



LÁSKA A VZTAHY 01. 12. 2011

Přírodní afrodisiaka pomáhají udržovat vášně ve vztahu

Na řádcích výše bylo nastíněno, že afrodisiaka se mohou svým účinkem lišit. Některá proto celkově posilují a dodávají energii, jiná se projeví...

K partnerskému vztahu dvou lidí neodmyslitelně patří **vášně**, kterou je třeba vhodným způsobem neustále **podněcovat**, protože pomáhá udržovat mezi partnery jiskru a smyslnost, díky které neupadá nejen vzájemná citová náklonnost, ale také chťič. **Přírodní afrodisiaka** jsou jednou z možností. Mnohdy je nalezneme i mezi běžně používanými potravinami v kuchyni. Víte, jaké **afrodisiakální poklady** doma máte?

Pojmem **afrodisiakum** se označují prostředky, kterými lze **podpořit a nabudit sexuální apetit** a také zintenzivnit související prožitky. Používají se po celém světě a jejich historie zasahuje až do dávného věku antiky. Lidé totiž odjakživa hledali způsoby, jak si intimní chvíle co nejvíce **zpříjemnit**. Afrodisiaka mohou mít prokazatelný fyziologický účinek, nebo pomyslně fungovat spíše na principu placebo. Z obecného náhledu mohou být brána i jako pomocník **fyzického i psychického uvolnění** a účinná povzbuzovadla.

Účinky se různě liší

Na řádcích výše bylo nastíněno, že **afrodiziaka** se mohou svým účinkem lišit. Některá proto **celkově posilují** a dodávají energii, jiná se projeví **ovlivněním hormonální soustavy**, výjimkou nejsou ani **afrodiziaka** působící přímo na **psychiku**, kdy se jimi například blokují mozková „rozumová“ centra nebo podporuje tvorba noradrenalinu. Z tohoto pohledu může být afrodiziakem i alkohol.

Přírodní afrodiziaka jako součást kuchyně

Zaměříme-li se na **afrodiziaka** zcela přírodního původu, zjistíme, že se s nimi denně setkáváme při přípravě rozličných pokrmů. Následujícím stručným výčtem přibližujeme, jaká **přírodní afrodiziaka** můžete mít i vy doma a možná o tom ani nevíte.

✘ Česnek

Na první pohled se to zdá vcelku neuvěřitelné, ale i česneku jsou připisovány afrodiziakální účinky, především povzbuzujícího charakteru. Pokrmy, které ho v dostatečné míře obsahují, proto mohou přesně plnit rčení, že láska prochází žaludkem.

✘ Bazalka

Oblíbená bazalka, přidávající jídlu velmi lahodnou vůni i chuť, má silně povzbuzující účinky, které se mohou projevit i jako stabilní dobrá nálada a příjemné citové rozpoložení.

✘ Rozmarýn

Podpora krevního oběhu jako takového a lepší prokrvení orgánů, takové účinky patří k rozmarýnu, jehož silné aroma je nezaměnitelné.

✘ Kakaové boby

Mnohými je za afrodiziakum považována i čokoláda. Za to však může obsah kakaa z bobů, které jsou povzbudivé a dokážou rozšiřovat cévy.

✘ Vanilka

Najde se asi jen velmi málo lidí, kteří nemají rádi příchut' a vůni vanilky, která je používána nejen v potravinářském průmyslu. Náleží k ní povzbuzující a posilující účinky.



Jahoda

Toto oblíbené ovoce symbolizuje vášně i svou typickou červenou barvou, obsahem zinku ale přispívá k bezproblémovému fungování pohlavních orgánů, díky čemuž je také podporována sexuální výkonnost.

☒ Celer

Kořen celeru svým složením přispívá ke zvyšování potence, ani nať však v otázce afrodisiakálních účinků nezaostává, protože prohlubuje touhu. Jelikož obsahuje poměrně velké množství hořčiku, bývá doporučován spíše mužům.

Mezi přírodní afrodisiaka patří i „španělské mušky“ či ženšen

Mnozí z vás se už určitě někdy setkali s lidovým pojmem **španělské mušky**, které představují velmi populární **afrodiziakum**, nicméně faktem je, že užívání je velmi rizikové. Ve skutečnosti jde o tekutinu, kterou vylučuje brouk puchýrník lékařský z kolenních kloubů. Hlavní složkou je **vysoce toxický kantharidin**, co má euforické účinky, ale je **silně jedovatý**. Velmi známý je také **ženšen** (všehoj ženšenový), jehož kořen je od pradávna využíván v alternativní medicíně. Výtažky jsou součástí přípravků **posilujících imunitu** a celkovou kondici. Za afrodisiakum je ženšen považován na základě **povzbuzujících účinků**, které zvyšují sexuální apetit.

Přírodní afrodisiaka mohou být pomocí při řešení sexuálních problémů, které se čas od času mohou projevit v jakémkoliv vztahu. Jejich síla spočívá v **probuzení vášni**, díky kterým je možné užívat si milostný život opět plnými doušky.