



Živá voda

„Príbeh fľaše a.vitae sa začal láskou a úctou k vode, uvedomením si tohto krehkého a vzácneho daru života na našej Zemi,“ hovorí Zuzana Matei o projekte, ktorý spolu s partnerom Maiom Matei uviedli do života. Naše spoločné stretnutie so Zuzkou bolo nádherné... zostal po ňom v duši pocit, že to, čo robia, má hlboký zmysel a je plný živej, ďaleko presahujúcej energie. Dovoľte si prostredníctvom týchto slov vstúpiť do ich tvorivého prúdu a nadýchnuť sa spolu s nami „pod vodou“.

text: redakcia • www.avitae.sk



a.vitae je skratkou aqua vitae, čo v preklade z latinčiny znamená živá voda. Voda nás vyživuje, je zdrojom našej životnej sily, zdravia aj krásy a je našou podstatou. Zažila veľmi dlhú cestu, kým prišla až k

nám na stôl a preto si zaslúži našu pozornosť. Už naše pramatky a praotcovia veľmi dobre poznali priaznivé účinky kameňov na kvalitu vody. Kamene vkladali do nádob s vodou, aby ju premenili na pitnú, chutnú a liečivú. Voda má pamäť, a preto je dôležité, aby sme ju pili v čo najlepšej možnej kvalite, a to na všetkých úrovniach, pretože sa stáva našou fyzickou súčasťou.

Zuzka, vytvorili ste spolu s manželom projekt, ktorý pracuje s kvalitou vody, je spojený s krásou a zároveň zdravím. Ako sa zrodila táto myšlienka?

Projekt sme mali v mysli už dlho, snáď aj desať rokov. Mój muž od začiatku, čo sa poznáme, veľmi túžil pracovať s vodou a chrániť jej zdroje. Asi pred rokom, po narodení našej najmladšej dcéry, sme si povedali, že nastal ten správny čas, aby sme pretavili našu tvorivosť do inej podoby ako do plodenia detí ☺. Chceli sme vytvoriť niečo zmysluplné, čo slúži zdraviu i krásu a je spojené s vodou, ktorú obaja tak silno vnímame. Chceli sme fľašu, do ktorej sa dá napúšťať voda cez kryštály, minerály, čím sa simuluje prirodzené prostredie horského prameňa s krištáľovo čistou vodou stekajúcou po kameňoch, pričom kryštály s vodou ostanú vo fľaši v priamom kontakte, aby vznikla „kryštáľová“ voda, rozvibrovaná a okysličená voda s kvalitami liečivých kameňov, teda životodarná – živá voda. Opreli sme sa o štúdie autorov Michaela Giengera a Joachima Goebela, aj o poznatky sv. Hildegardy von Bingen a mnohých iných. Naším zámerom bolo priniesť tieto dávne poznatky do bežného života, vytvoriť nádobu, ktorá by bola tomu pripomienkou a v ktorej by sa dala pripravovať živá voda. Pustili sme sa do realizácie a zrodila sa fľaša a.vitae. Naši kamaráti Katka Galovičová s Mírom Buknom nám dnes pomáhajú s logistikou a realizáciou projektu.

Ako vznikol jedinečný dizajn fľašky? Mali ste viacero návrhov? Ako ste skúšali jej funkčnosť?

Mali sme predstavu prírodných materiálov, čistého dizajnu a sklenenej fľaše, v ktorej by sa dala aplikovať metóda prípravy živej vody priamym vkladáním kameňov do vody, aby bol zachovaný priamy kontakt s vodou a zároveň bola predelená tak, aby sa kamienky pri pití nekotúľali do nosa. Taktiež sme chceli dosiahnuť variabilitu jej používania – a tak vznikla táto termosková fľaša z dvojitého borosilikátového skla s drevenými vrchnákmi, ktorá je plne recyklovateľná. Celý vývoj, testovanie až po výrobu trval takmer rok. Pripravovali sme živú vodu, merali sme naše biopole pred a po užití vody, sledovali na sebe jej účinky.

Máte aj puzdierka na prenos fľašky?

Oslovili sme šikovné ženy z Chocho, ktoré sa už pustili do návrhu a výroby taštičky na prenos. Takže veríme, že už čoskoro doplníme náš sortiment aj o praktickú taštičku.

Dá sa okrem vody dať do fľašky aj horúci čajík alebo káva?

Áno, fľaša je sklenenou termoskou, takže sa v nej dajú pripravovať aj teplé nápoje s vriacou vodou. S dcérkami si rady vyrábame vlastné čajové zmesi z bylín našich lúk, a teda fľašku používame na prípravu bylinných čajov. Bavi ma sledovať, ako krásne sa pred očami rozvíjajú napríklad kvety podbeľu. Kamaráti skúsili aj kávičku, turka, čo bolo tiež v pohode, pričom sitko poslúžilo ako filter. V týchto chladných dňoch sa dá fľaša krásne použiť aj na varené vínko s klinčekmi a škoricou či punč s ovocím, rôzne podľa vlastnej fantázie.



Mňam, to znie neodolateľne 😊. Viem, že rada pracuješ aj s kamienkami, ktoré sa do fľašky dajú vkladať. Aký máš k nim vzťah? Ktorý je ti najbližší?

Kamene sú pre mňa najstaršie a najdokonalejšie Bytosti na Zemi. Kamene tu sú vo svojom čistom vedomí a vo svojej plnej energii, otvorené prijímať a dávať. Ich živosť je pre nás možno ťažko uchopiteľná, no vnímame ich, cítime a spoznávame ich úžasnú liečivú energiu. Obdivujem ich žiarivú silu a neuveriteľne krásnu farebnosť, ktorá sa zrodila v hĺbinách matky Zeme. Rada s nimi experimentujem, pozorujem, ako na mňa pôsobia, či ich moja duša a telo potrebujú alebo nie. Siaham po kamienkoch rôzne, intuitívne, čo ma práve volá. Najbližší mi je momentálne číry krištál kremeňa, mám ho rada pre jeho čistotu, jasnú myseľ, ktorú mi prináša, energiu aj zdravú pleť a vlasy. Rada tiež pijem vodu pripravenú z ruženínu, volám ju elixír lásky.

Čo pre teba osobne znamená voda?

Vo vode vznikol život, a preto je pre mňa synonymom Života. Voda je krv, čo koluje

v našich telách, naše slzy, ako aj všetky šťavy a tekutiny v nás. Voda nás obklopovala v lónach našich mamičiek ešte pred narodením a tvorí našu fyzickú podstatu. Voda, ktorá tancuje s vetrom, aby nám priniesla počasie. Voda, ktorá sa miesi so zemou, aby vyživila korene stromov a rastlín a stala sa šťavou ich plodov. Fascinujú ma jej podoby od pary až tuhé skupenstvo ľadu, jej jemnosť, silu plynutia i dravosť. Obdivujem krásu vody v podobe padajúcich kvapiek na pokojnú hladinu, keď vytvára kruhy, tvary úplnej jednoty bez začiatku a konca. Zbožňujem pozorovanie jej vločkových mandál, ktoré ľahučko poletujú a prinášajú zemi tak potrebný pokoj, stíšenie sa v podobe bielej periny. Voda, ktorá nás lieči, umýva a časom obmyje aj tú najpevnejšiu skalú a stane sa jej súčasťou.

Voda je krv, čo koluje v našich telách, naše slzy, ako aj všetky šťavy a tekutiny v nás.

Voda, čo má pamäť a schopnosť načítať do seba emócie a má tak širokú paletu chutí. Cítim k vode obrovskú úctu a lásku.

Zuzka, pre koho je fľaška určená? Používajú ju aj vaše tri dcérky?

Fľaška je určená pre všetkých, ktorí chcú urobiť radosť sami sebe či svojim blízkym, ktorí si uvedomujú životodarnosť vody a skutočnosť, že to, v akej kvalite vodu pijeme, sa odráža v našom emočnom aj fyzikom tele. Fľaša je tomu vlastne takou peknou pripomienkou. Poskytuje priestor pre vlastnú tvorivosť aj estetické cítenie, keďže aj pohľad dokáže liečiť. Dcéry fľaše veľmi rady používajú. Kamienky máme uložené ako v bonboniére, v takej drevenej krabičke a pred spaním si každá intuitívne vyberie kamene a potom ráno si vypijú svoju živú vodu. Najmladšej vodu z fľaše prelievame do pohárika, pretože je pre ňu ešte ťažká. Je to taký náš malý rodinný rituál.

Kto je Zuzka, ako by si sa opísala? Seba a svoj príbeh?

Momentálne som najviac pomyselnou mamou projektu a.vitae a pravdaže maminou svojich detí. Som spoluzakladateľkou Spoločenstva detí Zeme, montessoripedagóg, súdna



prekladateľka a turistická sprievodkyňa. Fascinuje ma mýtickosť, legendy a všetko, čo má vôňu tajomnosti. Roky som cestovala po stopách dávných národov napríklad Etruskov, Keltov, Vikingov, Rimanov a očarili ma zvyky a život amerických Indiánov, šamanov. Cez spoznávanie iných kultúr som si uvedomila vlastnú slovanskú identitu a prebudila sa vo mne zdravá hrdosť a úcta ku kultúre našich predkov. Ako kňažka bohyně Živeny sprevádzam prechodovými rituálmi, akými sú napríklad menorečenie, menarché, predpôrodný rituál, zväzovanie rúk, predpôrodný rituál, rozlúčky s krajom či partnerom a podobne. Rada s deťmi *bylinkárčim* a *mastičkujem*, som obdivovateľkou prírody ako najväčšej a najmúdrejšej učiteľky. Prostredníctvom oživovania tradícií v podobe novodobých rituálov a poznania vlastných koreňov kráčam cestou šírenia odkazu radostného a harmonického života v úcte a v súlade s rytmom Zeme a darmi života na nej.





Porad' nám, ako pripraviť živú vodu.

Sú rôzne spôsoby prípravy živej vody. Najjednoduchším spôsobom je vkladanie kameňov do vody tak, aby sa do nej preniesli informácie z kameňov. Na bežnú pitnú vodu postačuje, ak vodu cez kameň prelejeme a necháme postáť pár minút na pokojnom mieste. Na prípravu liečivej živej vody je odporúčaný čas na dozretie vody dve hodiny, avšak maximálne dva dni. Na výber vhodných kameňov existujú rôzne metódy, my sa prikláňame k teórii intuitívneho výberu a výberu podľa zámeru, ktorý chcete dosiahnuť. Prílišné kombinácie kameňov môžu byť zdraviu skôr neprospešné, preto ponúkame základný výber kameňov v najvyššej kvalite a ich prirodzenej neobrusenej, neleštenej a nevoskovanej forme. V jednoduchosti je krása.

Achát machový – oslobodenie mysle, hĺbková očista a inšpirácia. Oslobodzuje od duševných závislostí, nezdravom lipnutí na veciach, beznádeje, pomáha prekonávať strachy, stres a záťaž, hĺbkovo čistí na duševnej aj fyzickej úrovni. Podporuje bdelosť, komunikačné a intelektové schopnosti. Pôsobí priaznivo na väzivové tkanivá, sliznice (dýchacie cesty), lymfu, podporuje vylučovanie toxínov. Pomáha pri cukrovke, chripke, kašli, infekciách, zápaloch, bolestiach i horúčke.

Akvamarín – prezieravosť a disciplína. Podporuje duševný rast, predvídavosť, sústredenie. Navodzuje do života nadhľad,

ľahkosť bytia a pokoj. Pomáha vytvárať poriadok a posilňuje chuť splniť dlho odkladané povinnosti. Podporuje úprimnosť, cieľavedomosť, dynamiku a vytrvalosť. Pomáha pri hyperaktivite, očných problémoch, problémoch s obličkami a močovýmými cestami, alergiách, sennej nádche a autoimunitných ochoreniach.

Amazonit – vyrovnanie nálad a harmónia. Pomáha pri hľadaní samého seba, vyrovnanosti, vnútornej harmónie a sebadôvery. Pomáha prekonávať pocity beznádeje, smútku a ublíženia. Posilňuje pečeň, šľachy a kĺby. Pomáha pri zápaloch a poruchách metabolizmu, pri nočných morách a výkyvoch nálad. Prináša uvoľnenie a tíši kľče (aj pri pôrodných kontrakciách).

Ametyst – bdelosť, vnútorný pokoj, múdrosť, intuícia a otvorená myseľ. Ametyst je silným ochranným kameňom, navodzuje celkové upokojenie a uvoľnenie, zlepšuje metabolizmus, psychiku, znižuje krvný tlak a tlmí bolesti. Pomáha zvládať kritické situácie, smútok, nepokoj, prepracovanosť a vnáša do života zmysel pre spravodlivosť, úprimnosť a vnútorný pokoj.

Apatit – energia a motivácia. Podporuje otvorenosť a spoločenskosť, dodáva energiu, stimuluje duševný rozvoj a motiváciu, zvyšuje apetít, mobilizuje energetické zásoby tela, pomáha pri celkovej vyčerpanosti, znižuje podráždenosť a agresiu. Podporuje rast, zuby a kosti, chrupavky, podporuje hojenie rán.

Citrín – sebaujadrenie, prosperita a chuť žiť. Citrín podporuje kreativitu, dodáva motiváciu, stimuluje intelekt a je svetlom vnútorného dieťaťa. Pomáha vyrovnávať emócie a dodáva radosť, hravosť, entuziazmus, optimizmus a posilňuje vôľu realizovať sny v realite. Zlepšuje metabolizmus a očisťuje organizmus od škodlivých látok.

Krištál kremeňa – bystrosť a energia. Podporuje sebaopoznanie, jasnú myseľ a sústredenosť. Dodáva vitalitu a vnútornú rovnováhu. Zahrieva pri zimomravosti, posilňuje imunitný systém a tlmí bolesti. Tiež priaznivo pôsobí na pleť, vlasy a nechty.

Ruženín – srdečnosť, láska i súcití. Vo vode sa stáva elixírom lásky, vášne, sebaaprijatia, vernosti, plodnosti a mladosti. Upokojuje myseľ, priaznivo pôsobí na srdcovo-cievny systém, navodzuje na otvorenosť, dodáva zdravý spánok a zmiernuje príznaky starnutia.

Sodalit – zbavovanie sa starých vzorcov, sebaaprijatie a hľadanie pravdy. Bdelosť mysle, vernosť sebe samému, sloboda voľby, idealizmus, pomáha zbaviť sa pocitov viny a nevedomých vzorcov správania sa, dogiem a fixných ideí, ktoré nám nedovoľujú vytvoriť si vlastný názor, podporuje pretavovanie slov na činy. Lieči krčné problémy, hrtan a hlasivky, pomáha pri vysokom krvnom tlaku, prospieva močovým cestám a suchým očiam, slizniciam, koži a podporuje vstrebávanie tekutín.

Šungit – čistí a vitalizuje. Čistí od nežiaducich organických látok, mnohých kovov, baktérií, mikroorganizmov a zárodkov plesní. Na ľudský organizmus pôsobí blahodarne, protizápalovo, hlavne pri zažívacích problémoch, zlepšuje fungovanie žalúdka a črevného traktu. Posilňuje kostnú, svalovú a nervovú sústavu aj krvný obeh.

Pri príprave živej vody tiež platí zásada, že niekedy je menej viac. Deťom a dospelým s nižšou telesnou váhou bude postačovať na prípravu vody menšie množstvo kameňov (1 až 3). Naopak, pre posilnenie liečivých účinkov vody môžete množstvo kameňov postupne zvyšovať. Z našej ponuky kameňov je odporúčaná denná dávka pitia liečivej živej vody minimálne 2 dl denne.

Na prípravu živej vody môžete použiť pramenistú vodu z vašej studne, filtrovanú vodu, vodu z vodovodu, prípadne vašu obľúbenú balenú stolnú vodu, avšak balenú v skle a bez obsahu kyseliny uhličitej. PET fľaše obsahujú zmäkčovadlá, aby fľaše boli pružné. Žiaľ, tieto zmäkčovadlá sa dostanú do vody, ktorá ich následkom stráca schopnosť prijímať informácie z kameňov. Na prípravu živej vody nepoužívajte liečivé minerálne pramene. Nuž veru, nie je voda ako voda ...

Želáme vám, nech je tá vaša voda zdrojom životnej energie a radosti bytia. ■