na kutě, měli jste se trochou této směsi natřít a opakovat si přitom: „Svatý Lukáši, svatý Lukáši, udělej mi milost a nech mne ve snu spatřit lásku srdce mého...“

Obsažené látky

Účinnými látkami jsou hořčiny absintin a anabsintin a siličnatá složka thujon ($C_{10}H_{16}O$). Absintin působí jako narkotické analgetikum a patří do stejné skupiny jako kodein a dextromerhophan hydrobromid (Romilar).



kodein sulfát

Maximální dávka orálně aplikovaného thujonu je 75 miligramů na kilogram váhy. Po propočtu vychází, že to s onou tradovanou přímou toxicitou pravého absintu není až tak děsivé: 1 sklenička absintu obsahuje pro 75 kg vážící osobu 50× nižší dávku, než je ona výše zmiňovaná spodní hranice toxicity. V absintu jsou nebezpečné nejen pelyňkové hořčiny a thujon (který ale v principu toxický je), ale i sám ethylalkohol.

Absint je zeleně zbarvený likér obsahující výtažky pelyňku, anýzu vonného (*Pimpinella anisum* L.) z čeledi miříkovitých (*Apiaceae*), majoránky zahradní (*Majorana hortensis* MOENCH) z čeledi hluchavkovitých (*Lamiaceae*), omanu pravého (*Inula helenium* L.) z čeledi hvězdnicovitých (*Asteraceae*) a některých dalších bylin. Po požití se dostavuje okamžitý afrodisiakální účinek, a to na obě pohlaví. Souběžně s tím dochází k mírnému narkotizačnímu opojení.

Primární farmakologický účinek

Narkotikum a analgetikum, působící na ty části mozkové kůry, kde jsou uložena centra strachu a bolesti.

Aplikační formy

Pelyněk pravý se používal tradičně v likérnictví, a to jak pro výrobu dezertních vín, tak i pro výrobu léčivých žaludečních likérů. Účinné látky v něm obsažené jsou extrahovatelné jak vodou, tak alkoholem. Vzhledem k toxicitě thujonu se však například v USA smějí prodávat

jen lihoviny „almost 100 % thujone free“. Proč ale „téměř neobsahující“? Je to proto, že každý vermut je připravován způsobem, který ústí do stopové přítomnosti této silice ve výrobku. Totéž ostatně platí o stolních, nízkoalkoholických vínech. Ale je to právě toto stopové množství thujonu ve vermutech, které takovému martini dává onu všeobecně známou pověst nápoje „povolnosti“. Tzv. anýzové likéry, čili likéry s vysokým obsahem thujonu, se dnes na trhu nahrazují výrobky, evidentně thujon neobsahujícími.

Rituální příprava a použití

Absint, obsahující výtažky ještě dalších rostlin, byl oblíbeným nápojem pařížské umělecké avantgardy konce minulého a počátku našeho století. Jeho dobrá reputace byla podmíněna nejen jeho nepopíratelným afrodisiakálním účinkem, ale též jeho pozicí „bylinné múzy“ umělců všech možných zaměření.

Období novoklasicismu první poloviny 19. století orientuje výtvarnou tvorbu jednak na plnění estetických ideálů klasického římského umění a jednak na imitování technik a stylu velkých mistrů vrcholné renesance. V druhé polovině minulého století však na scénu evropského malířství přichází nový směr, Claudem Monetem (1840–1926) iniciovaný impresionismus, který staví na zachycení okamžitých vjemů (impresí). Takováto razantní reakce na oficiální akademickou malbu byla právě podle mnohých současných zdrojů podpořena zvláštní formou smyslových dojmů, evokovaných intoxikací absintem.

O impresionismu se říká, že byl prvním malířským směrem, který vznikl v kavárně. . . Pravdou je, že vnímání pozměněné velkými dávkami absintové drogy proměnilo svět v okolí umělce do změti puntíků, šmouh, skvrn či barevných fleků. Podle pařížského bohéma a básníka Arthura Rimbauda (1854–1891) se vědomí otevírá nevyslovitelnému a nepopsatelnému právě díky požití droze. Tato teze je přinejmenším sporná, nicméně je pravda, že absintové narkotizační působení vede k produkci živých obrazů při současném euforickém stavu, evokovaném potlačením bolesti a strachu. V soudobých pramenech se uvádí, že v absintovém opojení docházelo v umělcově exaltovaném nitru k úplné fúzi vjemů všech smyslů, ústících do nových estetických ideálů.

Objeví-li umělec svoji múzu, stává se většinou jejím oddaným a vroucím ctitelem. Traduje se, že mezi čtvrtou a šestou hodinou odpolední býval v kruzích pařížské umělecké avantgardy držen „čas na aperitiv“, kterým byl přirozeně absint. V kavárnách se sedávalo u stolků s výhledem na ulici, ale i na číšníka, který mohl být kdykoli zavolán.

Ten se pak protáhl davem a na stůl položil prázdnou skleněnou číšku bez nožičky. V ní byl malý pohárek s 0,3 dcl tmavě zeleného absintu, který se díky svému 68 % obsahu alkoholu v neředěném stavu příliš k pití nehodil.

Rituál pak pokračoval tím, že číšník do tohoto smaragdového životabudiče pomalu přiléval čistou vodu, a to až do okamžiku, kdy vzniklá směs přetekla z pohárku do číšky. Směs nyní získala světlou, mléčně opalizující zelenou barvu. Přilévání vody trvalo až do doby, kdy v pohárku byla pouze čistá voda. To znamenalo, že v číšce nyní byla směs čtyř dílů vody a jednoho dílu absintu. A ta pak byla tím správným nápojem pro danou příležitost.

Vzhledem k tomu, že současné zákonodárství zakazuje výrobu anýzových likérů, nejsnazší cestou k dosažení stavu vědomí reflektovaného impresionistickými díly bude porozumění umění této epochy. Vydejte se proto se svou láskou – po dvou sklenkách martini – na procházku po uměleckých galeriích s francouzskými impresionisty. A možná, že sama cesta do Paříže se stane tím nejlepším afrodisiakem!

Nežádoucí účinky: Dlouhodobé užívání vysokých dávek absintu může vést k silnému návyku a následně až ke snížení intelektu. Vnitřní užívání thujonu nebo jiných preparátů ze siličnatých látek pelyňku pravého způsobuje tonické křeče s poruchami trávení.

Vzhledem k tomu, že thujon se také nachází v šalvěji lékařské (Salvia officinalis L.) a jiných bylinách, je v přísně sledovaných množstvích obsažen i v běžně dostupných vermutech na našich trzích. Přípustná horní hranice je 60 ppm, čili 60 dílů thujonu na jeden milion dílů vermutu.

Pepřovník opojný (kawa-kawa)

Rostlina z ostrovů Fidži užívaná
k usměrňování procesů vnitřní
transmutace vědomí



Taxonomické označení: pepřovník opojný (*Piper methysticum*
FORST.)

Čeleď: pepřovníkovité (*Piperaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Ostrovy Polynésie a Mikronésie

Typ rostlinného společenstva: Optimální růstové podmínky nachází na planinách tichomořských ostrovů v zamokřených lesích v nadmořské výšce okolo 300 m n. m. při průměrné teplotě letních měsíců mezi 26 °C až 32 °C. Preferuje slunná stanoviště.

Celkový vzhled: 1 metr vysoký keř s krátce řapíkatými, srdčitými listy, vyrůstajícími z kolének jednotlivých stvolů. Stvoly vidličnatě větvené (dichotomické), skvrnitě, hustě pokryté květy. V půdě má škrobovitě, vonné oddenky pepřně čpící chuti.

Tradiční použití

V přírodním náboženství a kouzelnictví jihopacifických ostrovních národů hraje kawa-kawa velkou roli. Po požití nápoje z jejích oddenků vznikají u dotyčného velice silné emoce, což vedlo k užívání této drogy pouze při zvláštních příležitostech. Klasickým případem byly mystické uvítací ceremonie významných hostů nebo stimulace libida u novomanželů.

Obsažené látky

Aktivními složkami rostliny je následující skupina šesti pryskyřičných, ve vodě nerozpustných α -pyronových derivátů:

kawain ($C_{14}H_{14}O_3$), methysticin ($C_{15}H_{14}O_5$), yonganin ($C_{15}H_{14}O_3$), dihydromethysticin, dihydrokawain a dihydroyonganin. Rozpustné jsou v alkoholu, tucích a některých dalších mastných rozpouštědlech.

Strukturní vzorec kawainu

Jejich emulgace je možná jak v alkoholu a mastných rozpouštědlech, tak hlavně v žaludečních šťávách.

Primární farmakologický účinek

Pepřovník opojný působí v malých dávkách euforicky, ve velkých dávkách se však jeho účinky rovnají použití mimořádně silného sedativa: přes počáteční pocity ospalosti a letargie až po silné omámení a spánek. Co je však zajímavé, intoxikovaná osoba neztrácí ani při silném opojení psychickou bdělost. Tyto stavy jsou doprovázeny častými zrakovými a sluchovými halucinacemi, které však mizí po dvou až třech hodinách po požití. Po užití pepřovníku opojného se nedostavují žádné sekundární pozůstatky, připomínající např. kocovinu po požití vysokého množství alkoholu. Účinek preparátů z této rostliny je v principu podobný slabému marihuanovému opojení, ale s tím rozdílem, že se dostavuje až po několikanásobném požití drogy. A jsme-li u paralel: stejně jako u kokainu, dostavují se i v případě požití této drogy pocity znečitlivění až zmrtnění úst intoxikovaného.

Aplikační formy

Pepřovník opojný je planě rostoucí keř. Na ostrově Fidži je však pěstován ve velkém, a to v pěti odrůdách: tři poskytují oddenky barvy bílé, dva kultivary oddenky barvy černé. Z hlediska obsahu účinných látek jsou jednoznačně cennější bílé variety; ke sklizni však dorůstají o celý rok později než variety s oddenky černými. Pro komerční využití jsou právě z tohoto důvodu preferovány odrůdy s černými oddenky.

Oddenky černých odrůd se sklízí v šesti letech věku – v té době váží 8 kg (oddenky dvacetiletého keře váží až 40 kg). Sklizeň není obtížná, neboť pepřovník opojný je mělce kořenící rostlina. Po sklizni se čerstvé oddenky loupají, rozřezávají na kousky a suší na slunci na velikých platech.

Tradiční aplikační formou tichomořských domorodců je prostý nálev z usušených kousků oddenků. V tom případě se do horké vody dostávají i látky ve vodě rozpustné a nápoj pak má slabě stimulační a tonizační účinky. K tomu, aby se extrahovaly narkotizující pryskyřičné látky, používají domorodci jednoduchý návod: oddenky rozžvýkají,

z úst vyplivnou do připravených nádob, kde se vše smíchá s mlékem z kokosových ořechů.

Nejsilnějšího účinku se ale dosáhne smícháním 30 gramů sušených oddenků s 1 polévkovou lžící extrahovaných lecitinů a přelitím této směsi čtvrt litrem vody či kokosového mléka, v němž byly předem rozmíchány 2 polévkové lžíce kokosového nebo olivového oleje. Nápojem se míchá do té doby, než tekutina získá mléčný vzhled. Takto připravený halucinogenní nápoj je určen pro dvě osoby.

Halucinogenního účinku lze dosáhnout též rozpuštěním extrahovaných pryskyřičných látek v alkoholických nápojích. V tomto případě se pyrony extrahují ve vodní lázni do isopropylalkoholu. Ten je potom odstraněn postupným vypařováním, po jehož skončení je extrakt znovu rozpuštěn v horké brandy, rumu, vodce či dokonce v medu. Tento způsob aplikace účinných látek pepřovníku do lidského organismu je vysoce účinný, protože pyrony rozpuštěné v alkoholu jsou okamžitě vstřebávány do tkání.

Rituální příprava a použití

Magické rituály tantrické jógy vyžadují od adepta tohoto tajného esoterického učení vysoké soustředění na hluboký prožitek transmutace vlastního vědomí a kladou přitom vysoké nároky na jeho tvůrčí představivost. Adept se musí hluboce koncentrovat na svůj vnitřní stav, aby prostřednictvím opačně polarizované energie partnerky při pohlavním styku probudil ve svém vědomí stav tzv. *samsary*, kdy se prostřednictvím vizualizovaných představ věčných koloběhů zrození a smrti docílí velmi niterného uchopení transcendentna. Druhem jógy – zde v pozici esoterní filosofie směřující k osvobození z pout konvenčního myšlení – zabývajícím se koncentrací myšlení je pátý z kroků „královské jógy“, tzv. radža-jógy, který se nazývá *dharana*.

Přísné udržení koncentrace je – a to platí jak o sexuálních rituálech, tak i například o nepřetržitém opakování jednotlivých manter – velmi obtížné. Některé jogínské cviky však tyto schopnosti hlubokého soustředění na jeden subjekt zpětně zesilují. A právě zde může kawa-kawa sehrát výraznou roli: jako účinné afrodisiakum může být použito jako doplněk cvičení k evokaci mentálních obrazů a soustředění se na ně. Při vlastním aktu soustředění poznáte stav utišení smyslů a spoutání myšlenek a možná se dostanete až na práh stavu, který bude příslibem naplnění mnohého dosud nepoznaného.

V tantrické praxi se dosahuje dokonalé vnitřní koncentrace kombinací meditačních technik se sexuálním vzrušením (bez usilování o dosažení

orgasmu) jako hlavní formy radosti. Potěšení a radost jako cesta k božské tvůrčí extázi je vedle smyslu omamujících fyzických kontaktů těl ještě umocňována

oko těšící krásou barev a tvarů,
uchu lahodící hudbou a zvuky,
chuť uchvacujícími pamlsky,
sladkými, silnými vůněmi.

Cílem každé jógy je átman, jediný absolutní duch. Cesty k němu jsou různé, jako jsou různé jogínské školy. Nutnost soustředění zde však obecně zůstává stále. Ovládnutí duše lze provést stejně tak soustředěním se na vnější objekty (oblíbené jsou slunce, měsíc nebo planety) či na objekty vnitřní. Jednou z možností je soustředění na určitá centra lidského těla, tzv. *čakramy*. Jinou cestou k dosažení síly čistého poznání bez pomoci jak vnější reality, tak i tělesných smyslů. I zde je klíčovým prostředkem utišení mysli a pevné soustředění.

Existuje pět různých stupňů soustředění:
nesoustředění,

letargie, zmatečnost, zapomnění,

vědomí ve stavu nesouvislé, přerušované stability,

krátké soustředění,

pevné soustředění, ústící do disciplinované mysli. Volní koncentrace.

Jak soustředění cvičit?

1. Soustřeďte se na jednoduchý, smyšlený objekt. Zde se osvědčilo představovat si některou z pěti *tatev* (*tattwas*), vesmírné síly, dech přírody: žlutý čtverec – země (*priti*), červený trojúhelník – oheň nebo světlo (*tedžas*), stříbrný půlměsíc – voda (*apas*), modrý kotouč – vzduch (*vaju*) a černý ovál – duch (*akáša*).
2. Dovedete-li se na tyto jednoduché objekty již bez problémů soustředit, zkuste si je představit v různých kombinacích. Tak například: snažte se koncentrovat na černou elipsu v žlutém čtverci nebo na stříbrný půlměsíc v černém oválu.
3. Jste-li i teď úspěšní, začněte s vizualizací pohybujících se jednoduchých objektů. Zde dobře poslouží představa houpajícího se kyvadla či točícího se kola. Dokud toto nezvládnete, vyhněte se představám živých bytostí.
4. Kombinujte pohybující se objekty. Představte si například kladku nebo píst. Sestrojte si v mysli *perpetuum mobile*. Vaším cílem zde bude získat vlastní vizi vesmírného pohybu. Stále se kontrolujte, buďte absolutně fixováni na objekt této formy meditace. Do

vašeho vědomí nesmí proniknout žádná jiná myšlenka. A dbejte na to, aby vaše perpetuum mobile pracovalo pěkně pravidelně a klidně. Zaznamenávejte si délku těchto experimentů, počet a povahu vybuzených myšlenek, tendence představovaných objektů opustit vaši mysl a jiné, pro vás zajímavé fenomény vašeho snažení. Nepřepínejte se!

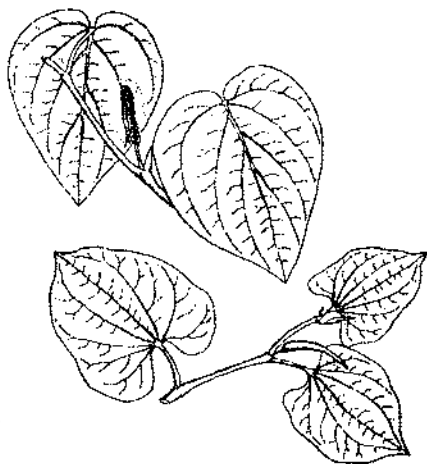
5. Nyní již můžete započít s vizualizací objektů živého světa. Nejlépe je začít známou osobou. Ta vám pomůže soustředit se na vizualizaci vašeho partnera – v tantrických rituálech se pak pro vás stává představitelem uctívané božskosti.
6. Pokuste se zapojit další smysly. Představte si chuť vašeho oblíbeného jídla, vůni známé květiny nebo parfému, pocit hebkosti sametu, zvuk zvonku nebo vodopádu.
7. Nakonec vymažte všechny okamžité vjemy vašich smyslů a uzavřete se před přicházejícími myšlenkami. Svou pozornost zaměřte na bod mezi oběma obočími, čakrám *adžná*, „třetí oko“ v prodloužené ose hypofýzy.

Dosáhnete-li tohoto stupně sebepoznání, měli byste již být schopni jej aplikovat v konkrétních rituálech tantrické magie. Nicméně i zvládnutím nižších stupňů koncentrace můžete přispět k přípravě na rituální akt. Ozdobte si své čelo tatvou (nebo kombinacemi několika), vyjadřující váš způsob vnímání světa. K rituálu přistupte s uvědoměním si svého místa ve Velkém vesmírném plánu. Vesmír je v neustálém pohybu. Splyňte se svým partnerem jako Šiva a Šašthí, zatknuti ve věčném objetí. Duch a hmota hňte vesmír. Staňte se vlnkou v oceánu čistého vědomí, přesáhněte smysly...

Nežádoucí účinky: Dlouhodobé užívání nápojů z pepřovníku opojného poškozují zubní sklovinu. Užíváte-li preparáty na bázi lihovin pravidelně po dobu několika měsíců, vystavujete se riziku vzniku návyku. Tento druh závislosti právě na preparátech kawa-kawa vede k žloutnutí kůže, objevuje se vyhublost, krví podlité oči, vyrážky, loupající se a vředovitá kůže apod. Po vysazení drogy tyto symptomy velmi rychle ustoupí; většinou již po dvou týdnech.

Jak již bylo výše zmiňováno, po užití kawaiinu se objevují podobné znečitlivující projevy jako u kokainových alkaloidů. Kromě toho vykazují pepřovníkové pyrony prokazatelné antibiotické účinky (zvláště vůči pa-

togenním bakteriím). Tichomořští domorodci drogu též používají k léčbě řezných ran a pohmožděnin; připisují jí i imunoaktivací účinky (prevence infekcí a celkově stabilnější zdravotní stav).



pepřovník opojný

Puškvorec obecný

Posvátné afrodisiakum umožňující
vstup do hřejemství těla



Taxonomické označení: puškvorec obecný (*Acorus calamus* L.)

Čeleď: árónovité (*Araceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Domovem pravděpodobně Čína či Indie, dnes je rozšířen v celé Euroasii a části Severní Ameriky (od Nového Skotska po Minnesotu na severu až po Floridu a Texas na jihu).

Typ rostlinného společenstva: Trvale zaplavené půdy, močály, nejbližší okolí různých vodotečí. Typická rostlina rostlinných společenstev bahnitých břehů rybníků a řek.

Celkový vzhled: Vytrvalá rostlina připomínající kosatec, s horizontálním plazivým oddenkem, dorůstajícím délky až 1,5 m. Základním rozlišovacím znakem od kosatce je trojhranný stvol puškvorce s výrazným žlábkem na jedné jeho straně a silně aromatický zápach (zvl. po poranění pletiva například zlomením listu). Listy mečovité, dorůstají délky až 2 metry. Bezlistý květní stvol vyrůstá na bázi vnějších listů a nese kuželovitou květní palici, pokrytou drobnými žlutozelenými kvítky.

Tradiční použití

Puškvorec obecný je tradiční asijskou léčivou rostlinou. V průběhu staletí se stal oblíbenou drogou na léčení lehčích forem astmatu, na bronchitické potíže a snižování horeček; v čínské lidové medicíně je běžně užíván při nadýmání. Běžným se stal i pro severoamerické

indiány. Původní obyvatelé velké části Kanady a USA užívají drogu z puškvorcových oddenků různým způsobem: pijí z ní připravený odvar, žvýkají oddenky v čerstvém stavu, nebo je suší, drtí na prášek a kouří. Vidíme zde tedy nápadnou analogii mezi postavením puškvorce v Americe Severní a postavením drogy z listů kokainovníku pravého (*Erythroxylum coca* LAM.) ze svahů peruánských a bolivijských And v Jižní Americe: obdobné aplikační formy, obdobný stimulační účinek při zahánění únavy, pocitu hladu a zvýšení vytrvalosti. Indiáni kmene Cree z východní subarktické oblasti USA žvýkali k překonávání únavy puškvorcový oddenek o délce asi 5 cm; mělo-li být puškvorce použito jako halucinogenní drogy, bylo zapotřebí postupně rozžvýkat až třicetcentimetrový oddenek.

Proslulost puškvorce se odráží i v literatuře. Americký básník Walt Whitman (1819–1892) má ve své sbírce *Stébla trávy*, doplňované celý život, v oddíle nazvaném „*Calamus*“ (což by bylo možno podle lidového označení pro puškvorec přeložit jako šišvorec či tatarák) čtyřicet pět básnických balad. Puškvorec se také stává součástí masti, kterou se podle Druhé knihy Mojžíšovy měli podle bohoslužebných předpisů pomazat Hospodinovi kněží (Exodus 30: 22–25):

Hospodin dále mluvil k Mojžíšovi: „Ty si pak vezmi nejzúčtější balzámy: pět set šekelů tekuté myrhy, poloviční množství, totiž dvě stě padesát šekelů balzámové skořice, dvě stě padesát šekelů puškvorce, pět set šekelů kasie podle váhy šekelu svatyně a jeden hín olivového oleje, z toho připravíš olej svatého pomazání, vonnou mast odborně smísenou. To je olej svatého pomazání.“

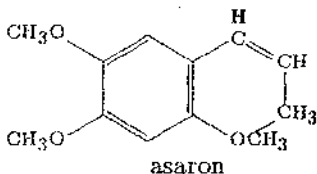
Obsažené látky

Účinnou složkou puškvorcové drogy jsou silice obsahující psychoaktivní substance asaron a β -asaron. Tyto látky jsou neaminovými prekurzory jednoho z fenylethylaminů, který dostal označení TMA-2. Na tom by jistě nebylo nic až tak pozoruhodného, kdyby TMA-2 nebyl látkou desetkrát účinnější než meskalin. Asarony se na TMA-2 přeměňují krátce po požití jejich zdrojů – tím je však například i jedna planá středoasijská varieta mrkve obecné (*Daucus carota* L.).

Hořké, těkavé silice představují 1,5–4,5 % objemu puškvorcového oddenku. Asaron a β -asaron pak tvoří 70–80 % objemu těchto silic. Zbytek je tvořen eugenolem, pinanem, kamfanem (bornanem) a karyofylenem.

Primární farmakologický účinek

Tonikum a halucinogen, v podstatě v témže dávkování, které pro tyto účely užívají severoameričtí indiáni (viz výše). Průměrná tloušťka oddenku by přitom měla být asi 1 cm.



Aplikační formy

Po usušení získávají puškvorcové oddenky hořkou, kořenou chuť podobnou zázvoru. Je tedy nasnadě, že běžnou formou aplikace této silně aromatické drogy bude prosté snědění. Je však zapotřebí počítat s tím, že po požití vám může na dobu až 10 minut lehce zmrtnět jazyk. Tomuto nepříjemnému vedlejšímu jevu je možno se vyhnout přípravou osvěžujícího nápoje, kdy se asi 30 g sušeného oddenku povaří v půl litru vody. Tato jednodenní dávka se poté popíjí těsně před jídlem (asarony se totiž nejnázne metabolizují na TMA-2 v prázdném žaludku).

Oddenky puškvorce je třeba spotřebovat do příští úrody: rok po usušení totiž dochází – stejně tak jako u jiných siličnatých drog – k prudkému snížení koncentrace asaronů v pletivech a požití puškvorcových preparátů z těchto oddenků je tak více méně zcela neúčinné.

Rituální příprava a použití

Studujeme-li historii a zvyky různých kultur, zjistíme, že jedním z obecných pravidel životních návyků směřujících k dlouhodobému udržení dobrého zdravotního stavu jsou pravidelná dechová cvičení. Ke stejnému závěru dochází i současný lékařský výzkum, který například doporučuje některé formy aerobiku k posílení funkce kardiovaskulárního systému a plic.

Tak jak se liší východní a západní mentalita, tak se liší i přístupy k ovládnutí tělesných funkcí – někteří z nás plavou nebo se věnují joggingu, jiní jdou cestou meditací, postů, jógy či cestou askeze. Zde bychom se však v této souvislosti chtěli zabývat jednou z cest jógy jako životního postoje a ztotožnění se s vyšším vědomím. Touto ces-

tou je prána-jáma, cesta, která prostřednictvím ovládnání dechu pracuje s životní silou, *pránou*.

I v našem životě – přestože o tom nevíme – není prána-jáma ničím novým. „Vdechnutí prámy“ jsme podstoupili s prvním dechem po narození. Prána-jáma jakožto okultní systém vědění a praxe je taktéž jedním z prvních kroků při tantrické józe. Soubory cviků k zadržování prány v těle vedou v první, přípravné fázi k zostření pozornosti, rozvoji skrytých vloh a všech aspektů smyslového poznání. Dech těla se ztožňuje s vdechnutím prány. U tantrických mistrů ústí prána-jáma do aktu probuzení „Hadí síly“ (viz iboga) a spojuje se se stimulací druhého nejvyššího čakramu, čakramu *adžná*, třetího oka (viz kawa-kawa). Vedle toho je prána-jáma jednou z cest k zvládnutí tantrických sexuálních rituálů.

Cvičení jogistického dýchání přináší vedle tělesného užitku i výrazný užitek duchovní. Realizuje se prostřednictvím kontroly vdechu a výdechu. K podpoře koncentrace přitom slouží prokládání každého cyklu dočasným zadržením dechu. Chcete-li prožít dotyk pránických proudů ve vašem těle, věnujte se například následujícím cvičením:

Zaujměte některý ze základních ásánů – či si prostě jen zpřímá sedněte na židli, chodidla celou plochou na podlaze, ruce na kolenou. Pravou nosní díрку si přivřete palcem pravé ruky a při odpočítávaných dvaceti sekundách pomalu vydechnete levou nosní dírkou. Tou pak deset sekund nadechnete. Zadržte dech, vyměňte ruce a opakujte totéž na druhé nosní dírci. Jeden cyklus prána-jámy obnáší čtyři opakování. Provádějte ráno či večer, s prázdným žaludkem. Začínějte s pěti minutami cyklů, skončete na dvaceti minutách provádění.

Po zvládnutí tohoto úvodního cvičení zvyšte periody na třicet a patnáct sekund, prodlužte dobu zadržení dechu.

Vydechnete patnáct sekund, zadržujte dech patnáct sekund, nadechnete patnáct sekund.

Zvyknete-li si na tento režim do té míry, že jste schopni setrvat v něm celou hodinu, začněte vydechovat čtyřicet sekund a nadechovat dvacet sekund.

Nyní výdech dvacet sekund, nádech deset sekund, zadržení dechu třicet sekund. V této pokročilé fázi prána-jámy se během nádechu soustřeďte na zamyšlení se nad ctnostmi, pozitivními stránkami lidského života, jakými jsou láska, štěstí či soucit; při výdechu rozjímejte nad lidskými neřestmi, strachem, chtíčem, nenasytností, lakotou nebo sobectvím. Představujte si souběžně, že ctnosti vdechem absorbujete a neřestí se výdechem zbavujete. Budíte „Hadí sílu“, která přes jednotlivé čakra-

my prochází vaším tělem. Rozvíjíte koncentraci, *dharanu*, nastolujete mír v duši, *niyamu*.

Pránajámu provádějte v dobře větrané místnosti, nepřepínejte se, na cviky se hluboce soustřeďte, dýchejte rytmicky, vyhněte se mezním stavům, kdy byste museli lapat pod dechu. Pečlivě analyzujte a zapisujte si různé jevy, které budou toto cvičení provázet.

Puškvorcová droga jako stimulans vám pomůže zabránit nastupujícímu spánku, který se jinak u začátečníků často v těchto fázích duchovních cvičení objevuje. Užívejte ji však v takových množstvích, aby se její užití neodráželo v zrychlení dechu. Mějte na paměti, že vaše tělo je i vaším chrámem a puškvorec je tradičně užíván jako prostředník vstupu do hájemství těla. Chcete-li cvičit svou koncentraci, je puškvorec dobrým pomocníkem.

Nežádoucí účinky: Při některých experimentech s vyššími dávkami asaronů se u laboratorních potkanů zvýšilo procento vzniku rakovinných nádorů. Pravdou však zůstává, že objem asaronů vedoucí k těmto efektům je tak astronomický, že je takřka nereálné, že vzhledem k průměrné hmotnosti lidského těla by toto nebezpečí mělo být hodnoceno jako akutní.

Puškvorec byl patrně nejdříve užíván v indickém lékařství. I zde se stal součástí tradičních afrodisiakálních směsí, konzumovaných ve formě sladkých „bonbónů“, jejichž základními složkami se vedle puškvorce stala ambra a pižmo. V dnešní Indii a Číně se tyto cukrovinky prodávají nejen jako sexuální stimulans, ale i jako přípravek prodlužující život a odstraňující poruchy psychického původu.

Všehoj americký (americký žen-šen)

Zvyšuje adaptační schopnosti organismu, podporuje jeho vitalitu a působí anabolicky na regeneraci tkání



Taxonomické označení: všehoj americký (*Panax quinquefolium* L.)

Čeleď: aralkovité (*Araliaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Nezkulturněné oblasti severovýchodu Spojených států amerických, od Maine po Minnesotu, na jih až k horám severní Georgie a Arkansasu. V USA je také pěstován, a to na všech klimaticko-orograficky příhodných místech, tedy jak ve svém původním areálu, tak i na menších územích amerického středozápadu a na pobřeží Tichého oceánu.

Typ rostlinného společenstva: Roste jednotlivě na bohatých, vlhkých půdách v listnatých lesích.

Celkový vzhled: Všehoj americký je vzpřímená rostlina, dosahující výšky 20–40 cm. Vrchol stvolu nese tři složené listy. Každý z nich sestává z pěti úzkých řapíkatých lístků. Z těch jsou pak tři nejvýše posazené nápadně větší než dva zbyvající. Kvete od července do srpna. Šest až maximálně dvacet žlutozelených květů vytváří nepravé hrozny. Plody jsou nápadně karmínově zbarvené bobule.

Rostlina vyrůstá ze silného, dužnatého, větvenitého kořene, který může být maximálně 8 cm dlouhý a 3 cm silný, často je větvený.

Větvení začíná ve druhém roce věku; nejžádanější jsou kořeny vidlicovitého tvaru, které třeba jen vzdáleně připomínají lidskou postavu.

To platí i pro příbuzné druhy: především pro všehož pravý (*Panax schin-seng* NEES v. ESENB (syn. *P. ginseng* C. A. MEY.) z Dálného východu či pro některé z jihočínských druhů. V této souvislosti je možné se zmínit i o „sibiřském žen-šenu“ – jedná se o druh eleutero kokus ostnatý (*Eleuterococcus senticosus* (RUPR. et MAXIM) MAXIM, syn. *Acanthopanax senticosus*). Tento i z našich lékáren dobře známý druh byl používán ruskými kosmonauty jako speciální stimulantium před pobytem ve volném prostoru vně kosmické lodi.

Tradiční použití

Dálnovýchodním žen-šenem (z čínského jen-shen) jsou Číňané fascinováni již pět tisíc let. Podobně jako u mandragory lékařské jsou i u silných žen-šenových kořenů hledány podobnosti s lidským tělem. Číňané taktéž věří, že největší sílu kořen dostane, je-li vykopán o půl noci za měsíčního úplňku.

Kořeny žen-šenu požívají ke zvýšení své mužnosti a plodnosti muži celého Orientu po celá tisíciletí. V starodávném indickém receptu se hovoří o žen-šenu jako o „bylině, která dává mladým i starým sílu býka“ (*Altera Veda*).

Je zajímavé, že severoameričtí Indiáni se o zvláštní moci žen-šenu poprvé dozvídají až v 16. století. Poté se však s jeho užíváním setkáváme u všech indiánských kmenů v oblastech jeho přirozeném výskytu. Některé jižní kmeny ho používaly k přípravě originálního „nápoje lásky“, do něhož vedle v té době hojného všehoje amerického přidávaly i tabulky slídy, želatinu živočišného původu a ještě některé z hojně v Severní Americe rostoucích orlíčků. Mladé dívky těchto kmenů pak nechaly svým tajně vyvoleným nápoj pomocí nějaké lsti vypít a úspěch měl být zaručen.

Ze 4. století n. l. se nám ze starověké Číny dochovaly návody na přípravu exotických afrodisiakálních prostředků, připravených na bázi žen-šenu. Jeden ze zakladatelů čínské alchymie Čen-Nung v jednom ze svých spisů uvádí, že žvýkání syrového kořene „vzbuzuje pohlavní žádostivost a zahřívá tělo“. Nicméně je třeba otevřeně přiznat, že skutečná příčina užívání žen-šenu jako afrodisiaka spočívá především na základě principu léčení *similia similibus*, čili podle fyziognomie kořenu a jeho phalického tvaru.

Obsažené látky

Z kořene žen-šenu bylo izolováno šest různých glykosidů. Skupinovým názvem pro tyto žen-šenové esterové deriváty glycidů byl – podle

latinského rodového pojmenování – zvolen termín panaxosidy (konkrétně panaxosidy A-F). K nim se řadí tři látky glykosidové povahy, saponiny panaquilon, panaxapogenol, panaxin a silice panacen. Dále zde najdeme kyselinu panaxovou (tzv. panaxapogenol).

Stimulační účinek těchto saponinů však nemůže plně postihnout celkovou potenci žen-šenu jako tisíce let užívané drogy – a to jak v „klinické praxi“, tak i jako všeobecně rozšířené tonikum. Tyto účinky jsou totiž patrně podmíněny ještě dvěma saponiny: panaxasiolem a panaxatriolem. Jedná se o látky triterpenické povahy s izometrickou uhlovodíkovou strukturou ($C_{10}H_{16}$), kterou ostatně nacházíme v mnoho léčivých bylinách. Panaxadiol i panaxatriol jsou dnes užívány i v chemických laboratořích: jedná se o rozpouštědla, používaná při organických syntézách. Panaxatriol nacházíme přímo v kořenovém pletivu žen-šenu; k detekci panaxadiolu již musíme připravit z této tkáně výluh (extrakt).

Žen-šen je drogou nesmírně zajímavou: vedle výše zmiňovaných panaxosidů s jejich deriváty steroidního charakteru v jeho kořenu nacházíme vitamíny B_1 a B_2 , relativně vysoká množství anorganických sloučenin fosforu, železa, hliníku, mědi, manganu, kobaltu, síry a křemíku. Kořen je bohatý na amylázy a fenolázy.

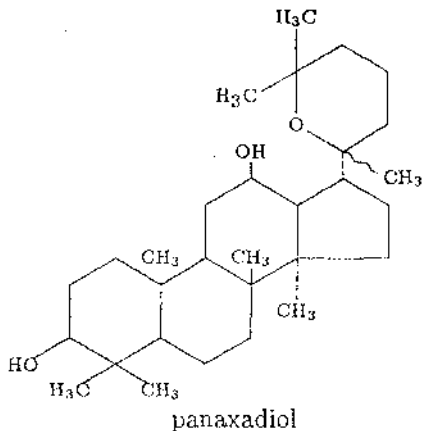
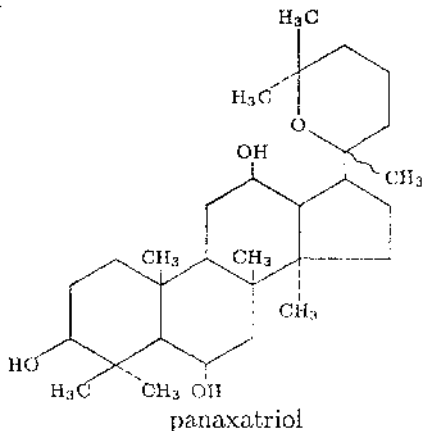
To, co žen-šen činí tak odlišným od ostatních rostlin, je steroidní charakter jeho nejdůležitějších obsahových látek. Zde může ležet klíč k vysvětlení proslulých stimulačních i obecně hojivých účinků této světoznámé drogy. Po ruce jsou i jiná vysvětlení. V roce 1955 například publikoval G. S. Ogoľovec práci o emisi jedinečného typu ultrafialového záření, které údajně stimulovalo zdravý vývoj tkání, a to zvláště v případě žláz s vnitřní sekrecí. Tato forma slabé radioaktivity dostala i svůj název: mitogenní radiace.

Primární farmakologický účinek

Panaquilon zvyšuje aktivitu žláz s vnitřní sekrecí. Panaxapogenol stimuluje metabolickou aktivitu, harmonizuje srdeční činnost a působí příznivě na tepny a žíly. Panaxin pozitivně ovlivňuje činnost srdce a oběhového systému. Panacen stimuluje míšní centra a uvolňuje psychické napětí.

Aplikační formy

Žen-šen můžete aplikovat mnoha způsoby. Nejúčinnější metodou se ale jeví žvýkání dvou až třicentimetrových kousků kořene o průměru do 1 cm. Zde je klíčový aktivizační účinek slin: budete-li tedy jakékoliv žen-šenové preparáty pouze polykat, snížíte jejich účinnost.



Klasickým čínským receptem je příprava žen-šenového čaje: povařte 1 čajovou lžičku vláken z kořenu v půl litru vody. Doba vaření: 10 minut. Dužnina přitom přirozeně také nepřichází nazmar – žvýká se a polyká. Čaj popíjete pomalu: dojde k přirozenému promíslení tekutiny se slinami ještě před polknutím.

Ve vlasti tradičního používání žen-šenu, v Číně, se ještě setkáváme s místním, velmi drahým vínem zvaným *kaoliang*. Žen-šen se zde louhuje v soudcích s vínem po dobu nejméně 3 let. Víno tím dostane nezvykle alkoholově silnou chuť. Po doušcích se popíjí před spaním.

A na závěr starý francouzský recept na víno „pro lepší lásku“: Naložte do 1 litru lehkého bílého burgundského vína po 30 gramech vanilkových lusků, skořicové kůry, sušeného kořene rebarbory a žen-šenu. Nechte stát tři týdny, každý den však obsah zamíchejte. Scedte přes plachetku a pro barvu přidejte trochu ambry.

Rituální příprava a použití

Naučit se užívat svou každodenní dávku žen-šenu jako všeobecně účinného sexuálního stimulantu se může stát činností tak automatickou, jakou je například ranní čištění zubů. Je jisté, že takto chápané užití žen-šenu se stalo neodmyslitelnou součástí taoistické orientace na sex jako jeden z prostředků k hlubokému vnitřnímu zážitku cesty. Přestože se samozřejmě vůbec nemusíme aktivně věnovat aplikaci taoistických axiomů sexuální praxe, můžeme chápat každodenní užívání žen-šenu jako pikantní příchut' k eskalaci potěšení ze života.

Taoisté věřili, že vzájemná vyrovnanost mužského a ženského prin-

cipu (protichůdné síly jang a jin) disponuje mimořádnou důležitostí i obecně pro jakýkoliv milostný poměr. Žijí-li milenci ve vzájemné harmonii, kombinací obou principů této tradiční čínské přírodní filosofie dojde jak k eskalaci životních sil obou partnerů, tak i k jejich sblížení s kosmickými silami, odpovědnými za hmotný vesmír. A z hlediska vlastního vztahu taoisté věřili, že jsou-li oba milenci obecně v rovnováze, pak ani jeden z nich nebude usilovat o prožitek rozkoše bez účasti druhého.

Takto chápaný milostný vztah se může stát cennou inspirací i pro náš každodenní život. Aby oba z heterosexuálních partnerů žili v harmonii, potřebují opačnou energii, energii toho druhého. Taoismus učí, že budou-li si muž i žena předávat vzájemně energii opačné polarizace, pak si oba zlepši zdravotní stav a prodlouží život. Vlastní prožitek orgasmu zde není až tak důležitý – taoisté tvrdí, že „životní síla“ je obsažena v jeho hmotných produktech (tj. ejakulátu a poševním sekretu) a nikoliv v jeho emočním náboji. Orgasmus je tak pouhou součástí vzájemného působení a souhry obou pohlaví.

Moderní psychologie a sexuologie nás učí nahlížet na pohlavní život jako na nesmírně důležitou součást celého života. Taoisté na pohlavní život nahlíží jako na proces, ve své celistvosti symbolizující vesmírné síly a vztahy. Z toho vyplývá i pro nás zcela opačné chápání „pohlavního sobectví“: pro taoistu by to znamenalo přimět svoji partnerku k co nejvyššímu počtu orgasmů při vlastní snaze po zabránění emitování vlastní síly (při orgasmem vyvolané ejakulaci). Náš, západní „sexuální sobec“ naopak baží po vlastních orgasmech bez zájmu o partnera a vyvolání vzájemné rozkoše.

V taoismu praktikovaný sex je v podstatě formou meditace, která může trvat i několik dní. Při těchto technikách, podobných jogínským cvičením, se pro uchování duševní i tělesné svěžesti a síly taoisté udržují po celou dobu ve stavu hlubokého vnitřního klidu. Neprobuzená žádostivost po orgasmu umožňuje adeptům vysoké taoistické magie setrvávat v emočním klidu a netečnosti, a tak otevřít každý pór svého probuzeného těla transcendentálním vjemům z pomalu se odvíjejícího aktu fyzické lásky.

Pro nás je orgasmus nejvyšší metou pohlavního aktu. Není-li dosažen, nastupují neurotické stavy. Brát však takovýto poměr k sexu za jedině možný je docela jistě jen otázkou našich kulturních předsudků (viz též například magické praktiky spojené s aplikací damiány). Provádíte-li pohlavní styk s trvale probuzeným vědomím, stane se vám pak i jeho případné ukončení orgasmem stejně tak hodnotné, jako celý styk sám, byť by orgasmem završen nebyl. V obou případech však sex

není chápán jako primárně rozplozovací akt, ale jako prostředek k jiným cílům – ať už se jedná o rekreační, osvěžující hru či o cestu k tajům přírody a schopnostem stát se imunním vůči nemoci či smrti.

Často jsme svědky snahy o co největší počet orgasmů bez toho, že bychom věnovali pozornost hloubce prožitku. Starověké taoistické přístupy tak mohou vnést do našeho ustáleného vnímání sexu nový rozměr. Budou-li se oba partneři snažit vzájemně doplňovat, docílí harmonického vztahu, který je posléze nesmírně obohacující.

Kromě toho mějte na paměti i jiná užitečná pravidla sexuálních zvyklostí staré Číny. Při milování dbejte na to, abyste vzájemně nepřišli ani o píd' partnerových životodárných tekutin! A když je touha po orgasmu tak silná, že už ji nedokážete vydržet, podvolte se jí a své síly pak znovu obrodte posrkáváním dobrého žen-šenového čaje!

Bylo by chybou se domnívat, že se velcí taoističtí mistři soustřeďují pouze na zvládnutí způsobů, jak nemrhat svou fyzickou podstatou a zažehnat nekontrolovatelné stavy žádostivosti při setrvávání v rozkoši. Jako zdatní praktikové lidového léčitelství jednak navrhuji aplikaci různých bylin a přírodních medikamentů k dlouhodobému uchování plodnosti a jednak vymezují používání specifických poloh při styku s cílem léčit některé neduhy.

Nežádoucí účinky: Dnes může každý, kdo chce být „mitogeneticky“ ozářen či sexuálně inspirován, zajít do libovolné lékárny a zakoupit některý z přípravků, obsahující výtažek z žen-šenového kořene. Je však zapotřebí vědět, že i zde platí osvědčená zásada o ceně výrobku jako odrazu jeho kvality. Levné žen-šenové preparáty totiž pocházejí z pěstovaných kultivarů, obecně vykazujících nižší účinnost. Cena výrobku se v případě žen-šenu stává opravdu důležitým kritériem volby.

Čínští bylinkáři rozlišují několik kategorií žen-šenového kořenu. Známé je klasické dělení na černý kořen (chong-sam) a bílý kořen (pak-sam). Nejdražší kořeny se označují jako tung-pei a jejich cena například na trhu v Hongkongu dosahuje až 8 000 \$ za 30 gramů.

Yahé

Zdroj psychické energie a sexuálního
povzbuzení



Taxonomické označení: *Banisteriopsis caapi* (SPRUCE EX GRISEB.) MORTON

Čeleď: *Malpighiaceae*

Oblast přirozeného výskytu: Povodí Amazonky, pacifické pobřeží Kolumbie, Ecuador, část Peru.

Typ rostlinného společenstva: Tropické deštné lesy Jižní Ameriky.

Celkový vzhled: Velká liána tropické džungle. Borka je hrubá, vrásčitá. Listy vejčité kopinaté, 9 cm dlouhé a 5 cm široké. Z úžlabí listů vyrůstají lody s rychle odkvétajícími karmínově růžovými kvítky. Plody jsou křídlaté, červenohnědé nažky.

Tradiční použití

Indiánské kmeny z povodí Orinoka a Amazonky využívají yahé v mnoha tajemných ceremoniálech. Rostlina vyvolává telepatické a věštecské schopnosti a indiáni věří, že se pod jejím vlivem mohou dostat až k podstatě všeho dění.

Kolumbijští indiáni tuto drogu podávají dospívajícím chlapcům při obřadech vstupu mezi dospělé; mladíkům slouží především k překonání bolesti a nástrah těchto rituálů. V Brazílii a Peru slouží yahé jako součást magických obřadů, spojených s kmenovými legendami a mytologií. Peruánští šamani ji navíc používají k diagnóze a léčení různých nemocí. V nejsevernější oblasti výskytu yahé se využívá kvašeného odvaru z této liány k vyvolávání prorockých snů a jako halucinogenu při magických operacích.

Yahé má několik synonym – nejznámější jsou ovšem ayahuasca a caapi. V odborných kruzích však nepanuje jednota v názoru, z které rostliny takto označované drogy vlastně pochází. Vedle zmiňované *Banisteriopsis caapi* (SPRUCE ex GRISEB.) MORTON a příbuzného druhu *Banisteriopsis inebrians* MORTON do úvahy ještě připadají neotropické druhy, stromovitý *Haemadictyon amazonicum* LINDL. z čeledi toješťovitých (*Apocynaceae*) a dřevnatý durman s nápadně velikými růžovými květy *Datura suaveolens* HUMB. et BONPL. z čeledi lilkovitých (*Solanaceae*). Dnes se má však za to, že obě posledně jmenované rostliny z naprosto odlišných čeledí slouží pouze jako přísady k různým aplikačním formám lián rodu *Banisteriopsis* ku zvýšení celkového účinku podávané drogy. Někdy se ještě přidávají listy druhu *Banisteriopsis rusbyana* (NDZ.) MORTON, obsahující vysoké koncentrace dimethyltriptaminu. Takto připravená směs se potom označuje jako *oco-yahé* či *ococaye* a listy posledně jmenovaného druhu indiáni přidávají právě z důvodu „zintenzívnění a prodloužení“ vizuálních prožitků intoxikovaných osob.

Indiáni z oblasti řeky Rio Napo míchají extrakt z *Banisteriopsis caapi* (SPRUCE ex GRISEB.) MORTON s *Haemadictyon amazonicum* LINDL. Takto připravená směs potlačuje děsivé halucinace, vyvolané čistým extraktem z *Banisteriopsis caapi* (SPRUCE ex GRISEB.) MORTON. Toto působení bude patrně spojeno s obsahem MAO inhibitorů (viz iboga) v přípravcích z yahé.

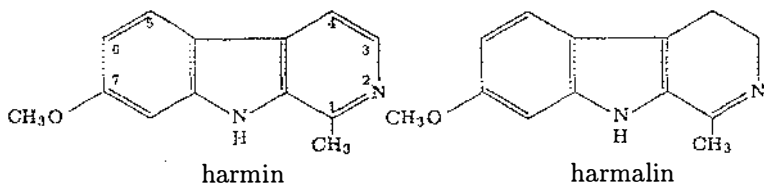
Obsažené látky

Yahé obsahuje ne zcela běžné psychoaktivní indolové alkaloidy harmin, harmalin a harmalol (4-tetrahydroharmin). Ty působí jak na CNS, tak i na zvýšení sexuální potence. Sexuální odezva u laboratorních myší následovala po dávce 5 miligramů harminu.

U člověka vede podkožní aplikace 25–75 miligramů harminu k vyvolání euforického stavu. Plný účinek na astrál se u samotného harminu objevuje až u dávek 500–700 miligramů. Zajímavé je, že zkombinujete-li harmin s harmalinem, stačí vám k dosažení téhož efektu dávka poloviční. Jak bylo již výše naznačeno, u těchto indolových harmalinových alkaloidů je pozorován daleko silnější účinek jejich kombinací než jejich samostatná aplikace.

Na CNS působí každý harmalinový alkaloid. Jeden z nich, 6-methoxytetrahydroharman, byl však nalezen přímo v epifyze zvířat i člověka. Existují názory, že tento alkaloid je v epifyze jogínských mistrů (guruů) a duchovně mimořádně vyspělých lidí (lidí s probuzeným „třetím

okem“) v mnohem vyšších koncentracích než u ostatní populace. Je tedy zřejmé, že produkce této látky je dáována do souvislosti s duchovním vývojem.



Primární farmakologický účinek

Droga umocňuje telepatické schopnosti a prohlubuje mimosmyslové vnímání, a to až do oblastí vně našeho standardně využívaného vědomí (proto první alkaloid, který byl z yahé izolován, dostal jméno *telepathin*).

Při prvním požití preparátů z yahé se u většiny lidí objevují příznaky žaludeční nevolnosti, někdy končící zvracením. Droga sama začíná působit až jednu hodinu po požití; účinkuje pak po dobu až osmi hodin. Neobjevují se změny vnímání prostřednictvím sluchových a zrakových halucinací, které jsou typickými příznaky intoxikace jinými indolovými alkaloidy, jako např. LSD nebo psilocybinem (psilocybin je indolový derivát, získávaný z plodnic některých středoamerických lupenatých hub rodu lysohlávka (*Psilocybe*, čeleď límčovkovité – *Strophariaceae*). Vnímání okolí je tedy v principu nezkreslené, dochází však k vrstvení jednotlivých vjemů a simultánnímu vnímání jednotlivých velmi sugestivních a nápadně barevných obrazů. Často přichází sice dlouhodobý, přesto však jen lehký narkotický spánek. Vnímání času i sluchových podnětů však zůstává nezměněno.

Jak bylo výše zmiňováno, harmalinové alkaloidy působí také jako MAO inhibitory. Jejich působení je však v tomto ohledu dosti krátkodobé. V malém množství droga stimuluje libido, ve velkém množství vyvolává neobyčejně ostré a výrazné zrakové vize zdánlivě se měnících rozměrů u jedněch a týchž objektů. Je-li droga podána v opravdu nepřiměřeném množství, dochází k vyvolání děsivých halucinací a celkovému navození dlouhodobých psychotických stavů.

Aplikační formy

Stonek yahé se nejprve roztluče v hmoždíři obvykle s výše zmiňova-

nými psychoaktivními rostlinami. Vzniklý prášek se poté vaří v malém množství vody po dobu osmi hodin. Roztok se scedí. Po těchto úpravách zbyde asi desetina původního množství vody. Pro začátečníka je vhodná dávka asi 30 ml tohoto nápoje; při standardních aplikacích se však podává více než 100 ml, obsahujících přibližně 500 mg harmalinových alkaloidů.

Harmalinové alkaloidy jsou jen velmi pomalu absorbovány trávicím ústrojím. Proto se někdy volí jiná aplikační forma, vtažování nosem – zde dosáhnete téhož efektu při 5–10krát menší dávce. V tomto případě je však nutné počítat s tím, že prášek z yahé způsobí intoxikovanému několikadenní silné bolesti horních cest dýchacích. Nejlepší aplikační formou – a to zvláště pro čisté, extrahované harmalinové alkaloidy – je vložit 25–100 mg dané substance pod jazyk a nechat je pomalu rozpouštět slinami.

Rituální příprava a použití

Cestovatelé, kteří byli očitými svědky indiánských ceremoniálů s pozitivním preparátů z yahé, shodně hovoří o silné empatii mezi jejich účastníky. Pravdou je, že patrně většina zúčastněných prožívá obdobné zážitky. Intoxikovaní mají navíc silnou tendenci tyto zážitky sdělovat druhé osobě, a to jak slovy a zvuky, tak i gesty. Zdali však tato druhá osoba je schopna takovéto komunikaci rozumět, je už samozřejmě věc jiná...

Obecně platí, že neexistuje žádný univerzální návod, jak se vyhnout názorovým neshodám se svým parterem. Nicméně jedno je jasné: falešné sliby, klamání sladkými řečmi, škemrání, jedovaté narážky, překrucování faktů a chození okolo horké kaše jsou těmi nejčastějšími příčinami takovýchto neshod. Pokud si stanoviska v klidu nevyjasníme, pokud neřekneme, o co vlastně jde, ale pouze cosi naznačíme – potom se sami připravujeme na možné dezinterpretace našich slov. A špatný výklad je jako zárodek podezřívavosti a neupřímnosti.

Jedním z největších neštěstí naší uspěchané doby je neschopnost vcítit se do prožitků druhých. Právě empatie je tou nejkultivovanější formou komunikace, komunikace založené na vzájemném pochopení názorů, pocitů a představ toho druhého, aniž by však bylo bezpodmínečně nutné s těmito názory bezvýhradně souhlasit. Při takového komunikaci by si člověk měl v duchu klást otázky typu „Rozumím mu (jí) opravdu dobře? Co ve skutečnosti cítí, co mi chce sdělit? Jak bych se sám cítil, kdyby odpověděl(a) tak, jak jí nyní odpovídám já?“ a předem vyloučit vlastní požadavky typu „Ty musíš myslet, cítit a jednat přesně jako já!“

K rozvoji vlastní empatie je tedy zapotřebí:

1. Raději druhého pozorně vyslechnout, než mu hned odporovat, vyvracet jeho slova či podobně negativně reagovat.
2. Nebát se strávit s druhou stranou i delší dobu, vše dobře probrat a uvážit.

Objeví-li se v komunikaci – a to ať mezi manžely, obchodními partnery či národy – rozpory, nastane jedna ze tří možných situací:

- převládne dominance jedné strany; výsledkem je nepřátelství, válka,
- dojde k vzájemnému či jednostrannému ústupu; výsledkem je rozvod, odloučení, izolace,
- nastolí se kompromisní řešení; výsledkem je „pro každého něco“.

Nejslibnější je tedy politika vzájemné výměny názorů a kompromisu. Nabídneme vám jeden z možných receptů pro případ opakovaných jednání, při kterých se budete snažit obrousit třecí plochy nesmiřitelných stanovisek a zažehnat nebezpečí těžkého nedorozumění:

1. Pokud jsou obě strany silně časově zaneprázdněny, je dobré se předem přesně domluvit na třeba jenom formálním setkání, které by bylo oboustranným signálem k ochotě ke kompromisu. Pokud následně jeden z partnerů takovéto setkání odloží, může to být decentní vyjádření jeho nesouhlasu s kompromisem, ale zároveň demonstrace snahy vyhnout se konfrontaci.
2. Dojde-li ke schůzce, musí se všichni zúčastnění vyjadřovat velmi přesně a nejlépe v pozitivních termínech, tedy co chtějí, po čem touží, co očekávají. Vyhýbejte se zjednodušujícím formulacím – předejdete tak tendenčním interpretacím vašich slov. Neříkejte, co byste nechtěli a co nebudete tolerovat, ale co chcete a jak si to představujete.
3. Mějte stále na paměti, že vaším cílem je nalézt oboustranně přijatelnou cestu. Vyhýbejte se osočování a odsuzování chování partnera. Naopak: podtrhněte ty aspekty chování druhé strany, které se vám zdají být pozitivní. Trvejte na takových pravidlech hry, která nebudou házet veškerou vinu pouze na jednu stranu. Každá mince má dvě strany a vy se přece snažíte pochopit a pojmenovat tyto rozdíly.
4. Neútočte na city druhé strany. Učinit ústupek je lepší, než prosadit svou citovým vydíráním – to se totiž vždy časem vrátí jako bumerang! Překousněte třeba i nepřátelské chování partnera – nesnižte se však přitom k nějakému vlastnímu ponížení.
5. Zůstaňte klidní a trpěliví! Vycházejte z toho, že nikdo nechce

vyklidit pozice bez boje. Neodbočujte od tématu, nevracejte se k dříve použitým argumentům či k minulým hádkám a polemikám. V klidu si vyjasněte stanoviska k budoucímu vývoji vztahu a přičiňte se o vypracování vzájemného kompromisu.

6. Na závěr vezte, že vzájemná dohoda může přijít pouze tehdy, když jí předchází ochota hovořit o problému!

Povzbudte své empatické myšlení šálkem yahé, podávaným přibližně hodinu před plánovaným rozhovorem. Harmalinové alkaloidy otevřou vaše nitro názorům vašeho partnera. Je to asi tak, jako když „kolektivní nevědomí“ vás obou přejde do bezprostřední reality. Vcítění se do prožitků druhého stálo u zrodu používání této drogy jihoamerickými Indiány. Teprve následně se patrně využily narkotizační účinky pro magické rituály. Musíme vycházet z toho, že svým způsobem nepřátelská příroda tropické džungle vyvolávala v jejích obyvatelích instinktivní touhu po dobré vůli a vzájemném pochopení. Ale to samé platí i pro náš moderní, městský styl života konce 20. století!

Nežádoucí účinky: Vzhledem k působení drogy jako mírného MAO inhibitoru upozorňujeme na obezřetnost stran možných kontraindikací (viz iboga).



harmala mnohodílná



mučenka jedlá

Harmalinové alkaloidy nalezneme i v následujících rostlinách: a) harmala mnohodílná (Peganum harmala L.) z čeledi kacíbových (Zygophyllaceae), známá jako syrská routa. Areál původního rozšíření zahrnuje oblast kolem Středozemního moře a část Středního východu, střední Asie

a severní Afriky; v současnosti pěstovaná na jihozápadě USA. Z oleje jejích semen se vyrábí barvivo známé pod názvem turecká červeň. V Egyptě je tento olejový extrakt prodáván pod názvem „zit-el-harmel“ jako účinné afrodiziakum. b) *Zygophyllum fabago* L. přestože, stejně jako *harmala* pochází také ze Starého světa, hojně se dnes pěstuje v pouštních oblastech při jihozápadním, pacifickém pobřeží USA a ve státech Washington a Idaho. c) mučenka jedlá (*Passiflora incarnata* KER-GAWL.) z čeledi mučenkovitých (*Passifloraceae*) (syn. *P. edulis* SIMS.), původem z Brazílie, katolickou církví uznávaný symbol Umučení Ježíše Krista. Některé z derivátů harmalinových alkaloidů, které vykazují silné MAO inhibiční účinky, jsou součástí preparátů léčících Parkinsonovu chorobu.

Yohimbe

U mužů vyvolává silnou erekci, u obou pohlaví stimuluje libido

Taxonomické označení: *Pausinystalia yohimbe* PIERRE

Čeleď: mořenovité (*Rubiaceae*)

Oblast přirozeného výskytu: Tropy západní Afriky s centrem výskytu v Gabunu, Nigérii a Kamerunu.

Typ rostlinného společenstva: Tropické džungle v nižších nadmořských výškách.

Celkový vzhled: Relativně mohutný strom, vzácně dosahující až 20 m výšky. Více než desetimetrové listy ve tvaru protáhlé elipsy. Semena jsou křídlatá.

Tradiční použití

Droga z yohimbové borky je tradičně užívána černošskými kmeny jazykové oblasti Bantu při svatebních mystériích. Její postavení je velmi specifické, protože užití je přísně vázáno na období deseti až patnácti dnů po oddání mladého manželského páru.

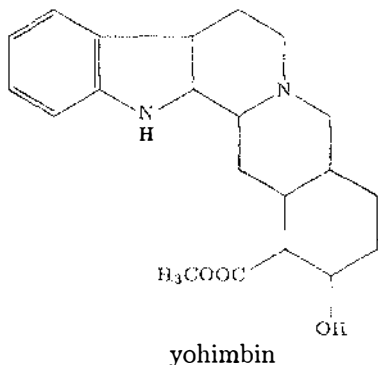
Obsažené látky

Aktivními komponenty drogy jsou indolové alkaloidy yohimbové řady yohimbin, yoimbilen a ajmalin. Ze všech těchto alkaloidů klíčovou roli hraje yohimbin.

Yohimbin byl také nalezen u afrických pryšců (*Euphorbiaceae*) rodu *Alchornea* SW. U těchto rostlin se nachází v kůře kořenů. Domorodci jej získávají macerací rozřezaných plátů kořenové kůry. U stromovitých rostlin neotropické oblasti rodu *Schinopsis* ENGL. z čeledi ledvinovnickovitých (*Anacardiaceae*) nacházíme hydrochlorid yohimbinu, známý jako

quebrachin. Quebrachin je osvědčeným prostředkem snižujícím horečky.

Borka yohimbe, strychnin a methyltestosteron v jisté přesně stanovené kombinaci poskytují nosný základ některých afrodisiakálních léčiv, v současnosti používaných v humánní medicíně.



Primární farmakologický účinek

Lýková (vnitřní) část borky yohimbe obsahuje látky se silným stimulačním a afrodisiakálním efektem, využívaným obyvateli území mezi Nigérií a Kamerunem při rituálních orgiích, spojených se vstupem do manželství. Účinné alkaloidy působí na CNS jednak stimulačně, ale v jistých koncentracích též halucinogenně. Jelikož se jedná o účinnou látku, je nutno počítat také s vedlejšími efekty – zde se konkrétně jedná o inhibici produkce tkáňového hormonu serotoninu v CNS, což samo o sobě vede k halucinačním stavům, při dlouhodobém užívání i k nespavosti a depresím.

První projevy spočívají v pocitu ochablosti údů a mírné roztěkanosti, jsou podobné iniciálním efektům aplikovaného LSD. Poté se objevuje střídavé mrazení a pocity horka v oblasti míchy, doprovázené lehkou závratí a žaludeční nevolností (zde analogie s amfetaminy). Následuje pocit uvolnění a jakési opilecké nevázanosti s doprovodnými sluchovými a zrakovými halucinacemi. Poslední stádium intoxikace spočívá v přímém efektu na míšní centra odpovědná za erekci pohlavního údu. Tento efekt může trvat od dvou do čtyř hodin.

Aplikační formy

Alkaloidy yohimbové řady se nejnázne vstřebávají přes sliznice no-

su nebo prostřednictvím slinných žláz po aplikaci pod jazyk. Dojde-li k jejich vstupu do trávicího ústrojí, reagují nejprve s kyselinou chlorovodíkovou, obsaženou v žaludečních šťávách. Po této reakci dochází k výraznému zvýšení jejich rozpustnosti a následně lepší asimilaci prostřednictvím vstupu do krve.

Pro vlastní přípravu drogy známe několik možných způsobů. Tradiční aplikační formou je odvar z 30 g yohimbové kůry, nejméně čtyři minuty prudce povařená asi v půl litru vody. Poté se oheň ztlumí a kůra se nechá louhovat ještě v průběhu dalších alespoň 20 minut. Nápoj se zcedí a popíjí hodinu před dobou, kdy očekáváme žádoucí efekt.

Přidáte-li do nálevu jeden gram kyseliny askorbové (vitamín C), dojde k tvorbě yohimbinových a yohimbilinových askorbátů. V této formě jsou oba alkaloidy silně rozpustné, a tím pádem i podstatně snáze vstřebatelné. Neobjevují se ani doprovodné stavy žaludeční nevolnosti (ty je ostatně možné omezit čtyřiceti osmi hodinovou hladovkou před předpokládaným požitím drogy).

Daleko nejúčinnější aplikační formou je extrakt z plátů vnitřní strany yohimbové borky v ethylalkoholu. Dávka pro jednu osobu se připraví opět z 30 gramů borky, naložené do ginu nebo vodky přinejmenším po dobu osmi hodin. Po odstranění borky se nechává alkohol pomalu odpařovat, nejlépe ve vodní lázni při teplotě 60 °C–90 °C. Při použití oněch 30 g borky můžeme očekávat zisk asi 1–1,5 g koncentráту účinných látek. Ten se aplikuje buď pod jazyk, nebo se vtahuje nosem. Následný efekt je přirozeně ještě výraznější a dostavuje se již během deseti až dvaceti minut po aplikaci.

Rituální příprava a použití

Yohimbe je rostlina s výsavním postavením: její užívání je přísně omezeno na slavnostní akt svatby a sama o sobě je Bantui chápána jako zpečetění manželského slibu. Přestože v dnešním světě by pouze takto uzavírané svazky nebyly považovány za legální, zkušenost říká, že mystické modlitby, doprovázející užití yohimbe vedou u bantuských novomanželů k ještě silnějšímu pocitu odpovědnosti za nově nabytí stav než úřední svatební rituál západního světa.

V pohanských svatebních rituálech hraje velkou úlohu institut dotyku. Děti jsou zde již od nejútlejšího věku vedeny k „předávání lásky dotykem“. A tak jak na jejich dotyky reagují v jejich domovech chována zdomácnělá zvířata, tak se děti učí své dotyky zdokonalovat až do stupně vysoké výmluvnosti. Dospělí jsou pak schopni předat dotykem pocit lásky, stejně tak jako poskytovat útěchu, dodávat odvalu a léčit.

Dotyky se tak stávají i neoddělitelnou součástí svatebního rituálu. Do našich dnů se prvek dotyku při svatebních rituálech zachoval v podobě sepnutí rukou novomanželů na závěr obřadu. I zde sepnutí rukou symbolizuje zaslíbení duší novomanželů vyšší moci, neboť „co Bůh spojil, člověk nerozdělí“.

Dotyk rukou duchovně spojuje obě těla, dochází ke vzniku těla jednoho a k probuzení třetího oka. Probudte jej i vy:

Rozprostřete své vnímání do co možná největší šíře. Celý akt vnímání vámi musí projet od konečků vlasů až po prsty na nohou a zpět. Plně procíťte celé své vlastní tělo, zapojte všechny smysly.

Nechte své vnímání rozprostřít do partnerova těla. Jeho tělo vnímejte, jako by bylo vaším vlastním. Počítky a vjemy jeho těla pak vnímejte, aniž byste je hodnotili prizmatem vlastního já. Pokud budete přesvědčeni o tom, že toto obtížné „cvičení“ zvládnete, jistě se vám to podaří.

Spojte vjemy obou těl do vjemu společného. Nechte své vědomí proplouvat oběma těly, jako by to ani dvě těla nebyla. Vnímejte sebe sama jako bytost s čtyřmi končetinami a dvěma hlavami.

V poloze vleže je možno představit si novou bytost jako jedno tělo s hlavami na protilehlých koncích těla. Dostanete-li se až k této fázi, důležitým pravidlem je zcela se vyhnout jakýmkoliv pohybům.

Nežádoucí účinky: Vzhledem k tomu, že droga působí jako MAO inhibitor, je nutné vyvarovat se její kombinace s látkami, které při společném užití vedou k prudkému poklesu krevního tlaku (viz iboga). V souvislosti s yohimbe je však možno upozornit i na kombinace, vedoucí naopak k prudkému zvýšení krevního tlaku: zde se jedná o společné užití MAO inhibitorů s amfetaminy, LSD, kokainem a některými mléčnými produkty. Barbituráty a některé uklidňující prášky také částečně blokují účinky yohimbe. Obecnou zásadou je, že alespoň deset hodin po požití yohimbového preparátu by v žádném případě nemělo dojít k aplikaci žádné další drogy.

Rauwolfie (Rauwolfia serpentina (L.) BENTH.) obsahuje alkaloidy yohimbové řady společně s indolovými alkaloidy. Po požití drogy z této rostliny dochází k spontánnímu vyvolání silné inhibice monoaminových oxidáz, s čímž se lidské tělo vyrovnává v individuálních případech od dvou dnů až po několik týdnů.

ČÁST II. AFRODISIAKA TROCHU JINAK

*„Nejelementárnější a nejdůležitější erotogenní zónou
lidského těla je náš mozek.“*
Z životopisu Gabriela D'Annunzia (1863–1938)
od ANATOLA BROYARDA

Hormony

Pojem *hormon* poprvé užil anglický lékař dr. Ernest Starling; bylo to v roce 1904. Slovo má řecký základ a znamená „uvést do pohybu“ či „stimulovat, podněcovat“. V Starlingově pojetí jsou hormony chemickými sloučeninami, vytvářenými žlázami s vnitřní sekrecí, které prostřednictvím krve ovlivňují růst, vývoj a fungování ostatních částí těla. Podíváte-li se do dnešních encyklopedií, zjistíte, že tento názor trvá dodnes.

Mozek

Z čistě materialistického hlediska je lidský mozek jeden a půl kilogramovou masou růžovošedé tkáně tvořené neurony; ty v některých částech mozku dosahují koncentrace 2,4 milionu buněk na krychlový milimetr. Neurony tvoří šedou hmotu mozkovou, nervová vlákna se svými obaly pak bílou hmotu mozkovou.

Dojde-li z jakékoliv příčiny k poškození neuronu – a to jak zraněním, tak i zcela zákonitými změnami v průběhu stárnutí – ten již není schopen obnovy a je pro mozek navždy a nenávratně ztracen. V podstatě se tedy rodíme s veškerou neuronovou „výbavou“, která se již neobnovuje – v průběhu života nám nezbyvá nic jiného, než využívat jeho programové předimenzovanosti, která se projevuje například tím, že přestože nám každý den odumírá přibližně tisíc neuronů, pozorovaný úbytek „bystrosti ducha“ se projevuje až v pokročilém stáří.

Mozek se skládá z různých částí, z nichž každá disponuje několika klíčovými vlastnostmi. Například v mozkovém kmenu lokalizovaný mozeček reguluje základní tělesné funkce, jakými jsou činnost srdce, tlak krve, dýchání nebo trávení; vedle toho je i centrem našich instinktů. Mozeček je z obou stran obklopený dvěma oddělenými polokoulemi,

mozkovými hemisférami, které jsou sídly všech center určitým způsobem cíleného chování. Hemisféry jsou pokryty slabou vrstvou neokortexu (vnější mozkové kůry s neurony), zbrzděné do nesčetných záhybů. Zato pouze dva a půl milimetru silná vrstva nám umožňuje přemýšlet, dorozumívat se či prožívat tak prchavé emocionální stavy, jakými jsou třeba doteky lásky...

Jak však mozek ovládá tělo? Odpověď zní: prostřednictvím hormonů. Přestože je na této mapě ještě řada bílých míst, je už dlouhou dobu prokázáno, že viníkem celé řady poruch vývoje či naopak změn v dospívání nebo pravidelných menstruačních period jsou právě hormony. I když je neznáme, opomenout je nemůžeme.

Žlázy s vnitřní sekrecí

Sečteme-li hmotnost (v gramech) všech třinácti žláz s vnitřní sekrecí, dojdeme k číslu 60. Přesto se však jedná o orgány s klíčovou důležitostí pro celé tělo. V těle se nacházejí ještě jiné žlázy – například ledviny či potní žlázy – kde k vylučování dochází prostřednictvím speciálních orgánů, rourek či vlasečnic; zde hovoříme o žlázách s vnější sekrecí.

Hormony žláz s vnitřní sekrecí působí na fyziologii našeho těla naprosto zásadním způsobem. V souvislosti s nimi musíme hovořit jak o regulaci růstu metabolismu i vlastní funkce většiny orgánů, tak i o regulaci naší sexuality a rozmnožovacího pudu. Tyto žlázy jsou rozmístěny na různých místech našeho těla; řízeny jsou však z jediného centra.

Usměrňování exkrece hormonů do těla je totiž společně řízeno hypothalamem a hypofýzou. Nadřazenou úlohu v tomto spojení hraje hypothalamus, činnost hypofýzy je zde až sekundární. „Dirigentem“ hypofýzy je tedy hypothalamus. Hypofýza pak řídí zbývající žlázy s vnitřní sekrecí. Je umístěna ve spodní části mozku a vylučuje nejméně devět dosud popsaných látek. Jednou z nich je například hormon gonadotropin, ovlivňující produkci pohlavních hormonů. Většina těchto dosud popsaných látek, vylučovaných hypofýzou, nemá žádný jiný účel než informovat určitou žlázu v těle, aby sama začala produkovat svůj vlastní, specifický hormon.

Další částí mozku je epifýza. Její funkce je doposud značně nejasná, nicméně je pravděpodobné, že má co do činění s vnímáním světla, metabolismem a exkrecí hormonů. S epifýzou jsou dnes spojovány změny v odezvě imunitního systému na střídání ročních období. Na druhé straně je však právě epifýza tím orgánem, který je negativně ovlivňován střídáním letního a zimního času, noční prací v umělém osvětlení, atd.

Co se však týká metabolismu, skutečně rozhodující roli v něm sehraávají hormony štítné žlázy. Ta se již nenachází v oblasti mozku – najdeme ji po obou stranách průdušnice. Jí produkované hormony ovlivňují rychlost trávení a vstřebávání látek. Dojde-li k jejich nadprodukcii, dostavuje se neklid, trvalé rozčilení a podrážděnost, atrofie štítné žlázy naopak ústí k netečnosti až kreténismu.

Na zadní straně štítné žlázy jsou po dvou párech uložené příštitné žlázy. Přestože každá z těchto čtyř žláz není větší než zrnko rýže, řídí společně celý metabolismus vápníku a fosforu v našem těle.

Na horních pólech ledvin jsou uloženy nadledvinky, produkující, kromě jiného, hormon adrenalin. Ten reguluje krevní tlak a podílí se na přenosu nervových vzruchů.

Nejsložitější žlázou s vnitřní sekrecí je slinivka břišní. U ní se setkáváme jednak s produkcí trávicích, pankreatických šťav, jednak s tvorbou inzulínu, která probíhá v buňkách, uspořádaných do tzv. Langerhansových ostrůvků.

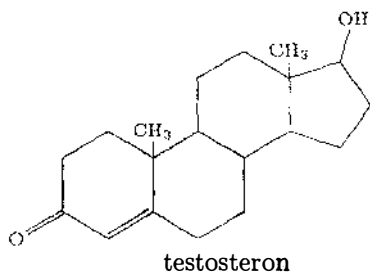
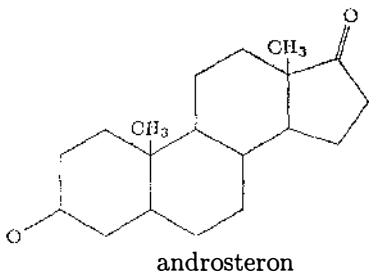
A na závěr nám zbývají pohlavní žlázy – varlata u mužů a vaječníky u žen.

Pohlavní hormony

Na produkci pohlavních hormonů se podílejí vaječníky a varlata, hypofýza s hypotalamem, částečně i nadledvinky. Většina pohlavních hormonů je steroidní povahy. Tyto polycyklické organické sloučeniny jsou ve svém účinku determinovány malými skupinami molekul, vázanými na funkčních místech jejich aromatických jader. Skupina steroidů je jinak nesmírně bohatá a zahrnuje celou řadu specifických látek, které nemají žádnou souvislost s činností pohlavních orgánů.

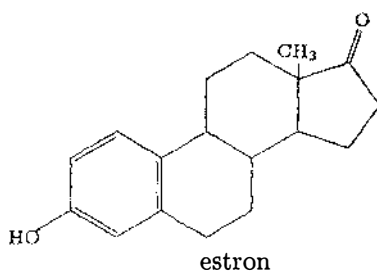
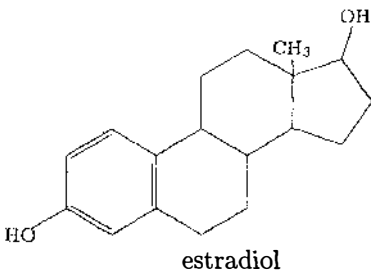
Sexuální hormony se obecně dělí na skupinu estrogenů, progesteronů (obě skupiny převážně u žen) a androgenů (převážně u mužů – zde je však třeba podotknout, že v principu se u každého jedince obou pohlaví vyskytují zástupci všech tří kategorií).

Nejznámějšími z androgenů jsou androsteron a testosteron. Androgeny jsou v obecné rovině regulátory vývoje sekundárních pohlavních znaků. Začínají se tvořit v pubertě a regulují činnost varlat, produkci semene a prostřednictvím dusíku vstupují i do procesu metabolismu bílkovin, a následně tak růstu a vývoje svalstva. V této souvislosti je nutné se zmínit i o existenci přírodních drog, stimulujičích zvýšenou produkci testosteronu u mužů. Učebnicovým příkladem je droga sarsaparilla, získávaná ze sušených kořenů přestupu lékařského (*Smilax medica* SCHLECHT. et CHAM.; čeleď přestupovité – *Smilacaceae*).



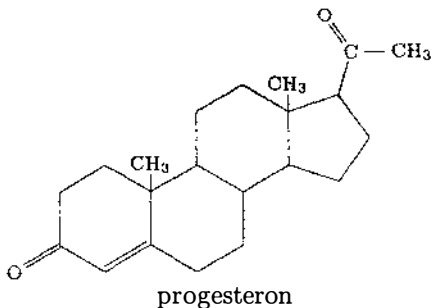
Testosteron může být aplikován k obnovení sexuální síly, přirozeně ubývajícím s přibývajícím věkem. Ke kompenzaci ztráty potence je někdy užíván muži středního a vyššího věku prášek z kořenu přestupu, a to v dávce 0,5–1 g čtyřikrát denně.

Co se týče estrogenů, hormonů regulujících činnost v prvé řadě ženských pohlavních orgánů, nejdůležitějšími jsou estradiol, estron a estriol. Vaječníky však produkují také jistá množství androgenů (a to společně s nadledvinkami). Přírodními zdroji estrogenů jsou především některé účinné látky z kořene lékořice lysé (*Glycyrrhiza glabra* L.; čeleď bobovité – *Fabaceae*); slabě estrogenní účinky má též droga připravená z šišek chmele táčivého (*Humulus lupulus* L.; čeleď konopovité – *Cannabaceae*).



Hlízy jama (*Dioscorea trifida* L. z čeledi *Dioscoreaceae*) obsahují saponin dioscin, jehož aglykon s názvem diosgenin se používá k přípravě steroidních preparátů, vedle kortikosteroidu nejčastěji progesteronu.

Z dalších přírodních zdrojů látek s estrogenními účinky jmenujme alespoň pyl z floridské palmy *Serenoa repens* (BARTR.) SMALL., kořen z asijské angeliky (*Angelica citriodora* HANCE), zvané *dong kwai*, a včelí pyl.



Inhibice serotoninu v CNS

Serotonin (5-hydroxytryptamin) je tkáňový hormon, který je produkován sice v malém, přesto však nezbytném množství. Jeho nadprodukce v CNS vede k pocitům vyčerpanosti, závratím, žaludeční nevolnosti, migrénám až poruchám intelektu, snížení jeho koncentrace pak k depresím a nespavosti či až k halucinačním stavům. Současný životní styl obecně ústí do jeho nadprodukce, což se mj. projevuje poruchami v běžném sexuálním životě.

Je tedy zřejmé, že za určitých podmínek budou látky, působící jako inhibitory serotoninu přispívat k zlepšení sexuálního života, a tak vlastně působit jako účinná afrodisiaka. Jednou z těchto látek je 3-2-aminopropanová kyselina, používaná pod názvem L-dopa jako lék na Parkinsonovu chorobu.

Přirozená sexualita je jedním ze základních atributů života. Je-li tedy inhibována stresem vyvolanou přemírou serotoninu, nedojde bez úpravy jeho obsahu v CNS k stimulaci libida prakticky žádným afrodisiakem. Opět jsme u základní pravdy správné sexuální životosprávy, která nám říká, že většina projevů impotence, frigidity či obecně snížené sexuální vnímavosti je čistě psychologického původu...

Rituální příprava a použití

Lidé stejně jako zvířata mají své vlastní, osobité rituály dvoření. Po stránce fyziologické k nim dává podnět systém žláz s vnitřní sekrecí, a to prostřednictvím hormonů. Tyto rituály se tak stávají výslednicí jak psychologicky motivovaných vzorů chování, tak i přímých důsledků působení různých hormonů a jejich aktivity v našem těle.

K jistým – často naprosto neuvědomělým – projevům namlouvání dochází při každém setkání opačných pohlaví. V jejich nonverbální složce hrají zásadní roli gesta. Popišme si proto několik standardních

situaci nonverbální komunikace. Pochopení jejich pravidel může sehrát velmi důležitou úlohu v jakýchkoliv interakcích mezi mužem a ženou.

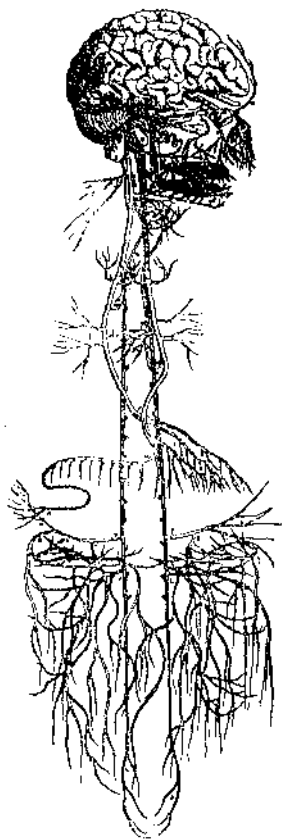
1. Klasické gesto pokrčení ramen je známo jako výraz odevzdanosti. Ve styku muže s ženou je však zvednutí ramen projevem (často bezděčným) akceptování atraktivity partnera. Ženy přitom svá ramena v této situaci zvedají výše než muži.
2. Jiným projevem zájmu o partnera je ostýchavý pohled, kombinovaný s nepatrným sklopením hlavy. Tento akt je pak dovršen pohledem kamsi přímo za záda druhé osoby.
3. Dalším klasickým gestem ve standardním sociálním styku je pohled přímo pod sebe, dokládající společenskou hierarchii tyranizovaného člověka na nižším stupínku společnosti. V rituálech námluv se jedná o znak buď jistého úleku, nebo častěji povolnosti.
4. Etologie primátů nás učí, že lidský úsměv se vyvinul z určité obličejové grimasy jako součást usmiřovacích aktů. Úsměv jako pokus o urovnání možného sporu se tak stává i dnes standardní součástí dvořičího rituálu.
5. Kolébání v lehkém taktu řeči má uklidňující, konejšící význam – tedy přesně týž, o nějž nám jde při houpání nemluvnat. Často se jedná i o projev potlačovaného neklidu, doprovázejícího dvoření.
6. Žena hledá u muže něco jiného, než se muž snaží spatřit na ženě. Ona je přitahována projevy pozornosti, něžnosti a společenským postavením partnera, on hledá partnerku podle její fyzické atraktivity. To, jak se muž obléká, je součástí jeho strategie namlouvání. V západním světě je společenský oblek muže vizitkou jeho životní úrovně a společenského postavení. Najdeme zde i jiné „finty“: sako s rukávy až ke špičkám prstů výrazně opticky zvětšuje horní polovinu mužova těla, zapnuté sako s výraznými klopami zdůrazňuje masivnost mužovy hrudi, atd. Žena svým oblečením a naličením jednoznačně bojuje o mužovu pozornost. Vše je zaměřeno na zvýšení dojmu mladickosti a fyzické atraktivity. Nabírané rukávy dámských kostýmů indikují zvednutí ramen (viz bod 1). Obutí lodiček s vysokým podpatkem je vedle flagrantního znaku ženskosti (obnažené kotníky!) též cíleným vychýlením její rovnováhy, což vede k vytočení hýždí dozadu, čímž se hrudní koš s ňadry výrazně vysune dopředu.
7. Standardní pozice muže a ženy při rozhovoru je následující: ona upřeně hledící do mužovy tváře a on naopak s pohledem za záda

svoji partnerky. Tento postoj vyjadřuje ženino zaujetí osobním vztahem a mužovu vazbu na svět jako celek. Jedná se o jednoznačný odraz tradiční úlohy ženy jako ochránkyně rodinného tepla a muže coby dobyvatele.

8. Nápadně k sobě nakloněné hlavy jsou jasným signálem pro okolí o pozici obou osob jako již zavedeného páru. Tento postoj muže má ještě jednoznačnější obsah než spojené ruce obou osob. Gesto tak samo o sobě již na dálku hovoří jasnou řečí o vzájemném vztahu partnerů.
9. Držení za ruce s vzájemně propojenými prsty je známkou uzavřeného vztahu. Před uzavřením takového stavu může docházet k vzájemnému testování partnerů, a to jak rychlou chůzí, novými pozicemi při komunikaci, smíchem; svědectvím mohou být i různé stopy a znamení znepokojení či tísně.
10. Hlasitě vyhrávající hudba z okna či z automobilu je kvalitativně totožným signálem jako očůrávání stromu v parku pejsky. Obdobného druhu jako rozličné projevy sounáležitosti příslušníků určité profese nebo určité společenské skupiny na ulici jsou v říši zvířat místa, kde se samci předvádějí samicím. Ty sledují z povzdálí „kašpařiny“ svých protějšků, aby získaly dostatek informací k výběru toho nejlepšího.
11. Vymezování teritoria často vidíme u barového pultu: muž si sedne na stoličku a hned si položí cigaretu do popelníku nebo před sebe položí nějaké bankovky či klíče. Je to podvědomá potřeba demonstrace svého postavení ostatním mužům, což má v pozadí též jistou afinitu ke snaze imponovat druhému pohlaví.

Nežádoucí účinky: Obsah serotoninu v lidském těle je v nepřímé úměře ke koncentraci noradrenalinu (jednoho z přenašečů nervových vzruchů): zvýšená koncentrace jednoho působí snížení koncentrace druhého a naopak. Proces dosáhnutí homeostáze je dosti dlouhý – k rovnováze někdy dochází až po třech dnech. Zde můžeme nalézt klíč k pochopení snahy těch z nás, kteří se věnují nejrůznějším formám meditací: snahy vyhýbat se jakýmkoli prudkým impulzům vnějšího světa a pohybovat se ve víceméně emocionálně neutrálním světě. Časté vychylování z rovnováhy noradrenalin-serotonin může u některých osob vést až k vyvolání zdravotních poruch.

Podle současných výzkumů trpí více než polovina žen v plodném věku premenstruačními potížemi. Jednou z cest k jejich zmírnění či odstranění je léčba progesterony, mužskými hormony ovlivňujícími koncentraci estrogenů, tj. ženských hormonů. Jejich vzájemná rovnováha ženu (přirozeně že částečně) „hermafroditizuje“, což vede utlumení negativních symptomů premenstruačního období. V této souvislosti je možno ještě připomenout, že značný podíl těchto obtíží pramení jenom a jenom z každodenních stresů a přepínání.



Vesaliovo vyobrazení
nervové soustavy

Strava

Poruchy našeho sexuálního života nemusí vždy nutně pramenit z patologických stavů naší psychiky nebo z nepřekonatelných fyziologických bariér; mohou být také projevem určitých metabolických problémů, a tudíž lehce léčitelné prostřednictvím relativně jednoduchých diet jako prevence, diagnózy a léčení poruch výživy. Pocity obav a ztráta sebe-důvěry jako nejčastější příčiny selhání při koitu jsou vyvolány zvýšenou produkcí adrenalinu dřeňovou částí nadledvinek jako odezva na emocionální stres zúčastněného. Následně se v krvi začínají kumulovat glycidy, stoupá krevní tlak, zrychluje se puls. Původním impulsem k produkci adrenalinu byla snaha CNS spustit korekční mechanismy pro vyrovnání se s poklesem obsahu glycidů v krvi. Reakce vedoucí k snížení množství cukrů v krvi jsou zase prvotně vyvolávány, například v sexuálním životě, bohužel tak častým bezdůvodným panikařením. K překonání „glycidové krize“ pak organismus vysílá signály k tvorbě adrenalinu a... výsledek už známe.

Jiným civilizačním neduhem, pramenícím z dlouhodobého přejídání a celoživotně neoptimální skladby jídelníčku, je příliš rychle reagující mechanismus tvorby inzulínu. Problém je v tom, že dlouhodobá orientace na vysoký přísun glycidů způsobuje, že dochází k odstartování tvorby regulátoru jejich metabolismu, a tím je hormon inzulin. Výsledkem je pokles obsahu cukru v krvi, s čímž se tělo opět vypořádává výše zmiňovaným mechanismem produkce adrenalinu. Obsah cukru v krvi sice roste, zároveň se však objevují tytéž symptomy, které jsou spojeny s výše zmiňovanými pocity úzkosti.

Vzhledem k tomu, že tvorba inzulínu i adrenalinu koreluje se symptomy úzkosti a má konkrétní odezvu ve změně obsahu cukru v krvi, bude hrát důležitou roli v kontrole stresových situací právě správná

Životospráva, orientovaná na zajištění optimální hladiny cukrů v krvi. Vedlejším projevem jejich zvýšeného příjmu jsou symptomy ospalosti, otupělosti či přímo stavy dřímoty, spojené s mozkiem přímo řízenou produkcí pankreatických hormonů.

Žádný fyziologický systém nemůže pracovat nepřetržitě se stejným výsledkem. Na molekulární úrovni je toho krásným dokladem metabolismus návykových drog. Jsou-li dlouhodobě užívány, dostavuje se stav, kdy „obvyklá“ dávka nestačí. Fyziologický systém jejich metabolismu vyžaduje stále větší a větší množství drogy, a to někdy až do doby, kdy daná droga žádoucí efekt vůbec nevyvolá – a toxikoman musí přejít na tvrdší drogu. Měli bychom tedy pamatovat na občasně krátké hladovky a pestrou stravu, což obojí umožňuje, aby určité, například enzymatické systémy byly po určitý čas v neaktivním stavu.

Je třeba mít stále na paměti, že naše sexuální zdraví je též výsledkem našeho zdraví vůbec. Sexuální výkonnost je přímo úměrná stavu našich nervů, krve, žil a tepen, srdce, svalového napětí i trávení. Naše sexualita nezávisí pouze na činnosti pohlavních orgánů – proniká každou buňkou našeho těla. V této souvislosti se jako zvláště významné ukazují vitamíny a minerální látky, přijímané v potravě. Pohovořme proto krátce právě o nich.

Vitamín A (retinol): Tento vitamín tvoří základ obrany organismu proti narušení funkce tělesných žláz. Jeho zvýšený příjem je proto předepisován při léčbě sterility a prostatických a menstruačních potížích. Zvláštní ochranný účinek má retinol na činnost nadledvinek, ovlivňuje aktivitu brzlíku. Jeho efekt je podmíněn společným příjmem vitamínu E. Pro jejich správnou asimilaci je nutný příjem tzv. vitamínu F (nenasycených mastných kyselin, jako jsou zvláště kyselina linolenová a kyselina linolová), obsažených především v rostlinných tucích a mořských rybách. Doporučená denní dávka je 5 000 mezinárodních jednotek.

Vitamín B₁ (thiamin): Z hlediska sexuální životosprávy vede jeho nedostatek k psychickým poruchám, charakterizovaným v jejich mírnějším stupni například nepřírozeně vysokou náladovostí. Dlouhodobý deficit thiaminu vyvolává pocity únavy, vyčerpanosti, strachu, apatie a může vést až k těžkým depresím. Podobně jako ostatní biokatalyzátory ze skupiny tzv. vitamínů B musí být i thiamin přijímán každodenně. V těle se nehromadí; je-li přijímán v nadbytečném množství, je rychle vylučován. Doporučená denní dávka je 1,5 mg.

Vitamín B₂ (riboflavin): Lékařské studie prokázaly, že v případě nedostatku riboflavinu dochází k dramatickému narušení funkce nadledvin. Kromě toho je nezbytným předpokladem k obnovování zdravé kůže a k zajištění správné činnosti oka (chybí-li, dostavuje se zvýšená citlivost na prudké světlo). Jeho základním zdrojem jsou játra, luštěniny, mléko, vajíčka a obilné klíčky. V evropské stravě je to jeden z nejčastěji chybějících vitamínů. Doporučená denní dávka je 1,7 mg.

Vitamín B₃ (niacin): Jedním z prvních příznaků jeho nedostatku je ztráta veselosti (smyslu pro humor). Jinak je niacin nezbytný pro řádný metabolismus glycidů, správné fungování nervového systému včetně mozku a pro zajištění plynulého krevního oběhu. Jeho činnost je částečně podmíněna přítomností tryptofanů (obsažených v mléku a jiných vysokohodnotných zdrojích bílkovin). K jeho základním zdrojům počítáme opět játra, vejce a mléko; kromě nich je přijímán i v kvasnicích a libovém mase. Jeho přebytek způsobuje rudnutí pokožky tváří, svědění kůže a pocity nepřírozené horkosti v těle. Doporučená denní dávka 19 mg.

Vitamín B₅ (pantothenová kyselina): Podmiňuje správný metabolismus cukrů, bílkovin a tuků, podporuje tvorbu bílých krvinek. Je-li v těle vyčerpán, dostávají se deprese a celkově nižší rezistence vůči stresu. Nacházíme ho v celozrnné pšenici, ledvinkách, játrech, kuřecím a vepřovém mase. V některých pracích najdeme zmínky o spojitosti jeho deficitu s předčasným šedivěním vlasů. Doporučená denní dávka není přesně stanovena.

Vitamín B₆ (pyridoxin): Je nezbytný pro zdravý zubů, dásní a kůže, účastní se tvorby hemoglobinu a některých hormonů, zabraňuje hromadění (zadržování) tekutin v organismu. Jeho nejlepšími zdroji jsou játra, banány, brambory, celozrnné obiloviny, pivovarské kvasnice a plody fazolu měsíčního (*Phaseolus lunatus* L.; čeleď bobovité – *Fabaceae*), pěstovaného ve vlhkých tropech Afriky a Latinské Ameriky. Doporučená denní dávka je 2,2 mg.

Vitamín B₁₂ (kobalamin): Funkce kobalaminu je těsně spojena se stavem lidské krve, je to katalyzátor tvorby červených krvinek. Jeho nedostatek také podmiňuje degeneraci nervových tkání a ztrátu energie. Nacházíme ho jak v živočišných bílkovinách (zejména ve vejcích, játrech, ledvinkách, mléku a hovězím mase), tak i v bílkovinách rostlinných (např.

v pivovarských kvasnicích). Z jeho fyziologického účinku na organismus kromě jiného také vyplývá nebezpečí, kterému se vystavují přísní vegetariáni: tímto nebezpečím jsou anemické choroby (chudokrevnost), ztráta duševní rovnováhy, bolesti v končetinách, celková ochablost, aj. Doporučená denní dávka je 0,001 mg.

Vitamín B₁₅ (kyselina pangamová): Vitamín B₁₅ funguje jako donátor tkáňového kyslíku. Jeho zvýšený příjem je proto žádoucí u osob trpících předčasnou impotencí a degenerativními poruchami. Jeho nejvydatnějším zdrojem jsou kvasnice (v literatuře lze najít údaje o tom, že vůbec největší koncentrace kyseliny pangamové je v peckách meruněk). Doporučená denní dávka není přesně stanovena.

Vitamín B₁₇ (laetril): O tomto vitamínu máme dosud málo znalostí. Podle některých prací má přispívat k likvidaci rakovinných buněk, a to bez poškození zdravých tkání. Celá situace okolo laetrilu je komplikovaná tím, že vzhledem k jeho chemické stavbě, která je na bázi molekuly kyanidu, a vzhledem k přítomnosti kyanid neutralizujícího enzymu rhodanasy v těle, nelze dosud přesně popsat mechanismus jeho účinku. I on je nejvíce obsažen v peckách meruněk. V souvislosti s laetrilem je vzpomínán přírodní antikoncepční prostředek polynéských žen, kterým jsou semena papáji obecné (*Carica papaya* GAERTN.; čeleď papájovitě – *Caricaceae*). V jednom dvoukilogramovém plodu papáji je až 1 000 tmavohnědých semen. Antikoncepční účinek se údajně dostavuje po požití 25 semen denně.

Vitamín H (biotin): Tento vitamín je nezbytný pro metabolismus glycidů. Podporuje činnost slinivky břišní a nadledvinek, stejně tak jako tvorbu krvinek i buněk pokožky (prostřednictvím činnosti potních žláz). Hlavní zdroje: vejce, zelenina, játra a mléko. Deficit biotinu je vzácný. Doporučená denní dávka je 0,2 mg.

Kyselina folová (listová): Významná součást imunitního systému organismu. Přispívá též k zajištění správné funkce střevního traktu. V případě dlouhodobého deficitu nastupují některé poruchy psychického rázu. Denní přísun je zajištěn čerstvou zeleninou (zvláště luštěninami) a ovocem; vysoký obsah kyseliny listové vykazují i obilné klíčky. Doporučená denní dávka je 1,5 mg.

Vitamín C (kyselina L-askorbová): Nezbytný pro správnou funkci

nadledvinek, hypofýzy a CNS. Tím, že přispívá k rozvoji duševních schopností a k řádnému vstřebávání ostatních vitamínů, ovlivňuje podstatně i sexuální život. Hlavními zdroji je čerstvá zelenina a ovoce, a to zvláště citrusy, šípky, zelí, rajčata a brambory. Doporučená denní dávka je 60 mg.

Vitamín D (skupina kalciferolů): V případě tohoto vitamínu se jedná o jeho všeobecně známý vztah k asimilaci vápníku a fosforu. K jeho tvorbě – která v případě této skupiny zcela výjimečně probíhá až přímo v lidském těle – je nutné ozáření ultrafialovými paprsky. Doporučená denní dávka je 0,025 mg.

Vitamín E (skupina tokoferolů): Z celé rozsáhlé skupiny (více než 100 sloučenin) je nejdůležitějším vitamínem α -tokoferol. Ten je ve vysokých koncentracích nalézán v centrální hypofýze, čímž se přímo podílí na produkci pohlavních hormonů. Ty potom (spolu s dalšími biokatalyzátory) chrání v těle před oxidací. Dalším jeho působením, a to v současné době velmi diskutovaným, je katalyticky podmíněné urychlení procesu odbourávání cholesterolu v oběhovém systému; podílí se taktéž na zajištění stálého množství kyslíku v krvi. Tokoferoly patří mezi vitamíny rozpustné v tucích; optimální dobou jejich konzumace je tudíž čas bezprostředně po jídle (obsahujícím tuky nebo oleje). Spolu s kyselinou listovou je součástí orálních antikoncepčních přípravků. Osoby trpící vysokým tlakem nebo srdečními chorobami vyvolanými chronickými revmatickými horečkami by neměly dlouhodobě přijímat vyšší dávky vitamínu E. Doporučená denní dávka je 5 mg.

Lecitin: Spolu s kefalinem nejdůležitější v potravinách přijímaný fosfatid. V těle je v nejvyšších koncentracích obsažen v mozku, nervových tkáních a ve spermatu. Jeho základními zdroji jsou nerafinované rostlinné oleje, syrové ořechy a vajíčka. Jeho příjem se odráží v kvalitě a množství semene. Doporučená denní dávka není přesně stanovena.

Kyselina linolová: Podle současného stavu ověřovacího výzkumu se podílí na přirozeném zpomalování procesů stárnutí organismu. Doporučená denní dávka není přesně stanovena.

Železo: Spolupodílí se na udržení celkového zdravotního stavu, včetně sexuální výkonnosti jedince. Doporučená denní dávka je 0,028 mg.

Hořčík: Jeho nedostatek se u mužů projevuje nepříznivě na produkci spermatu a jeho kvalitě, u žen na poruchách funkce mléčných žláz. Ovoce, zelenina, celozrnný chléb, obilné klíčky, ořechy a jedlá semena rostlin, to vše patří k základním zdrojům hořčíku v naší stravě. Doporučená denní dávka je 0,4 mg.

Nukleové kyseliny: Patří k základním látkám, které zvyšují vitalitu organismu, stimulují sexuální pud a podle některých prací se podílí i na zabránění předčasnému šedivění vlasů. Doporučená denní dávka není přesně stanovena.

Fosfor: Optimální příjem tohoto prvku je základním předpokladem harmonické sexuální životospřávy. Ke stimulaci libida proto někdy postačí prostě zvětšit příjem fosforu v potravě; jeho nedostatek naopak negativně ovlivňuje produkci spermatu. Jak již bylo zmiňováno, jeho řádný metabolismus je podmíněn příjmem odpovídajícího množství vápníku. Doporučená denní dávka je 1,2 mg.

Draslík: Tento prvek zvyšuje svalové napětí a stimuluje činnost žláz – jeho zvýšený příjem tak může ústít do rychlého zahnání pocitů únavy a celkové vyčerpanosti. Jeho nedostatek naopak snižuje libido a vyvolává prostatické a ledvinové potíže; v souvislosti s okamžitým nedostatkem draslíku se u některých osob setkáváme s intenzivním bušením srdce a projevy srdeční slabosti. Největší množství draslíku je v banánech, avokádu, ananasových melounech, ficích a v octu. Doporučená denní dávka není přesně stanovena.

Zinek: Zinek hraje důležitou úlohu v procesu růstu a zajištění správné funkce mužských pohlavních orgánů. Jeho nedostatek proto přímo podmiňuje patologické změny v těchto orgánech, a to zvláště často v případě prostatické žlázy. Vzhledem k jeho účasti při spermatogenezi ho v těle nalézáme v největší koncentraci v semeni. Pramení-li potíže v sexuální oblasti právě z nedostatku zinku, osvědčeným receptem je konzumace hlemýžďů a syrových ústřic. Běžnými zdroji jsou však i méně exotické potraviny, jako například ořechy a některá rostlinná semena (například semena dýně a slunečnice, z cizokrajných rostlin semena sezamu indického *Sesamum indicum* L. z čeledi *Pedaliaceae*), dále játra a kvasnice. Doporučená denní dávka je 0,015 mg.

Z výše uvedeného přehledu nejdůležitějších vitamínů a minerálních látek je zřejmé, že správná výživa je základem nejen optimálního zdra-

votního stavu, ale i naši správné sexuální životospřávy. Přesto se velice často setkáváme s tím, že složení denní stravy není ani zdaleka věnována odpovídající pozornost. Přitom potrava je doslova „palivem“ našeho fyziologického systému (vzhledem k naší heterotrofii je zdrojem energie pro fyziologické procesy). Odpovídající pestrost stravy nám taktéž zaručí přinejmenším podíl na harmonizaci našeho sexuálního života. Z tohoto hlediska si potraviny můžeme rozdělit do čtyř základních skupin:

1. Mléčné potraviny. Ty především zásobují organismus bílkoviny, vápníkem a riboflavinem.
2. Pečivo. Základní zdroj glycidů, železa a komplexu B vitamínů. Vedle pšenice a žita k důležitým zdrojům těchto látek patří rýže, ječmen, oves, pohanka a kukuřice.
3. Ovoce a zelenina. Zdroje železa a vitamínů A a C. Tyto látky především nalézáme v listové zelenině (tu bychom na svém jídelníčku měli mít 3–4× týdně!), citrusech (vhodnou aplikační formou jsou např. nesterilizované šťávy z plodů těchto rostlin), bramborech, zelí a paprikách.
4. Masné potraviny. Zde se setkáváme s látkami obsahujícími vysoká množství bílkovin, železa, komplexu B vitamínů a fosforu. Vedle zvěřiny, ryb, hovězího, vepřového, telecího, jehněčího a drůbežího masa patří k nejdůležitějším zdrojům výše uvedených látek ještě vejce, luštěniny a ořechy.

Vydávat tyto látky za afrodisiaka by byla jistě přehnaná smělost. Nicméně však díky obsahu vitamínů, minerálů, enzymů a nukleových kyselin stimulují libido, a podílí se tak na celkově optimálním naladění k aktivnímu pohlavnímu životu.

Rituální příprava a použití

Úsloví říká, že se sexem je to jako s jídlem. Můžeme se setkat též s názory, že líbání vzniklo z původního krmení z úst do úst, stejně tak jako s tvrzením, že vnímavost a přístupnost žen v sexuální oblasti je odrazem jejich všeobecně jednoznačně pozitivního vztahu k jídlu a stravě vůbec.

A stejně jako rozeznáváme různé sexuální rituály, rozeznáváme i rituály přípravy jídla a společného stolování. Stejně tak i náš způsob vnímání jídla, jeho přípravy, prostírání, atd. významným způsobem hovoří o symbolice našeho všedního dne. A včleníme-li do těchto rituálů určité tajemno, povýšíme rituál stolování na jistý druh umění.

Jedním z nejznámějších rituálů stolování je tradiční čajový obřad, šířící se k nám z prostředí starobylé japonské kultury. Řád japonského čajového obřadu je spletitý a komplikovaný, což mu ovšem dodává tak nezapomenutelné kouzlo, že se stává součástí projevu úcty přátelům i v dnešním západním světě. Pro nás se čajový obřad může stát modelem inspirativního způsobu trávení času s milovaným partnerem. I tak je však na úvod dobré vzpomenout to, že se stolováním jsou spojené i jiné rituály, ale kouzlo čajového obřadu je prostě nezaměnitelné.

Buddhističtí mniši pijí nálev z listů čajovníku k udržení čisté mysli při dlouhotrvajících meditacích již od nejstarších dob. Ostatně již sama příprava čaje a jeho klidné popíjení je určitým druhem tance, vystaveného na několika základních pohybových akcích a gestech, kterými se mysl očisťuje od nánosů každodenních starostí, přičemž se postupně dostavuje stav vnitřního pokoje, a to i při zachování vysokého stupně vnímavosti.

Podle ústní tradice se před relikviemi buddhů a bóddhisattvů při tradičních rituálech (v čínštině ch'an, v japonštině zen a v sanskrtu dhjána) popíjel šálek čaje. Do Japonska se čajový obřad dostal ve 12. století z Číny, odkud ho přivezli mniši, pobývající v čínských zenových klášterech. Tehdejší čínská kultura jako celek na ně zapůsobila tak silným dojmem, že se pak doma snažili o její praktický výklad a přenesení do vlastního kulturního prostředí. Dnes k nám čajový obřad přichází z Japonska a známe ho pod názvem *čanoju*.

Čajový obřad většinou hostitel připravuje pro maximálně pět svých hostů. Celý je koncipován jako určitá forma meditace k soustředění a sebeovládání. Rituál se uskutečňuje v čajovně, která – umístěna v čajové zahradě – je oddělenou částí běžného japonského domu. Čajovna je součástí zvláštního čajového domku s nízkými, malými dveřmi. Ten vedle vlastní čajovny obsahuje ještě předpokoj, kde se čaj skladuje a připravuje, a přijímací pokojík se zastřešenou verandou pro čekající hosty. Nesmíme zapomenout ani na zahradu, kterou k čajovému domku (čajové chýši) vede *rádži*, zahradní cestička.

Jednotlivé součásti čajového domku jsou interpretovány v tradiční zenové symbolice. Tak například zahradní cestička symbolizuje první fázi meditace, cestu po odložení světského postavení, atd. Architektura čajového domku i přes svoji (nevtíravou) okázalost působí – to hlavně díky použití tlumených barev – víceméně jednoduchým dojmem. Taktéž celý čajový obřad je sice pojat jako druh umění, ale jeho vyznění je v obecné rovině velmi prosté.

Základy zásad pití čaje, které dnes známe pod názvem „Cesta čaje“,

formuloval mistr čajového obřadu Sen Rikjů (1522–1591). Těchto zásad je sedm:

1. Jakmile se hosté počnou scházet v přijímacím pokojíku, ohlásí se úderem na dřevěný gong.
2. Před započítím čajového obřadu musíte mít nejen čisté ruce a obličej, ale také srdce.
3. Host do čajového pokojíku vstupuje s úmyslem předložit hostiteli své srdce a ten zase učiní vše, aby ideál čajového obřadu (*kokoro ire*) byl naplněn. Pokud host není s obřadem spokojen, má hned odejít. Vztah hosta a hostitele je v čajovém obřadu velmi důležitý.
4. Jakmile začne voda na čaj vřít, ohlásí hostitel tento okamžik (okamžik „spojení vody a ohně“) zazvoněním na zvonek.
5. Během rituálu je zakázáno hovořit o čemkoliv, co je spojeno se světskou požívačností: celá naše mysl musí být zaměstnána jen čajovým obřadem.
6. Ani hostitel, ani žádný z hostů nesmí v této době nikomu z přítomných pochlebovat či lichotit něčí ješitnosti, a to ani slovem, ani skutkem.
7. Čajový obřad by neměl trvat déle než dvě hodiny.

Opravdový čajový obřad je rituálem vysoké výjimečnosti. Každý z hostů pro tuto událost pečlivě volí své oblečení, které je vybíráno tak, aby nepůsobilo ani zbytečně okázale, ani příliš nápadně. Hosté se při vstupu do čajové zahrady odevzdávají duchovnímu kontaktu s přírodou. V této souvislosti je třeba zmínit tradiční atribut těchto prostor, kterým je nízká kamenná nádržka, v níž si hosté myjí ruce na výraz formální očisty. Při vstupu do přijímacího pokojíku jsou hosté vítáni hostitelem pouhou úklonou a beze slov. Do čajovny vstupují nízkými dveřmi a poté pokleknou před malým výklenkem s malbou či svítkem s krátkým textem, díly některého ze zenových mistrů. Ty pak zanedlouho budou vyměněny za květiny ve váze, a to opět bez speciální umělecké úpravy. Celý prostor je přitom provoněn jemným kadidlem.

V některých případech se hostům na malých talířcích podává menší občerstvení (*kaiseki*). Jídlo je servírováno výhradně hostitelem; všichni hosti jsou konvencí vázáni k tomu, aby na talířcích nic nezůstalo. Po skončení jídla hosté talířky odloží na podnosy a ty pak hostitel jeden po druhém odnese ven. Když hosté dojedí, vyjdou na zahradu. Do předpokojíku se vrací až na signál, kterým je úder do gongu.

Při návratu do čajovny hosté zjišťují, že na místě svitku se zenovým textem se nyní ve výklenku nachází váza s květinami. Vidí taktéž nádobu na čistou vodu (*micusashi*) a krabičku s čajem (*ča-ire*). Jakmile se hosté usadí, vstoupí do místnosti hostitel, nesoucí čajovou misku, čajovou metlu (*časen*), čajové prostírání (*ča-kin*) a čajovou lžici (*ča-šaku*). Všechny věci odloží, odejde a vrátí se s nádržkou na přebytečnou vodu (*koboši*), naběračkou (*hišaku*), bambusovou lžicí (*fataoki*) a stojánkem na odložení nádobí.



Zanedlouho hosté slyší syčení vroucí vody, vařící se nad rozžhaveným dřevěným uhlím, které se nachází v lůžku z jemného popela, zapuštěném do podlahy. Nápoj bude připraven ze tří plných lžic jemně mletého čaje, které hostitel rozsype do všech čajových misek. Bambusová lžice, kterou hostitel čajové lístky rozsypal do jednotlivých misek, bude uložena do nádržky s přebytečnou vodou. Ta se i se lžicí odloží

stranou. Nyní hostitel uchopí první čajovou misku a čajovou metlou nálev šlehá tak dlouho, dokud nápoj nezačne pěnit. Nyní jej předá nejvýznamnějšímu z hostů. Ten se napije, na znamení úcty k hostiteli mu složí lehkou poklonu a začne pomalu popíjet. Tento rituál pokračuje i co se týče ostatních hostů. Když dopíjí svůj čaj poslední z hostů, pečlivě si ohlídá, aby jeho miska při předání hostiteli nebyla úplně prázdná (nechá zbytek nápoje na dně misky), načež všichni hosté začnou použité čajové pomůcky zdvořile obdivovat.

Čajový obřad je svou propracovaností, vybroušeností, jemností i kultivovaností klasickým příkladem tradičního japonského výtvarného umění, literatury a nakonec ostatně i tradičního životního stylu. Jeho prostota, harmonie a klid se japonskému lidu vštípily hluboko do tradiční národní povahy. Na rozdíl od jiných národů Dálného východu, které jsou si vědomy jedinečnosti čaje víceméně instinktivně, Japonci dokázali ritualizovat i ty nejjemnější střípky jeho užívání. V jejich čajovém obřadu cítíme přímé propojení mezi „Cestou čaje“ a povědomím národní svébytnosti. Celý rituál se tak stává improvizovanou divadelní hrou, jejíž děj i zápletka staví na čaji, čajovém nádobí, květinách a atmosféře prostředí.

Léčiva

Většina z nás si neuvědomuje, že milostný život se nám stal záležitostí stejně tak návykovou, jakou je například kouření cigaret. Naše tělo si vyrábí látky připomínající amfetaminy a opiáty, které nás lákají do stejně vybuzených osidel partnera, zvyšují naši sexuální touhu a posléze, když plameny vášně dávno ochladly, nás ještě udržují v dlouhotrvajícím partnerském svazku.

Tělem přirozeně syntetizovaná narkotika patří do skupin endorfinů a enkefalinů; jejich primárním účinkem je odložení ostychu, úzkosti a vnitřní paniky či dokonce strachu. K přirozeně vznikajícím látkám podobným amfetaminům patří fenylethylamin, noradrenalin a dopamin. Jejich koncentrace se v těle násobí dobrou náladou a naopak snižuje stresem.

Řídící jednotkou tvorby chemických sloučenin v buňkách našeho těla je hypotalamus, orgán ne větší než zrnko hrášku. Hypotalamus přijímá informace ze všech částí našeho těla a po jejich zpracování vysílá instrukce hypofýze, která na takto přesně cílenou stimulaci reaguje tvorbou nejrůznějších hormonů. Ty pak přímo iniciují produkci sexuálních hormonů – estrogenů a progesteronů ve vaječnicích a androgenů ve varlatech.

Z tohoto pohledu existují v organismu dvě hlavní informační cesty: jednak mezi hypotalamem a hypofýzou (podvěskem mozkovým), jednak mezi hypotalamem a centry vědomí a kreativní činnosti našeho mozku. Zde je nutno hledat odpověď na otázku, jaké neurofyziologické podstaty je pohlavní spojení dvou lidí.

Klíčem k pochopení tohoto mechanismu bylo objevení lutropinu, luteinizujícího hormonu, a postžení faktoru, způsobujícího jeho tvorbu (faktor LHRFH). Právě lutropin bude patrně onou látkou, která v době

pohlavního styku synchronizuje naše chování s činností žláz s vnitřní sekrecí. U zvířat lutropin vyvolává sexuální přístupnost samic před ovulací, tedy v době, která je určena k zabřeznutí. Podle současných výzkumů je jeho tvorba v lidském těle řízena vůlí, což umožňuje věnovat se sexu kdykoliv a bez jakékoliv vazby na hledisko plození, na roční období, atd.

Stav, vyvolaný zamilovaností, je velmi podobný stavu amfetaminového opojení. Jak zamilování přechází do stavu již důvěrného seznámení, novost vztahu pomíjí a původní pocity radostného vzrušení a euforie jsou nahrazeny pocity novými. Ty se pak stávají pojítkem, které upevňuje vytvořený vztah mezi partnery. Na neurochemické úrovni bychom tedy o citové vazbě mezi partnery mohli hovořit jako o návykovém jevu. Je například odpovědná za těsnou vazbu mezi matkou a dítětem, stejně tak jako za lásku mezi manželem a manželkou. Jak vidíte, můžeme se na milostný poměr i na celoživotní vztah dívat též čistě biologickýmá očima...

Vytváření trvalého partnerského stavu má zabezpečit přinejmenším alespoň početí a výchovu dítěte. A tak jak látky na bázi amfetaminů k sobě vzájemně přitahují příslušníky obou pohlaví, tak opioidy stmelují tyto páry do trvalých svazků. Jistě každý z nás zná ze svého okolí nějakou tu „lásku na celý život“. Na druhé straně se však stejně tak často můžeme setkat s chorobným zaměřením se na vlastní osobu (jedná se o tzv. autismus). Z výše uvedeného je tedy zřejmé, že na oba protipóly můžeme nahlížet jako na projevy opačně orientované produkce dvou základních neurochemických systémů: systémů tvorby opioidů a systémů tvorby látek, podobných amfetaminům. Nahlíženo prizmatem těchto souvislostí (tj. citový vztah jakožto forma drogové závislosti), můžeme dojít až k pochopení podstaty emocionálních traumat spojených s rozchodem partnerů, které můžeme přirovnat k „abstáku“ mnohaletého narkomana.

Uveďme si nyní alespoň několik příkladů použití léčiv v sexuální oblasti. Budeme se přitom vyhýbat sice pro mnohé přitažlivým, přesto však extrémně nebezpečným styčným plochám mezi sexem a návykovými drogami. I tak je tato kapitola koncipována nikoliv jako doporučení či schvalování užití dále zmiňovaných léčiv, ale jako naplnění práva o dostupnosti informací, a to bez toho, že by autor či vydavatel nesl odpovědnost za jejich případné zneužití.

Alkohol. Je-li alkohol požíván v malých množstvích, působí u mnoha osob jako sexuální stimulans. Jeho malé dávky při příležitostné konzumu

maci odstraňují zábrany, což se pozitivně odráží na stimulaci libida, a to zvláště u nesmělých a plachých lidí. Při takovéto aplikaci také působí na mozková emoční centra, čímž odstraňuje pocit úzkosti a strachu. Je-li však užíván dlouhodobě nebo ve vysokých dávkách, chemické reakce v organismu se mění a místo své původní úlohy sexuálního stimulu začíná naopak působit tlumivě – tedy jako sexuální depresant (sedativum).

Amfetaminy (Methyldioxyamfetamin). Některé z těchto částečně psychedelických drog mají pověst látek stimulujících libido. Jejich sexuální stimulace je velmi silná a trvá až pět hodin po požití. Dávkování je různé, např. u methyldioxyamfetaminu od 120 do 150 miligramů. Po jeho požití se obvykle již do hodiny objeví příznaky žaludeční nevolnosti, vystřídané však zvýšenou ostrostití vidění, zintenzivněním všech vnímaných pocitů a velkou mírou empatie. Ta je nejsilnější asi za dvě hodiny po požití, načež pomalu odeznívá (slabý efekt trvá až do osmi hodin po požití). Nedostávají se halucinační poruchy vnímání, jaké známe u intoxikace např. LSD. Následně se začnou objevovat první nepříznivé efekty užití tohoto farmaka: strnulost šije a svalový třes. Jiným druhem nebezpečí je pokoutní prodej této drogy. V tomto případě totiž většinou není kupujícímu nabízen methyldioxyamfetamin, ale některá z podstatně nebezpečnějších syntetických drog.

Dimethyl sulfoxid. Získává se jako vedlejší produkt při zpracování stromové vlákniny na papír. Jeho charakteristickou vlastností je rychlá absorpce kůží. V některých případech se proto používá jako donátor jiných látek pro vstup do krevního oběhu. Je zřejmé, že tato ne zcela běžná vlastnost chemické sloučeniny vedla k nápadu použít dimethyl sulfoxid při léčení některých forem impotence mužů – špetka dimethyl sulfoxidu rozetřená do kůže penisu s sebou přináší okamžitou erekci. Je však třeba zdůraznit, že tato látka musí být používána zásadně zevně a vždy jen v malých množstvích: použije-li se sice zevně, ale ve větším množství, dochází k výrazně negativnímu působení na ledviny.

L-dopa (L-dihydroxyphenylamin). L-dopa je jedním z léků, používaných na léčení Parkinsonovy choroby. U některých lidí se po jejím požití prudce zvyšuje sexuální vnímání. Podobně jako u psychedelických drog (LSD, psilocybin, meskalin, přípravky z yahé nebo yohimbe, atd.) se i zde dostávají slabé halucinační stavy. Zde je nutno upozornit na možný výskyt nežádoucích vedlejších příznaků požití tohoto farmaka; jedná se o možné stavy žaludečních nevolností, depresí, letargie, poruchy vní-

mání či dokonce horečnaté stavy spojené se ztrátou vlasů. Vzhledem k tomu, že L-dopa je jedním z inhibitorů serotoninu (viz hormony), neměla by se v žádném případě kombinovat se současným užíváním MAO inhibitorů (viz iboga), stejně tak by se tomuto léčivu měly vyhýbat těhotné ženy, osoby trpící žaludečními vředy a pacienti, užívající léky pro snížení krevního tlaku. V každém případě je vzhledem k těmto skutečnostem nutno počítat s tím, že osoba užívající toto léčivo musí být pod lékařským dohledem.

Methaqualon (2-methyl-3-o-tolyl-4(3H)-quinazolinon). Léčivo se sedativním a hypnotickým účinkem. Podobně jako alkohol, barbituráty a jiné hypnotické drogy působí na některá místa CNS, čímž dochází k potlačení strachu a k odstranění zábrany. Ohromným nebezpečím je rychlý návyk organismu na tuto látku, což druhotně vede ke vzniku závislosti. Na druhé straně je tato látka pod lékařským dohledem účinnou vzpruhou především dlouhodoběstresovaným ženám, které vlivem nepříznivých okolností ztrácejí zájem o sex. Dá se aplikovat i jako lék proti nespavosti (150–300 mg), stejně jako tonikum k překonání psychické vyčerpanosti a nastolení stavu klidu a bezbolestnosti (75–150 mg). Vzhledem k tomu, že v některých případech se objevují též příznaky poruch vidění, patří methaqualon mezi látky zakázané řidičům. Pozor – v žádném případě nekombinovat s alkoholem!

Pemolin (2-imino-5-fenyl-4-oxazolidinon). Pemolin používali během druhé světové války američtí a britští letci k udržení pozornosti během dlouhotrvajících náletů. Na rozdíl od amfetaminů, používaných nacistickou armádou, se u pemolinu neobjevují po požití vážnější negativní příznaky (u německých letců byly po požití amfetaminů shledávány příznaky silného srdečního stresu, vysychání sliznic, křeče mimického svalstva apod.). V dávce od 20 do 50 mg (orálně) se dostavuje silně tonizační účinek na lidskou psychiku, v kombinaci s některými testosterony, strychninem a přípravky z yohimbe se používá jako lék na impotenci a konečně jeho sloučenina s hořčíkem je součástí léčiv zpomalujících nástup stařecké senility, zlepšujících paměť a působících jako účinné afrodisiakum.

Izopentylnitrit (izoamylnitrit). Toto farmakum, působící rozšíření cév, se předepisuje pacientům s angínou pectoris a některými druhy astmatických potíží pro odstranění akutních bolestivých stavů. Je distribuován v malých skleněných lahvičkách; aplikační formou je inhalace.

Obvyklá terapeutická dávka je 0,2 ml. Účinek vdechnutí není přitom dlouhodobý. Jeho fyziologický efekt spočívá jednak v mírném uvolnění svalstva, jednak v navození týchž pocitů, jaké vyvolává „rajský plyn“ (oxid dusný), ačkoliv při jeho inhalaci cítíme spíše jakýsi hnilobný zápach... Po jeho užití se obvykle neobjevují pozdější negativní účinky, nepočítáme-li ovšem jeho důležitou kontraindikaci, kterou je snižování krevního tlaku. U osob s primárně nízkým tlakem se po jeho požití navíc mohou objevit bolesti hlavy a v ojedinělých případech i stavy srdeční slabosti. V souvislosti se sexuálním životem se izopentylnitrit někdy používá (především homosexuály) k prodloužení a zintenzivnění orgasmu.

Kokainovník pravý (*Erthroxylon coca* LAM.; čeleď kokainovníkovité – *Erthroxylaceae*). Tento keř má dlouhou historii všestranného používání indiánskými kmeny dnešního Ekvádoru, Bolívie a Brazílie. Tradiční aplikační formou je žvýkání kokových listů s popelem z nezralých banánů či podobnou látkou, působící jako hašené vápno (tj. jako leptadlo, kaustikum). Po rozžvýkání 50 g listů se do těla vstřebá asi půl gramu kokainových alkaloidů. Dnes je nejrozšířenější aplikace kokainu vtahování nosem; zde dochází (samozřejmě vedle poškození nosních sliznic a čichových nervů...) k vyvolání silného afrodisiakálního účinku, spojeného se silnou erekcí (přetrvávající i po více orgasmech) při zabránění předčasného vyvrcholení. V některých případech kokain stimuluje určitá „intelektuální“ centra mozku, což může ústít do nových pohledů na určitý problém, apod. Kokain je často vyhledáván osobami s perverzními sexuálními sklony, neboť těm pak umožňuje plné soustředění na jejich výstřední a zvrácené ukájení chuti. U žen dochází po jeho zevní aplikaci na klitoris k jeho znecitlivění do té míry, že žena pak může bez fyzických obtíží projít vícenásobnými orgasmy během krátké doby. U mužů při zevně působícím, lokálním znecitlivění penisu oddaluje orgasmus. V každém případě je však kokain jednou z nejnebezpečnějších měkkých drog a historie jeho užívání je posetá příklady naprosté závislosti.

Marihuana. Jedná se o sušené listy a květní vrcholy samičích rostlin konopí setého (*Cannabis sativa* L.), čeleď konopovité – *Cannabaceae*). Konopí je jako léčivá rostlina používáno nejméně 5 000 let. V jedněch z nejstarších civilizací světa, v civilizacích na území dnešní Indie, se nejméně 1 000 let před narozením Krista míchaly listy a semena konopí s pižmem a medem, a tak se připravovalo těsto pro pečení sladkých výrobků. Pižmo zde přitom působilo jako sexuální atraktant (pižmo je produkt pižmové žlázy kabara pižmového (*Moschus moschiferus*);

kteřá je umístěna na břicho a vylučuje v době říje pronikavě páchnoucí výpotek).

Hlavními účinnými látkami obsaženými v konopí jsou δ -9-tetrahydrocannabinol, cannabichrom, cannabinol, tetrahydrocannabivarin a cannabidiol. Tyto látky ve svém komplexu nemají ani tak narkotický jako spíše jednoznačně sedativní účinek. Dochází zde k odstranění pocitů úzkosti i napětí a zintenzívnění sexuálního vědomí, což se projevuje jak stimulací libida, tak i prohloubeným vnímáním vlastního koitu.



konopí seté



mák setý

V některých částech Afriky se setkáváme s afrodisiakem *khala-khāf*. V této aplikační formě se účinek drogy silně zvyrazňuje máčením listů konopí, kdy po měsíčním odležení a vzniku modrého plísňového povlaku dochází k extrakci pryskyřic do roztoku, který tím silně zhoustne. Po vypaření vody a vysušení extraktu se takto upravená droga kouří. V této formě se jedná o látku podobnou hašiši (pryskyřičnému extraktu konopí, který se sbírá z vrcholků rostlin).

Opium. Afrodisiakální efekt má, ale pouze při užití v malých dávkách, opium. Opium je označován sušený latexový exsudát máku setého (*Papaver somniferum* L.; čeleď mákovité – *Papaveraceae*). Jeho stimulační

účinek na míšňní centra vede k aktivaci sexuálního vnímání, a to jak na úrovňi fyzické, tak i na úrovňi psychické. Při afrodisiakálním použití opia se setkáváme s jeho kombinováním s některým z mírných anestetik. Po zncitlivění periferních nervů pohlavních orgánů dojde při jejich současné fyziologické stimulaci opiem k oddálení ejakulace, prodloužení koitu a následnému hlubokému fyzickému i psychickému prožití orgasmu. Tyto pocity jsou však vykoupeny extrémním vyčerpáním sexuální síly i organismu jako celku.

Opium, sušená latexovitá šťáva z máku setého (*Papaver somniferum* L.; čeleď mákovité – *Papaveraceae*), je narkotikum. Přesto v mírných dávkách může působit jako afrodisiakum. Má stimulující účinek na míšňní centra a vytváří sexuální vzruchy podobné těm, které člověk pocítí po požití strychninu či yohimbe. V podstatě má na tělo i na duši uvolňující a uklidňující účinek, zároveň však podněcuje erotické pocity.

Tyto pocity se mohou zvýšit, použije-li se opium jako mírné anestetikum povrchových nervů sexuálníh žláz, a to jak u mužů, tak u žen. Tento způsob použití oddálí ejakulaci, takže během sexuálníh aktivit dochází k důkladnější stimulaci hlouběji ležících nervů. Zároveň se prodlouží sexuální akt a může se stát, že vyvrcholení se pak stane intenzivnějším a hlubším duchovním prožitkem. Jako u většiny dalších narkotik však může nadměrné používání oslabit sexuální síly. Už po staletí se jako afrodisiakum používají různá narkotika. Patří mezi ně přírodní drogy, jako je morfin, alkohol a nikotin. Mezi takováto narkotika řadíme i syntetické a polosyntetické drogy, jako je meperidin, kodein (dihydromorfin) a methadon. Všechny jsou velmi návykové. Mnoho lidí pociťuje krátce po požití opia nevolnost.

Strychnin. Indolové alkaloidy strychninového typu se získávají ze semen některých indomalajských a australských dřevin, z nichž je nejznámější kulčiba dávivá (*Strychnos nux-vomica* L.; čeleď *Loganiaceae*). Strychnin se většinou užívá pouze ve směsích; účinkuje jako stimulans a tonikum, a to prostřednictvím aktivace krevního oběhu, svalového systému a míšňních nervstev. Díky těmto účinkům je strychnin též součástí léčiv, odstraňujících poruchy trávení, neuralgii, chronickou zácpu a těch, které napomáhají léčit impotenci a chronické stavy tělesné slabosti a ochablosti.

U strychninu byl prokázán tak silný vliv na míšňní centra, která rozhodují o prokrvení tkání penisu a následné erekcí, že u některých osob po jeho požití nastává tak razantní erekce, že jí sama osoba až fyzicky trpí. Souběžně se objevuje intenzivní pocit tělesné horkosti a pocení.

Můžeme tedy říci, že do dávky dvou miligramů působí strychnin jako sexuální stimulans, zatímco při dávce vyšší dochází ke zrychlení srdeční činnosti a ke křečím, někdy končícím smrtí! Individuální snášenlivost je přitom značně rozdílná. Je tedy přirozené, že každé užití strychninu musí probíhat pod lékařským dohledem. V jakémkoliv jiném případě je lepší obrátit svou pozornost na jiné, netoxické látky s obdobným účinkem, například na preparáty z yohimbe. Stejná pravidla platí u použití strychninu k prokazatelnému zbystření vnímání: při překročení vhodné dávky povede změna v mozkové kůře k záchvatům, také nezřídka smrtelným. Indolové alkaloidy strychninového typu a izolované účinné látky z borky yohimbe tvoří nosný základ některých afrodisiakálních léčiv, v současnosti používaných v humánní medicíně (viz yohimbe).

Seznam zde uvedených léčiv není úplný, a nebylo ani v našich možnostech ani naším záměrem, aby úplným byl. Použití léčiv při léčení sexuálních poruch musí být plně v rukou lékaře. I tak je ale z výše uvedeného textu zřejmé, že tyto látky mohou zvláště u plachých osob s mnoha zábrany psychického původu vyvolat pocit tolik žádoucí sebejistoty, který je často jedinou překážkou jejich stoprocentního začlenění do společnosti. A tato sebejistota může také ústít do zcela nečekané sexuální výkonnosti. To, že zde uvádíme příklady nasmělých, nervózních osob, které například p● malé dávce alkoholu ztratí zábrany a naplno procíť plné uvolnění a potěšení ze sexu, není obhajobou této ani žádné jiné látky. V každém případě se i v této souvislosti opět vracíme k tolikrát uzpomínané poučce, že cokoliv, co podporuje lidské zdraví, má pozitivní sexuální odezvu - a to platí samozřejmě i naopak!

Vůně



Vůně jsou nenápadnou, tichou, ale nesmírně důležitou součástí sexuálního života. Nezáleží na tom, zda jsme umytí nebo zablácení, ale v každém případě každý z nás šíří svoji nezaměnitelnou vůni. Pach okolí má na nás hluboký vliv a náš pach má hluboký vliv na naše okolí. Tímto tichým, neviditelným jazykem s okolím komunikujeme ať už jsme v zaměstnání, v restauraci nebo v ložnici...

Čichové vjemy a náš mozek

Vůně jsou zachycovány čichovými receptory v nose. Jejich nervové výběžky vysílají signály, které se po reflexních drahách šíří ve formě vzruchů dostředivými vlákny až do čichových center v mozku. Čich se tak i pro člověka stává základním smyslem, který jej díky vymezeným, specializovaným částem mozku informuje o parametrech jeho okolí. Zvláštností reflexních drah čichových vzruchů je to, že vedou přímo do mozku a nejsou – tak jako je tomu u ostatních smyslů – „předzpracovány“. Přitom čichová centra mozku disponují i jistou mírou účasti na regulaci motoriky, sexu a pocitů hladu i žízně. Evolucionisté se proto domnívají, že čichová centra původně tvořila nejdůležitější část obou hemisfér a že teprve civilizačním vývojem byl čich „degradován“ na dnešní úroveň. V každém případě jsou čichové vzruchy zpracovávány i dnes v centrech, spoluúčastných na základních činnostech těla. Čichové vjemy tak zcela přímo ovlivňují jak trávicí a pohlavní ústrojí, tak naše citové rozpoložení. Vůně se tak podílí na našich emocionálních reakcích a stejně tak platí, že si je pamatujeme mnoho, mnoho let po prvním setkání – a že nám toto setkání i po oněch letech opět připomenou. Je však důležité říci, že čich se s přibývajícím stářím a při dlouhodobém pobytu ve znečištěném prostředí výrazně zhoršuje.

Je-li člověk mlád a zdravý, rozliší asi tisíc různých vůní. Platí přitom, že paměť na vůně je (u většiny osob) trvalejší než paměť vizuální a sluchová. Jsou mezi námi tací, kteří prostě některé z vůní nikdy nezapomenou. Tento jev je následně spojen s tím, že vůně probudí určité základní emoce, a ty pak iniciují zcela konkrétní okamžik. Klasickými příklady jsou vůně našeho dětství, parfém maminky, otcova voda po holení, vůně naší školy apod. A tuto vůni rozpoznáme mezi všemi ostatními, s nimiž jsme se v průběhu života setkávali...

O vůni také platí, že je asi deset tisíckrát citlivější než chuť. V jednom litru vzduchu člověk ucítí i ty nejslabší závaný různých látek (zde je pověstná citlivost na monothioacetal, produkováný rozkládajícími se živočišnými bílkovinami). Náš nos také umí cítit „směrově“: jeho obě nozdry nám umožní přesně detekovat zdroj čichového podráždění, stejně tak jako postihnout změny v intenzitě jednotlivých vůní.

Klasifikace vůní

První pokusy o klasifikaci vůní pocházejí z 18. století. Tehdy bylo rozlišeno sedm základních vůní, a to: éterová, kafrová, pižmová, květinová, mátová, štiplavá a hnilobná. Tato struktura implikuje názor o existenci několika primárních vůní. Umět je rozlišit a pojmenovat je ale velice těžké, neboť čichové vzruchy jsou jistě v drtivém procentu vytvářeny smíšením oněch primárních vůní. Na druhé straně je pravda, že někteří jednotlivci dovedou od sebe rozlišit komponenty jednotlivé vůně.

Na základě stereochemické teorie vůní je každá z vůní determinována tvarem svých molekul a jejich chemickými vlastnostmi. Co se týče jejich vnímání mozkem, známe dnes několik základních teorií o tom, jak čichová centra interpretují informace, přiváděné ve formě vzruchů od čichových buněk. Základem zde jistě budou dostředivé (sensorové) buňky, které odvádějí elektrické signály do mozku. V některých teoriích se však kalkuluje s hypotézou o účasti enzymů na zpracování čichové informace. Na případ vnímání pachů se tak aplikuje klasické pravidlo o zámku a klíči, kterým se standardně popisuje mechanismus vzniku enzymatických komplexů.

Podle dr. Johna Amooreho z *United States Department of Agriculture Western Regional Research Laboratory* máme přinejmenším třicet primárních vůní. A tak jak se například zelená barva vytváří kombinací modré a žluté, vytváří se také kombinováním těchto primárních vůní nesčíslné množství pachů, vůní i aróma, které nás obklopují. Z těchto třiceti základních vůní již dr. Amoore čtyři izoloval. Tři z nich patří k feromonům lidí a primátů: isovalerová kyselina (3-methylbutanová

kyselina), 1-pyrrolin (dihydropyrrol) a trimethylamin. Čtvrtou z nich je jeden z derivátů isomáselné kyseliny, který se běžně vyskytuje v potravinách a jehož vůně, připomínající pivovarský slad, nám údajně dává signál o přítomnosti tří nepostradatelných aminokyselin, které přijímáme v každodenní stravě. Primární vůně informují o nejdůležitějších parametrech okolí: o potravě, o místě pobytu a o nepřátelích. Jedněmi z nejvíce fascinujících vůní našeho okolí však jsou feromony, sexuální pachy živých bytostí.

Feromony

Termín *feromon* pochází z řečtiny a znamená „přenášející vzruch“. Poprvé byl použit v roce 1959 německými entomology, popisujícími látky, které vyvolávají sexuální přitažlivost u hmyzu. Původně se předpokládalo, že feromony jakožto sexuální vnadidlo najdeme pouze v této nejpočetnější třídě členovců; dnes však víme, že feromony tvoří součást rituálů námluv u plazů, ptáků, ryb i savců, včetně primátů. V lidské společnosti dochází mezi muži a ženami k nepřetržité výměně těchto stěžích zachytitelných čichových podnětů. Za místo jejich tvorby se dnes považují malé žlázy na bázi vlasových a chlupových váčků, které se markantně rozvíjejí v době pubertálního a postpubertálního vývoje. Vůně jednotlivce se tak stává jednou položkou v komplexní charakteristice každého z nás. A přestože jsou feromony tak těžko prokazovatelné, jejich specifčnost vede k individuální preferenci a k uzavírání svazků s osobami druhého pohlaví.

Trimethylamin je jednou z výše jmenovaných primárních vůní. Vytváří se bakteriálním rozkladem trimethylamnioethanoatu (betainu) a my ho poznáváme u mléka a hlavně u nezmrazených ryb (říkáme, že to páchne „rybinou“). Švédský botanik Carl Linné (1707–1778), zakladatel systematiky rostlin a živočichů, v jedné práci z roku 1756 uvádí, že domácí psi jsou silně přitahováni vůní merlíku smrdutého (*Chenopodium vulvaria* L.). Jeho latinské jméno mu nebylo dáno náhodou – jeho vůně totiž připomíná pach lidské menstruační krve. Když se analyzoval chemický obsah jeho tkání, bylo nalezeno velké množství trimethylaminu. Zde vidíme důvod, proč jsou ženy v období menstruace tak „vyhledávané“ zvířecími samci – trimethylamin jako jedna ze složek menstruační krve patří v první řadě k významným sexuálním feromonům savců. Trimethylamin můžeme považovat za jeden z běžných signalizačních feromonů savců.

Feromony jsou produkovány muži i ženami. Mužský feromon přítom u ženy stimuluje její libido, zatímco ženský feromon informuje muže

o připravenosti a ochotě partnerky k pohlavnímu styku. Vzhledem k tomu, že vůně obecně pronikají i hluboce do lidského podvědomí a evokují např. zážitky z dětství, nemělo by být vážnějších pochyb ani o úloze feromonů v lidské sexualitě. Jsou pozorovány změny v tlaku, dýchání i tepu osob, které byly vteřinu předtím vystaveny některému z jim známých pachů. To nás vede nejen k podpoře hypotézy o vyvolávání změn v mozkové činnosti vlivem prchavých chemických látek, ale též k vědomí mimořádné důležitosti čichových podnětů pro náš život vůbec.

Historie

Již před více než pěti tisíci lety pálili Egypťané různá přírodní kadidla, aby jejich sladkou vůní uctili boha Ra na jeho každodenní cestě oblohou. Egypťané také balzamovali vonnými mastmi příslušníky privilegiovaných skupin své společnosti. Umění pracovat s parfémů a s jejich aroma postupně předávali na své otroky. Z nich je zvláště Židé ukládali do textů svých posvátných knih. Po svém útěku z Egypta se jejich prostřednictvím znalosti o účincích parfémů a recepty pro přípravu jejich magických směsí rozšířily po celém světě (nehledě na to, že časem do oblasti řeky Jordánu směřovaly velbloudí karavany naložené kořením a vonnými bylinami, určenými pro tyto recepty, ty se ostatně v mnoha případech používají v kosmetickém průmyslu dodnes).

Parfémů užívala i královna ze Sáby, která svou milostnou plotkou se Šalamounem položila základ mnoha legend o kouzelné síle aromatických látek.

Po úpadku egyptské Nové říše se centrem obchodu a použití parfémů stává Babylonie, Asýrie a fénické Kartágo. Po důležitých karavanních cestách, spojujících Afriku s Indií a východním Středomořím, se převážely arabské pryskyřice, čínský kafr či skořice z Indie. Zenit obchodu s parfémů je spojován s obdobím největšího rozkvětu fénického obchodování či se jménem asyrského panovníka a dobyvatele Ašurbanipala, na jehož dvoře dosáhlo používání nejrůznějších parfémů a ozdob jednoho z vrcholů. Díky svým asijským kontaktům propadli kouzlu kosmetických prostředků i staří Řekové. Nejznámější starověký lékař Hippokrates v závěrech svých studií o lidské kůži hovoří právě o vhodnosti speciálních masáží vonnými mastmi a o léčivých účincích aromatických koupelí. Vedle toho je také pokládán za jednoho ze zakladatelů aromaterapie.

Rituální užití

Parfémů, éterické oleje a vonné byliny hrají také velmi důležitou

úlohu v náboženstvích a sexuální magii. Exotické vůně, lákající muže i ženy, se tak staly součástí širokého systému dnes známého jako alchymie vůní. Je však třeba i zde mít na zřeteli, že znalost tradičního užití vůní je jen vnější oponou, rouškou, halící tajná mystéria všeho druhu.

Jejich znalost vede k používání těkavých látek, stimulujících prostřednictvím určitých vibrací a následně psychosenzorické odezvy lidské podvědomí, a stává se tak součástí magických arkán spagyrického umění. Je přitom i vědecky dokázáno, že naše vědomí (i nevědomí) reaguje na vibrace různých zvuků, barev i vůní.

Některé vůně primárně stimulují právě libido; specifický vzorec vibrace každého jedince je tohoto důkazem. Ve své knize *Magické umění* autorka Sára Cunninghamová-Carterová klasifikuje různé vůně podle jejich vztahu k lidské sexualitě, a to podle jejich individuálních vibrací a jednotlivých astrologických znamení. Využijme proto poznatků z této knihy o následujících vůních a rostlinách a řekněme si, k čemu jsou používány z nich extrahované éterické (vonné) oleje:

Amyrisový olej (*Amyris balsamifera* P. BR. L.; čeleď routovité *Rutaceae*): sakrální olej při venuziánských mystériích. Používán i při spiritismu.

Bramboříkový olej (brambořík *Cyclamen* spp.; čeleď prvosenkovité *Primulaceae*): jemná vůně bramboříků plodí a udržuje opravdovou lásku a harmonii.

Olej z břízy cukrové (bříza cukrová *Betula lenta* K.; čeleď břízovité *Betulaceae*): ve směsích s jinými vonnými oleji způsobuje sexuální přitažlivost.

Cistový olej (*Cistus creticus* L.; čeleď cistovité *Cistaceae*): lehce narotizační, magnetická vůně.

Olej z čajovníku (čajovník čínský *Camellia sasanqua* THENB.; čeleď čajovníkovité *Camelliaceae*): často vyhledávaná látka, v Japonsku tradiční vonná rostlina.

●Olej z hlohu (hloh obecný *Crataegus oxyacantha* L.; čeleď růžovité *Rosaceae*): olej s uklidňující vůní, inspirativní prostředek pro odstranění podrážděnosti při nervovém přetažení, vhodný i pro navození té pravé atmosféry k urovnávání sporů...



brambořík



čajovník čínský



hloh obecný

Kardamonový olej (kardamon pravý *Elettaria cardamomum* (L.) MATON; čeleď zázvorovité *Zingiberaceae*): velmi magnetická esence s afrodisiakálními účinky.



kardamon pravý



koriandr setý



kosatec florentský

Olej z koriandru (koriandr setý *Coriandrum sativum* L.; čeleď miříkovité *Apiaceae*): esence sloužící k vyvolání zájmu u osoby opačného pohlaví. Napomáhá prý také k udržení dlouhodobého harmonického vztahu.

Olej z kosatce (kosatec florentský *Iris florentina* L.; čeleď kosatcovité *Iridaceae*) je používán k upoutání potenciálního partnera (k podpoře tohoto účinku někdy kombinován s olejem z aloe a pižmem).

Olej z libečku (libeček lékařský *Levisticum officinale* KOCH; čeleď miříkovité *Apiaceae*): zvyšuje osobní magnetismus a přitažlivost.

Mandloň hořká (*Amgdalis amara* L.; čeleď růžovité *Rosaceae*): pro své harmonické a magnetické vibrace skvělý prostředek v záležitostech lásky a přátelství, zajistíte si jím úžasný prožitek!



libeček lékařský



mandloň hořká



merlík vonný

Olej z merlíku (merlík vonný *Chenopodium ambrosioides* L.; čeleď merlíkovité *Chenopodiaceae*) vyvolává velmi smyslné vibrace, vhodné k upoutání osoby druhého pohlaví.

Olej z pelyňku (pelyněk černobýl *Artemisia vulgaris* L.; čeleď hvězdnicovité *Asteraceae*): používán do směsí, stimuluje sexuální touhu. Uvádí se, že obnovuje věkem pozbývanou sexuální sílu.

Olej z pěnišníků (pěnišník *Rhododendron* spp. PLAVICH.; čeleď vřesovité *Ericaceae*) je pro své magnetické vlastnosti používán v záležitostech milostných vztahů, zvláště při řešení manželských problémů.

Růžové silice (růže stolistá *Rosa centifolia* L. – z ní růžová silice francouzská, růže damažská (syrská) *Rosa damascena* MILL. – z ní růžová silice bulharská; čeleď růžovité *Rosaceae*) zvyšuje sexuální přitažlivost. Růžové silice vykazují klidné a harmonické vibrace. Po jejich rozetření na těle se člověk silně otevírá přijmutí nadpřirozených jevů spojených s náboženskou vírou.



růže stolistá



vanilka pravá

Olej z vanilky (vanilka pravá *Vanilla planifolia* ANDR.; čeleď vstavačovitě *Orchideacea*) má velmi jemné aroma, sloužící k zaujmutí partnera. Má též silný tělesný účinek.

Lidský nos se stal oblíbeným „předmětem“ celé řady lidových přísloví a pořekadel a z nich vyplývajících sociálních postojů zúčastněných. Můžeme strkat nos do cizích věcí, můžeme nosit nos nahoru, stejně tak jako na někoho můžeme udělat dlouhý nos. V některých tichomořských kulturách bylo vzájemné tření nosů hosta a hostitele projevem náklonnosti.

Tantrismus

Esoterismus východního kulturního okruhu, který prostřednictvím určitých sexuálních rituálů a vidění světa prizmatem okultní metafyziky vede k rozšířenému vědomí jedince

Formy jógy

O tom, že slovo *jóga* má základ v sanskrtu, není pochyb; liší se jen názory na to, zda kořen tohoto dnes již notoricky známého označení jednoho ze staroindických nábožensko-filosofických směrů vychází ze slovesa *yuj*, „zapřahat“, nebo z podstatného jména *yog*, „spojení, kontakt“. V každém případě je jóga právě naukou a průvodcem teorie i praxe spojení lidské bytosti s jejím archetypálním božstvím.

V nejrůznějších mystických textech indického náboženství (například v *Bhagavadgítě*) najdete dělení jógy podle několika konkrétních cest, které vedou k dosažení osvobození duše:

Hatha-jóga: *Ha* znamená Měsíc a *tha* Slunce. Tento druh jógy je zaměřen na ovládnutí těla prostřednictvím ovládnutí dechu, ústíciho do modifikované cirkulace prány (viz *durman* a *puškvorec*). Praxe *pránajámy* ústí do změny psychiky jedince a následně i do proměny jeho vědomí. Základem *hátha-jógy* jsou *ásány* (meditační pozice) a fyzická cvičení. Je to klasický druh jógy, prováděný především hinduisty uctívajícími kult *Šivy*.

Rádža-jóga: tento druh jógy („královská jóga“) začíná tam, kde končí *hatha-jóga* – prostřednictvím naplnění svých základních „pravidel“ a pro ně sestavených speciálních postupů (zvláštních poloh, metod *dýchání*, opakování *manter*, aj.) dosahuje jednotlivec přímého proudění prány a „nejvyššího vědomí“. Základem se stává mentální, vnitřní koncentrace. Známý především u hinduistů uctívajících kult boha *Višny*.

Bhakti-jóga: jóga zbožnosti, lásky k osobnímu bohu a oddanosti svému učiteli (guruovi). Vzhledem k její silné fixaci na božskou bytost a její realizaci „cestou lásky“ je dobře akceptovatelná v zemích západního kulturního okruhu.

Karma-jóga: „jóga činu“, dělí se na řadu různých typů. Tento druh jógy spočívá v ovládnutí činů jednotlivce, konaných podle individuální karmy a respektování svého životního stádia. Je to jóga oproštěná od sobectví, pokrytectví a požívačnosti. Její principy jsou skvěle asociovány základními instrukcemi, které na bojišti dostává Ardžuna od „Pána Šrí Krišny, nejvyšší osobnosti Božstva“ (*Bhagavadgíta*).

Džňána-jóga: druh jógy, známý jako „cesta rozumu“. Spočívá v sebeovládání a askezi, ústící do filosofického poznání a uvědomění si božské podstaty sebe i celého vesmíru, a tím i do osvobození duše v tomto životě.

Pro správné pochopení jógy jako celku je však nezbytné si uvědomit, že tyto a další druhy jógy se ve skutečnosti vrství jedna na druhou. V každém případě je však důležité k józe přistupovat s pomocí guru; jinak se totiž novic vystavuje silnému nebezpečí, že sklouzne na cestu psychické pasivity, která je v postatě józe cizí. Zde se úloha učitele jeví jako základní předpoklad správného usměrnění, a to jednak ve smyslu výběru vhodných metod a postupů, jednak ve smyslu správné motivace s cílem konverze lidské duše v duši božskou.

Tantrická jóga

Praktiky jógy využívá také tantrismus, s cílem překonat jakékoliv projevy duality v duchovním a fyzickém světě jedince. Slovo *tantra* je odvozeno ze sanskrtu a znamená původně „rozšířené vědomí“ nebo „vlákno“. Již tento překlad kořene slova nám navozuje ideu kontinuity mezi rovinou tělesného žití a rovinou vyšší. Esoterní praxe tantrismu byla vyvinuta v Indii, odkud se rozšířila do Nepálu, Tibetu, Číny, Japonska, Thajska a Indonésie.

Tantrismus jako důležitá součást hinduistického náboženství se v současné době materialismu a často i vypjatého narcismu, pozorovaného v mnoha lidských aktivitách, může stát užitečným nástrojem k osvobození našeho života od primitivního chápání tělesných potřeb k zduchovněné radosti. Tantrická praxe tak spojuje určitý imaginativní a okultní systém s rituálním provedením sexuálního styku při dosažení

stavu blaženosti, a to jak v rovině fyzické, tak i v rovině spirituální. Cestou je zde kultivace realizování erotického potenciálu každého z nás.

Hinduistická svatá knihovna, obsahující posvátné spisy s mystickými a rituálními instrukcemi tantrismu učí pozemským rozkoším, založeným na sjednocení protikladů, dosahovaných sexuálním stykem s partnerkou jako reprezentantkou ženského božství. Takovéto spojení je příkladem harmonie tvoření a může být důležitým krokem k dokonalosti. Láska tak ilustruje spojení s Bohem a stává se středobodem celistvosti naší existence. *Kama*, touha, je principem tvoření, vedoucím k dokonalosti pozemského života. Jedním z jejích odrazů je božská láska Kršny, který za svou choť pojímá pasačku Rádhu (Kršnovými milenkami byly *gopi* – pastýřky). Jejich láska se tak stává zosobněním a pozemským aktem vesmírné energie Boží tvořivosti. Odrazem těchto fenoménů v tantrické praxi jsou pak *mantry* (magické formule) a *jantry* (koncentrace na symbolická vyjádření), ústící do spojení s archetypálním prožitkem jednoty, harmonie a celistvosti, znázorňovaných hinduistickou mandalou.



V souvislosti s tantrickou jógou vystupuje do popředí i koncept „hadí síly“, *kundalini*, kdy se prostřednictvím probuzené latentní psychosexuální síly, stoupající centry našeho fyzického těla, evokuje stav rozšířeného vědomí (viz iboga). Kořen slova *kundalini* pochází také ze sanskrtu a znamená „rezervoár energie“. Kundalini je přirovnávána k stočenému hadu, připravenému v každé chvíli uštknout. Je-li tento druh energie správně probuzen a směřován, může navodit stav vnímané

jednoty vesmíru a taktéž jógou osvojovaný prožitek osvobození duše (*móksa*).

Tantrická jóga začíná uvolněním hlavního pránického kanálu lidského těla (středního pránického kanálu nazývaného *šušumna*), jímž má od páteře až k temeni hlavy vést postupný transport hadí síly. Na tomto kanále leží nejdůležitější nervové uzliny (které mají taktéž zcela jasný vztah k jednotlivým čakramům, viz puškvorec a lociku; i když zde se spíš jedná o jistý druh spojení mezi těmito body) lidského těla. Uvolnění pránických kanálů se děje pomocí určitých ásánů a dechových cvičení. Jsou-li pránické kanály čisté, koncentruje se vědomí adepta na určité body (skutečné či imaginární). Tento mentální proces se nazývá *dhara-na* (viz pepřovník). Výsledkem je stav osobní identifikace s bráhmou, duší vesmíru, stav tzv. *samadhi*, „nejvyššího vědomí“.

Sexuální magie

Rituály, zmiňované v tantrických textech, jsou dosti často svým nejednoznačným popisem zahaleny do tajemství, k němuž se nezasvěcení bez znalosti potřebného klíče nemohou dostat. Nejedná se zde však o klasicky zamlžované alchymistické popisy transmutace prvků ve zlato apod. Chceme-li i zde hovořit o alchymii, pak se jedná spíše o alchymii těla. Okultními činiteli takovéto alchymie se stávají skutečné tělní tekutiny a alchymistické operace i alchymistické náčiní jsou tak samotným tělem. Prostřednictvím rituálů se živočišná substance lidského těla transformuje do spirituální trestě, která tělu dodá nové síly; prostřednictvím rituálů začíná tělo žhnout, a tak postupně aktivovat své nadpřirozené vlohy až do stádia komunikace s jakoukoliv vesmírnou entitou. Stimulace čakramů prostřednictvím sympatického nervstva ústí do stimulace centra nad temenem hlavy, tzv. *sahasráry*, což probouzí „hadí sílu“ jako individualizovanou kosmickou energii (viz *iboga*). Tento přístup však přirozeně předem předpokládá a vychází z komplexního systému okultní metafyziky a fyziologie lidského těla, založeného na existenci oduší a čakramů (čáker). Je přitom jasné, že takovéto cílené odčerpávání a přeměrování „nižších“ forem energie na formy „vyšší“ je pro nezasvěcence v podstatě zcela nedostupné. Celá hierarchie rituálních postupů je založena na tvrdé disciplíně, disciplíně, která je pro většinu z nás již za hranicí akceptovatelnosti. V rituálech sexuální magie tak obrazně dochází k vykoupení (*mukti*) prostřednictvím rozkoše (*bhukti*). Z tohoto zorného úhlu se sex stává prostředkem spasení a spasení základem tajného učení tantrismu.

V mnoha tantrických společenstvech se praktikuje jeden z mnoha

takovýchto rituálů, nazývaný *čakra-puja*. Jeho účastníci sedí v kruhu, vždy muž vedle ženy (toto rozesazení navozuje stav vzájemné rovnosti mezi zúčastněnými); jeden pár sedí uprostřed kruhu. Po jídle, které má přesně stanovený řád, přichází čas rituálního koitu (*maithuny*), prováděného za nepřetržité kontroly dechu i myšlení – a s absencí ejakulace – ve zvláštní pozici a v přesném rituálním postupu. Konečným produktem tohoto sexuálního aktu je prostřednictvím astrálního víru dosahováno rozšířeného vědomí. I při běžném pohlavním styku někdy dochází ke stavům, odrážejícím transcendentální podstatu života – i když zde musíme samozřejmě kalkulovat s obvyklým zatemněním myslí orgasmickým zážitkem.

Rituální obcerstvení sestává z vína, masa, ryby a chleba. Víno symbolizuje oheň a nehmotnou podstatu nesmrtelnosti, kterou se tantrik musí naučit destilovat... a vypít. Maso symbolizuje vzduch a tělesné funkce, které musí být drženy pod kontrolou. Ryba představuje vodu a techniky sexuální magie. Chléb je zemí a prostředím našeho pozemského života, kterému musí být nejprve porozuměno, aby se následně dalo ovládat.

Rituální příprava a použití

Každý rituál má tři fáze:

1. Fáze oproštění se od prožitků všedního života.
2. Fáze přechodu, při níž začínáme zvolna pociťovat dotyk „přicházejícího světla“.
3. Fáze nového vnímání reality, pramenící z dosud neprojevených zákoutí naší celistvé osobnosti.

Ve fázi přechodu se dostavuje stav spirituální přístupnosti, kdy rituálním aktem probuzené hluboké vrstvy nevědomí personifikují nejhlubší archetypy člověka a následně prostřednictvím lidské vůle stimulují a aktivizují ona výše zmiňovaná „zákoutí“ osobnosti.

Rituál je často pojímán jako jistý druh oslavy mýtu. Mýtus zde funguje jako určitý model či vzor. V takto pojímané struktuře vědění je na stavbu rituálu nahlíženo jako na formu „uzákonění“ toho konkrétního mýtu, který se stává zdrojem všech rituálních aktů. Toto pojetí představuje mýtus jako základní dynamické vyjádření motivační síly určitého archetypu.

Hlavní význam rituálu spočívá v jeho spirituální rovině. Jednotlivé rituální úkony se stávají algoritmem pro vyvolání určitých nadpřiro-

zených fenoménů, algoritmem kontaktu magického charakteru. Jejich popis je většinou zahalen do jazyka metafor a vede nás cestou symboliky vnějšího světa jako formy vědomí do světa vnitřního. Magické rituály začínají vymezením místa operace a jejím očištěním od kontaminujících vlivů. Operatér se potom soustřeďuje na evokaci své magické potence, umožňující invokaci žádaného atributu. Prostřednictvím určitých psychologických prostředků, různých forem meditací, intuitivního zření a magické síly použitých předmětů a rituálních formulí se dostává žádoucí efekt. Na závěr magických operací je nezbytné očistit vlastní vědomí, a tak se dostat „zpět“. Součástí mnoha rituálů se stávají různé formy věštění, rituálních tanců, aktů sexuální magie atd. V každém případě je však na místě vysoká opatrnost, neboť míra nebezpečnosti jakýchkoliv magických operací nemusí být laikovi vždy zřejmá.

V některých případech spočívá celá síla rituálu v jeho umělecké formě. Rituál se tak stává entitou samou o sobě, entitou bez další návaznosti. Jeho spirituální váha spočívá pouze v hodnotě, jaká je mu přikládána. Rituál se tak stává čistě symbolickým aktem, který na základě některého z mýtických zdrojů buduje svou hodnotu jako čistou radost z dotyku s lidskou archetypální dimenzí. Racionální uvažování o smyslu takovéto činnosti je pak již zcela nedůležité...

Obecný rejstřík

- Absint**, 61–63
adžná, 68, 73
Afrodíta, 9, 58
agape, 52
akáša, 67
alfaismus, 23
alchymie, 38, 133
alraun, 47
Altera Veda, 76
ambra, 74, 78
Amoore, John, 123
amor, 52
analgetikum, 42, 61
anemické choroby, 106
anestetika, 120
anima mundi, 40, 44
antihistaminy, 37
anýzový likér, 62, 63
apas, 67
Ardžuna, 131
Aristoteles, 27
aromaterapie, 125
Artemis, 60
ásán, 19, 73, 130, 133
askeze, 72
astrál, 82
astrální obrazy, 47, 48
astrální projekce, 48
astrální světlo, 27
astrální tělo, 27
Ašurbanipal, 125
atrofie štítné žlázy, 97
autismus, 115
Banánové víno, 36
banány, 9
Bantuové, 90
Bhagavadgíta, 130, 131
bhakti-jóga, 131
bhukti, 133
bílé krvinky, 105
biokatalyzátory, 107
brambory, 105, 107
Bramboříkový olej, 126
brandy, 66
Broyard, Anatol, 93
buddhismus, 38
Caritas, 52
Castaneda, Carlos, 25, 26
celozrná pšenice, 105
celozrné obiloviny, 105
celozrný chléb, 108
cesta rozumu, 131
cistový olej, 126
CNS, 36, 37, 43, 47, 48, 50, 82, 89, 99, 103, 107, 117
coca-cola, 57
Cree, 71
Crowley, Aleister, 39
Culling, Louis J., 21
Culpeper, Nicholas, 9

Ča-ire, 112
ča-kin, 112
čaj, 57, 110
čajová lžice, 112
čajová miska, 112
čajové prostírání, 112
čajový domek, 110
čajový chýše, 110
čajový obřad, 110
čakra, 133
čakra-puja, 134
čakram, 67, 73, 133
čanoju, 110
čarodějnické sabaty, 48
časen, 112
Čen-Nung, 76
černá magie, 39
černý ovál, 67
červené krvinky, 105
červený trojúhelník, 67
čich, 122
čichové buňky, 123
čichové receptory, 122

D'Annunzio, Gabriel, 93
dech přírody, 67
dechová cvičení, 133
deprese, 99
dharana, 66, 74, 133
dhjána, 110
dhurstura, 25
Diana, 23
dianismus, 23
donátor, 116
drůbeží maso, 109
duše světa, 44
dýchání, 95
dynastie Tchang, 33
džhána-jóga, 131

Ego, 23
egoismus, 10
ejakulace, 120
elixír nesmrtnosti, 32, 33
empatie, 84, 116

epifýza, 82, 96
erekce, 88
erós, 52
esoterismus, 130
éterické oleje, 125

Fataoki, 112
feromon, 124
Freud, Sigmund, 52
frigidita, 10, 99

Gin, 90
guru, 82, 131

Hadí síla, 39, 43, 73, 132, 133
halucinační stavy, 99
halucinogen, 47, 72
hatha-jóga, 130
hathajóga, 19
hemisféry, 96
hermetická svatba, 44
hinduistické náboženství, 131
Hippokrates, 125
hišaku, 112
hlemýždi, 108
hody lásky, 53
homeostáza, 101
hovězí maso, 105, 109
Hydrocotylaceae, 30
hypnotikum, 47
hypofýza, 96, 97, 107, 114
hypotalamus, 96, 97, 114

Ch'an, 110
charita, 52
chléb, 134
chong-sam, 80
chronická zácpa, 120
chudokrevnost, 106

Impotence, 99, 106, 116, 120
imunitní systém, 96
indický esoterismus, 43

Jákov, 43
Jákovův žebřík, 41
Jamestown, 25
jang, 32, 79
jantra, 132
játra, 105, 106, 108

jhyně maso, 109
jin, 32, 79
jóga, 72, 130
jóga činu, 131
jogging, 72
Jun, Li Chung, 31

Ka, 27
kabar pižmový, 118
kaiseki, 111
kakao, 57
Kama, 132
kaoliang, 78
kardamonový olej, 127
karma-jóga, 131
kaučuk, 42
káva, 57
khala-khif, 119
klovatina, 42
knockout drops, 25
koboši, 112
kocovina, 59
kokoro ire, 111
kokosové mléko, 66
kolektivní nevědomí, 86
konfucianství, 54
Koo, 33
královna ze Sáby, 125
královská jóga, 66, 130
kreténismus, 97
krevní oběh, 105, 116
krevní tlak, 97, 118
Kršna, 132
kult Bwiti, 35
kult zemřelých, 35
kundalini, 132
Kundalini, 39
kundalini-jóga, 39
kuřecí maso, 105
kvasnice, 105, 106, 108

Lactucarium, 41, 44
Langerhansovy ostrůvky, 97
láska bratrská, resp. sesterská, 52
láska erotická, 52
láska hravá, 53
láska křesťanská, 52
láska manželská, 54

láska mateřská, 54
láska platonická, 52
láska pragmatická, 53
láska prozaická, 53
láska šílená, 53
latex, 41
laxativum, 22
léčiva, 114, 115, 117, 119, 121
ledvinky, 105
ledviny, 96, 116
Lee, J. A., 52
Lepine, Jules, 31
libido, 36, 50, 52, 88, 99, 108, 109,
116
libové maso, 105
likéry, 62
Linné, Carl, 124
little smoke, 26
locikové opium, 41
locikovina, 41
logos, 43
luštěniny, 105, 106, 109

Magia nigrae, 39
magie nižší, 54
magie vyšší, 54
maithuny, 134
mandragora, mužská a ženská, 47
mantra, 132
MAO, 36, 82, 83, 86, 117
MAO inhibitory, 40, 91
marihuana, 118
martini, 63
masné potraviny, 109
maso, 134
Matthioli, Petr Ondřej, 47
med, 60, 66, 118
Menier, 31
menstruační bolesti, 59
metabolismus, 97
metabolismus bílkovin, 97
methylované puriny, 57
micusaši, 112
migréna, 99
mint bidis, 28
mitogenní radiace, 77
mléčné potraviny, 109

mléko, 105, 106
modrý kotouč, 67
mókša, 133
Monet, Claude, 62
Moschus moschiferus, 118
mozeček, 95
mozek, 95, 105, 107, 122
mukti, 133

Nadledvinky, 97, 98, 104–107
narcismus, 131
narkotické analgetikum, 61
narkotika, 37
narkotikum, 47, 61
neokortex, 96
nervová tkáň, 107
nespavost, 99
netečnost, 97
neuralgie, 59, 120
neurastenie, 36
neurony, 95
niyama, 74
nosorožec, 9

Oběhový systém, 107
obilné klíčky, 105, 106, 108
obilné zrno, 59
ocet, 60, 108
oco-yahé, 82
ococaye, 82
ogbanje, 35
Ogolovec, G. S., 77
oheň, 67
ochablost, 106, 120
opium, 42, 119
Ordo Templi Orientis, 38
orgasmus, 10, 79
ořechy, 108, 109
ovoce, 106–109

Pak-sam, 80
palmové víno, 36
pankreatické šťávy, 97
pankreatický hormon, 104
parasimpatikolytikum, 26
parfémy, 125
Parkinsonova choroba, 87, 99, 116
pečivo, 109

philia, 52
pinang, 18
pivovarské kvasnice, 105, 106
pivovarský slad, 124
pižmo, 74, 118, 128
podvěsek mozkový, 114
pohlavní hormony, 96, 97, 107
pohlavní žlázy, 97
porucha intelektu, 99
potní žlázy, 96
prána, 73
pránajána, 27, 73, 130
prase bradavičnaté, 40
prítivi, 67
prostatická žláza, 108
přenašeče (neurotransmitery), 37
příštitná žláza, 97
psychický energizér, 32
psychurgie, 54
pygmejové, 36

Rádha, 132
radža-jóga, 66
radža-jóga, 130
rádži, 110
rajčata, 107
Regardie, Israel, 39
REM-fáze, 47
Rikjú, Sen, 111
Rimbaud, Arthur, 62
rum, 66
růžová silice, 129
růžová silice francouzská, 129
ryby, 109, 134

Řád orientálního templu, 38

Sabat, 25
sahasrára, 133
samadhi, 133
samsara, 66
sanskrt, 130–132
santalové dřevo, 59
sedativa, 37
sedativum, 42, 47, 116
semeno, 97
sexuální depresant, 116
sexuální energie, 43

sexuální magie, 23, 35, 38, 58, 126,
134, 135
sexuální pud, 108
sexuální stimulace, 116
sexuální stimulans, 115, 121
sexuální životospráva, 109
sexus, 23
Shakespeare, William, 13
signatura rerum, 9, 48
similia similibus, 10, 76
slávky, 9
slída, 76
slinivka břišní, 97, 106
sperma, 107, 108
srdce, 95
srdeční slabost, 108
Starling, Ernest, 95
stařecká senilita, 117
stimulancium, 35
stimulans, 120
Strom Života, 43
střevní trakt, 106
stříbrná šňůrka, 27
stříbrný pŕlměsíć, 67
svalstvo, 97
světlo, 67
syfilis, 36

Š
Šalamoun, 125
Šaští, 68
Šiva, 68, 130
Šrí Krišna, 131
šćetkoun africký, 40
šćitná žláza, 97
šušumna, 133

T
Tantra, 131
tantrická jóga, 66, 131
tantrismus, 22, 58, 130, 131, 133,
135
taoismus, 32, 54, 79
tatev, 67
tatorah, 25
tedžas, 67
telecí maso, 109
tělesná slabost, 120
teurgie, 54
tkáňový hormon, 99

tlak krve, 95
tonikum, 72, 77, 117, 120
tranquilizéry, 37
transcendentální sex, 40
transformace, psychická a fyzická,
38
transmutace duše, 39
trávení, 95
trávicí šťávy, 97
třetí oko, 68, 73, 83
turecká červeň, 87

U
Ultrafialové paprsky, 107
umata, 25
ústřice, 9, 108

V
Vaječníky, 97, 98, 114
vajíćka, 105, 107
varlata, 97, 114
vćelí pyl, 98
vejce, 9, 105, 106, 109
venuziánská mystéria, 126
vepřové mas, 105
vepřové maso, 109
vermut, 62, 63
vesmírné síly, 67
víno, 48, 62, 78, 134
víno burgundské, 78
Virginie, 25
Višnu, 130
vodka, 22, 51, 66, 90
vůně, 122, 123, 125, 127, 129
vůně éterová, 123
vůně hnilobná, 123
vůně kafrová, 123
vůně květinová, 123
vůně mátová, 123
vůně pižmová, 123
vůně šćiplavá, 123
vyčerpanost, 99
vztah lásky, 54
vztah manželský, 55
vztah náklonnosti, 55
vztah oddanosti, 54
vztah ušlechtilosti, 54

W
Whitman, Walt, 71

Y
Yerba maté, 57

yuba gold, 22
Yuen, Dr. Leung Kok, 30
Yun, Li Chung, 34

Zahradní cestička, 110
západní magie, 39
závrať, 99
zelenina, 106–109
zelí, 107
zemský mužiček, 47

zen, 110
zit-el-harmel, 87
ztráta duševní rovnováhy, 106
zvěřina, 109

Žaludeční nevolnost, 99
želatina, 76
životní síla, 79
žlázy s vnitřní sekrecí, 96
žlutý čtverec, 67

Botanický rejstřík

- Absint, 60, 61, 63
Acacia catechu, 19
Acanthopanax senticosus, 76
Aconitum napellus, 28
Acorus calamus, 70
akácie katechová, 19
Alchornea, 36, 88
aloe, 128
Alstonia, 15, 17
Alstonia constricta, 16
Alstonia scholaris, 15
Amanita muscaria, 19
americký žen-šen, 75, 77, 79
Amygdalis amara, 128
Amyris balsamifera, 126
Anacardiaceae, 88
Angelica citriodora, 98
anýz vonný, 61
Apiaceae, 30, 61, 128
Apocynaceae, 15, 35, 82
Araceae, 70
Araliaceae, 75
aralkovité, 75
Areca catechu, 18
Arecaceae, 18
arekovité, 18
arekový ořech, 18, 19
árónovité, 70
Artemisia absinthium, 60
Artemisia vulgaris, 128
Asteraceae, 41, 60, 61
Asteraceae, 128
Atropa belladonna, 28
avokádo, 108
ayahuasca, 82
Banán, 108
banány, 105
Banisteriopsis caapi, 81
Banisteriopsis inebrians, 82
Banisteriopsis rusbyana, 82
bazalka, 28
bella dona, 28
Berberidaceae, 46
Betula lenta, 126
Betulaceae, 126
bílý kořen, 80
blín, 25
bobovité, 98, 105
bramborík, 126
bříza cukrová, 126
břízovité, 126
Caapi, 82
Camellia chinensis, 57
Camellia sasanqua, 126
Camelliaceae, 126
Cannabaceae, 27, 98, 118
Cannabis sativa, 27, 118
Carica papaya, 106
Caricaceae, 106
Centella asiatica, 30–32, 34
cesmína paraguayská, 57

Cistaceae, 126
cistovitě, 126
Cistus creticus, 126
citrus, 107
Coffea arabica, 57
Cola nitida, 57
Coriandrum sativum, 128
Crataegus oxyacantha, 126
Cyclamen, 126

Čajovník, 110
čajovník čínský, 57, 126
čajovníkovité, 126
černý kořen, 80

Ďábelské jablko, 46
ďáblovo oko, 28
damiana, 21, 23
damiána, 79
datora, 25
Datura metel, 25
Datura stramonium, 25
Datura suaveolens, 82
Daucus carota, 71
Dioscorea trifida, 98
Dioscoreaceae, 98
dong kwai, 98
dřišťálovité, 46
dub, 59
dudaim, 46
dudim, 46
durman, 25, 27–29, 130
durman indický, 25
durman obecný, 25, 46
dýně, 108

Elettaria cardamomum, 127
Eleuterococcus senticosus, 76
eleuterokokus ostnatý, 76
Ericaceae, 129
Erthroxylaceae, 118
Erthroxylon coca, 118
Erythroxylum coca, 71
Euphorbiaceae, 36, 88

Fabaceae, 98, 105
fazol měsíční, 105
fíky, 108

fo-ti-tieng, 30, 31, 33

Glycyrrhiza glabra, 98
gotu kola, 30, 34
guarana, 56, 57, 59

Haemadictyon amazonicum, 82
harmala mnohodílná, 86
hloh obecný, 126
hluchavkovité, 61
Humulus lupulus, 98
hvězdnicovitě, 41, 60, 61, 128
Hydrocotyle asiatica minor, 30
Hyoscyamus niger, 28

Chenopodiaceae, 128
Chenopodium ambrosioides, 128
Chenopodium vulvaria, 124
chmel otáčivý, 98
chřest, 9

Īboga, 35, 37, 39, 132, 133
Ilex paraguayensis, 57
Inula helenium, 61
Iridaceae, 128
Iris florentina, 128
Jablíčko lásky, 46
jam, 98
ječmen, 109
Jimsonský plevel, 25

Kacibovitých, 86
kakaové boby, 57
kakaovník pravý, 57
kardamon, 19
kardamon pravý, 127
kávovník arabský, 57
kawa-kawa, 64, 65, 67, 69
kokainovník pravý, 71, 118
kokainovníkovité, 118
kola lesklá, 57
konopa setá, 27
konopí seté, 118
konopovitě, 27, 98, 118
koriandr setý, 128
kosatcovité, 128
kosatec florentský, 128
kukuřice, 109
kulčiba dávivá, 120

kurkuma, 19

Lactuca virosa, 41

Lamiaceae, 61

ledvinovníkovité, 88

lékořice lysá, 98

Levisticum officinale, 128

libeček lékařský, 128

lilkovité, 25, 28, 45, 46, 82

límcovkovité, 83

Liriosma ovata, 50

lobelka, 22

locika, 133

locika jedovatá, 41

Loganiaceae, 120

lysohlávka, 83

Majorán, 60

Majorana hortensis, 61

majoránka, 28

majoránka zahradní, 61

mák setý, 119

mákovité, 42, 119, 120

Malpighiaceae, 81

mandloň hořká, 128

mandragora, 25, 46

Mandragora autumnalis, 46

mandragora lékařská, 45, 76

Mandragora officinarum, 45

mandragorin, 49

máta, 28

máta peprná, 22

mateřídouška, 60

merlík smrdutý, 124

merlík vonný, 128

merlíkovité, 128

meruňka, 106

měsíček, 60

miříkovité, 30, 61, 128

mořenovité, 88

mrkev obecná, 71

mučenka, 22

mučenka jedlá, 87

mučenkovitých, 87

muchomůrka červená, 19

muirapuama, 50, 51, 53, 55

muškátový oříšek, 19

mýdelníkovité, 56

Niando, 36

noholist štítnatý, 46

Olacaceae, 50, 55

oman pravý, 61

oměj, 25

oměj šalamounek, 28

Orchideaceae, 129

orlíček, 76

oves, 109

Palma areková, 18

Panax edulis, 87

Panax ginseng, 76

Panax quinquefolium, 75

Panax schin-seng, 76

papája, 28

papája obecná, 106

papájovité, 106

Papaver somniferum, 119, 120

Papaveraceae, 42, 119, 120

Passiflora incarnata, 87

Passifloraceae, 87

paulinie nápojná, 56

Paullinia cupana, 56

Pausinystalia yohimbe, 88

Pedaliaceae, 108

Peganum harmala, 86

pelyněk černobýl, 128

pelyněk pravý, 60, 63

pěníšník, 129

pepřovník, 133

pepřovník betelový, 18, 19

pepřovník opojný, 64

pepřovníkovité, 64

Phaseolus lunatus, 105

Pimpinella anisum, 61

Piper betle, 19

Piper methysticum, 64

Piperaceae, 64

Podophyllum peltatum, 46

pohanka, 109

pokřín, 45-47, 49

pomerančovník, 28

Primulaceae, 126

prvosencovité, 126

pryskyřníkovité, 28

pryšcovité, 36

přestup, 98
přestup lékařský, 97
přestupovité, 97
Psilocybe, 83
pšenice, 109
Ptychopetalum uncinatum, 55
pupečník asijský, 30
pupečníkovité, 30
puškvorec, 130, 133
puškvorec obecný, 70

Ranunculaceae, 28
rauwolfie, 16, 91
Rauwolfia serpentina, 91
rebarbora, 78
Rhododendron, 129
Rosa centifolia, 129
Rosa damascena, 129
Rosaceae, 126, 128
routovité, 126
Rubiaceae, 88
rulík zlomocný, 28
Rutaceae, 126
růže damašská, 129
růže stolistá, 129
růžovité, 126, 128
rýže, 109

Salvia officinalis, 63
Sapindaceae, 56
sarsaparilla, 97
Sasamum indicum, 108
Satanovo jablíčko, 46
Serenoa repens, 24, 98
sezam indický, 108
shoo koo, 30
Schinopsis, 88
sibiřský žen-šen, 76
slunečnice, 108
Smilaceae, 97

Smilax medica, 97
smradlavcovité, 50, 55
Solanaceae, 25, 28, 46, 82
Solanaeae, 45
Strophariaceae, 83
Strychnos nux-vomica, 120
syrská routa, 86

Šalvěj lékařská, 63
šípek, 107
šišák, 22

Tabernanthe iboga, 35
Theobroma cacao, 57
toješťovité, 15, 35, 82
Turnera diffusa, var. *aphrodisiaca*,
21
Turneraceae, 21

Vanilka pravá, 129
vanilkový lusk, 78
Vanilla planifolia, 129
vlastovičník, 28
vřesovité, 129
vstavačovité, 129
všehož americký, 75
všehož pravý, 76

Ximenia americana, 55

Yahé, 81, 83, 85, 87
yohimbe, 50, 88, 89, 91, 121

Zázvor, 72
zázvorovité, 127
Zingiberaceae, 127
zlatá jablíčka lásky, 46
Zygophyllaceae, 86
Zygophyllum fabago, 87

Žen-šen, 31
žito, 109

Chemický rejstřík

- A**bsintin, 61
adrenalin, 97, 103
aglykon, 98
ajmalin, 88
akonitin, 28
alkohol, 29, 51, 61, 63, 65, 115, 117
allylpyrokatechol, 19
amfetamin, 115–117
amfetaminy, 89, 91, 114
3-2-aminopropanová kyselina, 99
amyláza, 77
amyrisový olej, 126
anabsintin, 61
androgen, 97, 98, 114
androsteron, 97
arekolin, 19
 β -asaron, 71
asaron, 71
asiatikosid, 31
askorbáty yohimbinové, 90
askorbáty yohimbinové, 90
atropin, 26, 28, 47
- B**arbituráty, 91, 117
betain, 124
bílkoviny, 105, 109
biotin, 106
bornan, 71
- C**annabidiol, 119
cannabichrom, 119
cannabinol, 119
- D**amianian, 22
dextromerhophan hydrobromid, 61
dihydrokawain, 65
dihydromethysticin, 65
dihydromorfin, 120
dihydropyrrol, 124
2,6-dihydroxypurin, 57
dihydroyangonin, 65
dimethyl sulfoxid, 116
dimethyltriptaminu, 82
dioscin, 98
diosgenin, 98
ditamin, 16
dopamin, 36, 114
draslík, 108
dusík, 97
- E**chitamin, 16
echitenin, 16
endorfiny, 114
enkefaliny, 114
enzym rhodanesy, 106
enzymy, 37
estradiol, 98
estriol, 98
estrogen, 97, 98, 102, 114
estron, 98
ethylalkohol, 49, 61, 90
eugenol, 71
- F**enoláza, 77
fenylethylamin, 114

fenyletylamin, 36
fosfatid, 107
fosfor, 77, 97, 107-109

Glycidy, 103, 105, 109
gonadotropin, 96
guaranin, 57

Harmalin, 82
harmalol, 82
harmin, 82
hemoglobin, 105
hliník, 77
hormon, 95
hormony, 96
hořčík, 108, 117
hydrochlorid yohimbinu, 88
5-hydroxytryptamin, 36, 99
hyoscin, 26
hyoscyamin, 26, 47
hyoscyaminu, 42

Chavibetol, 19
chavikol, 19
chlorogenin, 16

Ibogain, 37
2-imino-5-fenyl-4-oxazolidinon, 117
indolové alkaloidy, 82, 91, 120
inzulin, 103
izoamylnitrit, 117
izopentylnitrit, 117

Kadinen, 19
kalciferoly, 107
kamfan, 71
karyofylen, 71
kawain, 65
kefalin, 107
kobalamin, 105
kobalt, 77
kodein, 61, 120
kofein, 57
kokain, 65, 91
kortikoszol, 98
křemík, 77
kyanid, 106
kyselina folová, 106
kyselina isomásebné, 124

kyselina isovalerová, 123
kyselina L-askorbová, 90, 106
kyselina linolenová, 104
kyselina linolová, 104, 107
kyselina listová, 106
kyselina 3-methylbutanová, 124
kyselina panaxová, 77
kyselina pangamová, 106
kyselina pantothenová, 105
kyslík, 107

L-dihydroxyphenylamin, 116
L-dopa, 99, 116, 117
lactuceryl, 42
lactucin, 42
laetrl, 106
lecitin, 66, 107
LSD, 83, 89, 91, 116
lutropin, 114, 115

Mandragorin, 26, 47
mangan, 77
mannitol, 42
měď, 77
meperidin, 120
meskalin, 71, 116
methadon, 120
methaqualon, 117
6-methoxytetrahydroharman, 82
methylendioxyamfetamin, 116
2-methyl-3-o-tolyl-4(3H)-quinazoli-
non, 117
methyltestosteron, 89
methysticin, 65
monoaminová oxidáza, 91
monoaminové oxidáza, 36
morfin, 42
muskarin, 19

Niacin, 105
noradrenalin, 36, 101, 114
norepinefrin, 16
nukleové kyseliny, 108

Oxid dusný, 118
oxid vápenatý, 19

Panacen, 77
panaquilon, 77

panaxapogenol, 77
panaxasiol, 77
panaxatriol, 77
panaxin, 77
panaxosidy, 77
panaxosidy A-F, 77
pemolin, 117
pinan, 71
progesteron, 97, 98, 102, 114
psilocybin, 83, 116
pyridoxin, 105
Quebrachin, 89
Rajský plyn, 118
reserpin, 16
retinol, 104
riboflavin, 105, 109
Romilar, 61
Serotonin, 16, 36, 99, 101, 117
síra, 77
skopolamin, 26, 28, 47
steroidy, 97
strychnin, 89, 117, 120
Škrob, 22
Tanin, 22
taraxasterol, 42
telepathin, 83
teobromin, 57
teofyllin, 57
testosteron, 97, 98, 117
 δ -9-tetrahydrocannabinol, 119
tetrahydrocannabivarin, 119
4-tetrahydroharmin, 82
thiamin, 104

thujon, 61, 63
TMA-2, 71
 α -tokoferol, 107
tokoferoly, 107
trimethylamin, 124
trimethylamonioethanoat, 124
tryptofany, 105
tuky, 105

Vápník, 97, 107-109
vitamín A, 104, 109
vitamín B₁, 77
vitamín B₂, 77
vitamín B₁₂, 105
vitamín B₁₅, 106
vitamín B₁₇, 106
vitamín B₁, 104
vitamín B₂, 105
vitamín B₃, 105
vitamín B₅, 105
vitamín B₆, 105
vitamín C, 90, 106, 109
vitamín D, 107
vitamín E, 104, 107
vitamín F, 104
vitamín H, 106
vitamín X, 31

Xanthin, 57

Yanгонin, 65
yohimbin, 88
yoimbilen, 88

Zinek, 108

Železo, 77, 107, 109

Bibliografie

- ANDERSON M. A SAVARY L. (1973) *A Guide for Pilgrims of the Mind*. New York, Harper & Row.
- BOER C. (1979) *The Homeric Hymns*. Irving (Texas), Spring Publ.
- BURTON R. (1967) *The Hindu Art of Love*. New York, Castle Books.
- BURTON R. (1965) *The Perfumed Garden*. New York, Castle Books.
- CALDWELL W. (1943) *Organic Chemistry*. Cambridge (Massachusetts), Houghton Mifflin Co.
- CONWAY D. (1973) *Magic, An Occult Primer*. New York, Bantam Books.
- CROW W. (1969) *The Occult Properties of Herbs*. New York, Samuel Weiser Inc.
- CROWLEY A. (1929) *A Magic in Theory and Practice*. Paris, Lecram Press.
- CROWLEY A. (1974) *Liber Aleph*. San Francisco, Level Press.
- CROWLEY A. (1974) *On Magick*. San Francisco, Level Press.
- CULLING L. (1971) *The Complete Magick Curriculum of the Secret Order G.: B.: G.* St. Paul (Minnesota), Llewellyn Publications.
- CULLING L. (1971) *The Arts Magian*. St. Paul (Minnesota), Llewellyn Publications.
- CUNNINGHAM-CARTER S. (1974) *The Arts Magian*. Glendale (Oregon), vlastním nákladem.
- CUTTING W. (1972) *Handbook of Pharmacology*. New York, Meredith Corp.
- DOUGLAS N. A SLINGER P. (1979) *Sexual Secrets*. Rochester (Vermont), Destiny Books.
- EMBODEN W. (1972) *Narcotic Plants*. New York, Macmillan Co.

- EVOLA J. (1983) *The Metaphysics of Sex*. Rochester (Vermont), Inner Traditions.
- FARRAR S. (1971) *What Witches Do*. New York, Coward, McCann & Geoghegan.
- FAST J. (1971) *Body Language*. New York, Pocket Books.
- FRASCONE J. A DAVID M. (1975) *Aphrodisiac Cook Book*. Dallas (Texas), Candle Productions.
- FULDER S. (1982) *The Tao of Medicine*. Rochester (Vermont), Destiny Books.
- GAYNOR F. (1968) *Dictionary of Mysticism*. New York, Citadel Press.
- GOTTLIEB A. (1974) *Sex Drugs and Aphrodisiacs*. San Francisco, Level Press.
- GREGERSEN C. (1983) *Sexual Practices, The Story of Human Sexuality*. New York, Franklin Watts.
- HAICH E. (1972) *Sexual Energy and Yoga*. New York, ASI Publ.
- HANSEN H. (1978) *The Witch's Garden*. Santa Cruz (California), Unity Press.
- HEFFERN R. (1976) *The Complete Book of Ginseng*. Millbrae (California), Celestial arts.
- HENDRICKSON R. (1974) *Lewd Food*. Radnor (Pennsylvania), Chilton Book Co.
- HOPSON J. (1979) *Scent Signals, the Silent Language of Sex*. New York, William Morrow and Co.
- JEANYNE (1972) *Magicks and Ceremonyes*. New York, Lancer Books.
- LIEBOWITZ M. (1983) *The Chemistry of Love*. Boston, Little Brown & Co.
- LIND S. A SAVARY L. (1974) *The Sleep Book*. New York, Harper & Row.
- MANN J. (ed.) (1972) *The First Book of Sacraments*. San Francisco, Church of The Tree of Life.
- MAPLE E. (1973) *The Magic of Perfume*. New York, Samuel Weiser.
- MARAINI F. (1959) *Meeting with Japan*. New York, The Viking Press.
- MASTERS R. (1966) *Eros and Evil: The Sexual Psychopathology of Witchcraft*. New York, Matrix House.
- METZNER R. (1979) *Know Your Type, Maps of Identity*. Garden City (New York), Anchor Books.
- MILLER R. (1983) *The Magical and Ritual Use of Herbs*. Rochester (Vermont), Destiny Books.
- MILLER R. (1977) *Magical Mushroom Handbook*. Saettle, Homestead Press.

- MORRISON S. (1971) *The Modern Witch's Spellbook*. New York, David McKay Co.
- MUMFORD J. (1975) *Sexual Occultism*. St. Paul (Minnesota), Llewellyn Publishing.
- MUMFORD J. (1974) *Psychosomatic Yoga*. New York, Samuel Weiser.
- OTT J. (1976) *Hallucinogenic Plants of North America*. Berkeley (California), Wingbow Press.
- PRATT R. A YOUNGKEN H. (1951) *Pharmacognosy*. London, J. B. Lippincott.
- RIVA A. (1974) *The Modern Herbal Spellbook*. Toluca Lake (California), International Imports.
- RIVIERE J. (1970) *Tantric Yoga*. New York, Samuel Weiser.
- ROPP R., DE (1969) *Sex Energy*. New York, Delta Books.
- SCHULTE R. A HOFMANN A. (1973) *The Botany and Chemistry of Hallucinogens*. Springfield (Illinois), Charles Thomas Publishing.
- SHALLECK J. (1971) *Tea*. New York, The Viking Press.
- STARK R. (1980) *The Book of Aphrodisiacs*. New York, Stein & Day.
- STONE P. (1984) *Pantheon: Archetypal Gods in Daily Living*. Nepublikováno.
- STONE P. (1984) *The Holistic Qabalah: A Practical Guide to Contemporary Magick*. 12 svazků. Nepublikováno.
- SUPERWEED M. J. (1971) *Herbal Aphrodisiacs*. San Francisco, Stone Kingdom Syndicate.
- SUPERWEED M. J. (1971) *Herbal Highs*. San Francisco, Stone Kingdom Syndicate.
- TAMBIMUTTU (1967) *India Love Poems*. Mt. Vernon (New York), The Peter Pauper Press.
- TWENTIETH CENTURY ALCHEMIST (1973) *Legal Highs*. San Francisco, Level Press.
- UKERS W. (1936) *The Romance of Tea*. New York, Alfred A. Knopf.
- VENINGA L. (1973) *The Ginseng Book*. Santa Cruz (California), Ruka Publishing.
- WALTON A. (1958) *Aphrodisiacs*. New York, Paperback Library.
- WEDECK H. (1961) *Treasury of Witchcraft*. New York, Philosophical Library.
- WEIL A. A WINFRED R. (1983) *Chocolate to Morphine, Understanding Mind--Active Drugs*. Boston, Houghton Mifflin Co.
- WINTER R. (1976) *The Smell Book: Scents, Sex and Society*. Philadelphia, J. B. Lippincott Co.

Adresy obchodu s afrodisiaky

EVROPA

Louis Henry Dossi
94 Avenue de Domont
95180 Montmorency
Paris
Francie

Wilhelm Kramer GmbH & Co.
8721 Schwebbeim Ufr.
Hamburg
SRN

Verenigde Nederlandse
Krudencooperative
V.N.K. Postbus 1
Elburg
Nizozemí

Heinrich Ambrosius
Mittelweg 118
2000 Hsamburg 13
P.O.Box 2563
SRN

E.H. Worlee & Co.
Drogen Handelgesellschaft
200 Hamburg
39 Bellevue 7-8
SRN

Donck
B-2620 Hemiksem
Antwerp
Belgie

Laboratories Galeniques Belges
7860 Lessines
Belgium

Occultique
73 Kettering Road
Northampton NN1 4AW
Velká Británie

The Sorcerer's Apprentice
4/8 Burley Longe Road
Leeds LS6 1QP
Velká Británie

Medimpex
P.O.Box 126
Budapest,
Madarsko

USA
Aphrodesia Products, Inc.
45 Washington Street
Brooklyn, NY 11201

Green Mountain Herbs, Inc.
4890 Pearl Street
Boulder, CO 80301

Sweetheartd Herbs
Box 12602
Austin, TX 78711

Hurov's Tropical Tree Nursery
Box 10387
Oahu, HI 96313

Wilcox Drug Co.
P.O.Box 391
Boone, NC 28607

S.B.Penick and Co.
100 Church Street
New York, NY 10007

Meer Corp.
9500 Railroad Avenue
North Bergen, NJ 07047

Nature's Way Products
P.O.Box 2233
Provo, UT 84601

Star and Crescent Herbs
8551 Thys Court, Suite C
Sacramento, CA 95828

The Whole Herb Co.
250 E. Blithedale
Mill Valley, CA 99494

San Francisco Herb, Tea & Spice
4543 Horton Street
Emeryville, CA 92101

China Herb Co.
1053 Tenth Street
San Diego, CA 92101

Magee Fur Co.
Eolia, MO 63344

Herbarium, Inc.
11016 152nd Avenue
Kenosha, WI 53140

Botanicals Internacional, Inc.
2550 El Presidio Street
Long Beach, CA 90810

E.L. Scott & Co.
One World Trade Center, Suite 2347
New York, NY 10048

Schonfield & Sons, Inc.
12 White Street
New York, NY 10048

KANADA
Lifestream
12411 Vulcan Way
Richmond, B.C.
Canada V6V 1J7

Golden Bough Herbs
103-326 East Kent Avenue, S.
Vancouver, B.C.
Canada V5X 4N6

AFRIKA
Ahmed Kamel
11, Talaat Herb Street
Cairo
Egypt

Adel H. Azerfanous
5, Act or Bassili Street
Maxad Ita Alex
Egypt

Al-Adb
17 Kasr El-Nil Street
P.O.Box 2217
Cairo
Egypt

STŘEDNÍ A JIŽNÍ AMERIKA

Central de Drogas, S.A.

Dr. Liceaga No.113

Mexico 7, D.F.

Mexiko

Jose Asa

Morelos 110-90 Piso

Mexico D.F.

Mexiko

ASIE

China National Native

82 Tung An Men Street

Peking

Čína

Dr. Majithia

174 Samuel Street

Bombay

Indie

Tsewi Corp.

2nd Fl. 67 Sung Chiang Road

P.O.Box #68-75

Taipei, Taiwan 104

Tajvan

Yoo Lee Imports & Exports Co., Ltd.

P.O.Box Central 402

Seoul

Korejská republika

