

Pismo poświęcone krzewieniu idei humanistycznych i duchowych, propagowaniu nurtu życia ekologicznego, upowszechnianiu zdrowego trybu życia (jarstwo, ruch, ćwiczenia, kontakt z przyrodą), upowszechnianiu ekotechnologii, ochronie środowiska, ochronie praw człowieka i praw zwierząt, poznawaniu kultury duchowej, sztuki i tradycji indoeuropejskiej (słowiańskiej, ślwaickiej, celtyckiej, aryjskiej).

Mitologia mięsożerstwa a wegetarianizm!

Wegetariańskie Zdrowe Odżywianie przez tysiąclecia było i jest znacznie zdrowszą dla ludzkości opcją dietetyczną niż mięsożerstwo czy wszystkożerstwo zwane też odżywianiem mieszanym. Dziś nawet agencje rządowe i eksperci ochrony zdrowia przekonują ludzi, aby jedli mniej produktów pochodzenia zwierzęcego, a więcej jarzyn, ziaren, owoców i roślin strączkowych. Jest to oznaka każdej postępowej medycyny o ludzkim obliczu i każdego humanitarnych rządów, że zajmują się promowaniem zdrowego, jaskiego, opartego na produktach roślinnych odżywiania, oznaka ucywilizowania społeczeństw wychodzących z mroków średniowiecza. Wszystkie uczciwie przeprowadzone badania naukowe dowodzą, że wegetarianizm jest zdrowszy dla ludzi, a z konsumpcją mięsa wiąże się choroby i przedwczesna śmierć. Żywnienie wegetariańskie ma praktycznie same zalety, tym bardziej, że człowiek jest istotą z natury roślinożerną, posiadającą przewód pokarmowy typowy dla owocożernych. Każdy rozsądny człowiek, a szczególnie lekarz, dietetyk zawsze będzie zalecał jaskie, roślinne odżywianie, ewentualnie czasem z niewielką ilością miodu, jaj czy produktów mlecznych, które jednak nie są człowiekowi do życia konieczne, a mogą pomagać tym, którzy wybierając dobre zdrowie i długowieczność przestawiają się ze szkodliwych mięsożerzych zwyczajów na jarstwo.

Wegetarianizm jest rozwiązaniem wszelkich problemów głodu na świecie ...

Trzoda chlewna i bydło wymagają pastwisk, i upraw na których można by hodować zboża i warzywa dla wykarmienia głodującej ludzkości nie tylko Trzeciego Świata. Karmienie zwierząt rzeźnych powoduje wzrost głodu wśród ludzi, ponieważ żywy inwentarz zjada żywność z pól i łąk, z których produkty mogłyby konsumować ludzie. Wegetarianizm jest rozwiązaniem wszelkich problemów głodu na świecie, a pola wykorzystywane do produkcji pasz dla zwierząt rzeźnych można wykorzystać do uprawiania pokar-

mu dla ludzi, zmniejszając znacznie obszar upraw. Pozwala to przeznaczyć więcej powierzchni na bardzo potrzebne lasy, które produkują tlen i pomagają w utrzymaniu równowagi, bioróżnorodności gatunków w przyrodzie. Dieta efektywna dla małej zielonej planety, takiej jak Ziemia, to dieta zielona, wegetariańska, odżywianie humanitarne, bez zbędnego rozlewu krwi niewinnych ofiar, jakimi są zwierzęta hodowlane, bestialsko mordowane w rzeźniach szczególnie białej rasy. Skoro potrzeba na każdy kilogram wyprodukowanego mięsa kilkanaście kilogramów pasz, to wiadomo, w sposób oczywisty, że pożywienie mięsne jest całkowicie nieekonomiczne, a konieczność jedzenia ciał zwierząt w istocie zwłok, trupów, głoszą jedynie farmezy- biznesmeni i pseudoeksperci z branży przemysłu okołorzeźniczego, z chciwości, dla okrutnego zysku, łatwego dochodu z mięsnego konsumenta.

Przyszłość ludzkości to pójście w kierunku zdrowej alternatywy biodynamicznego, wegetariańskiego rolnictwa ...

Hodowla zwierząt jest tym, co prowadzi do głodu, a metody komercyjnego rolnictwa opartego na hodowli rzeźnej szkodzą środowisku, niszczą przyrodę. Dodatkowo monopolistyczny system dystrybucji żywności doprowadza do głodu i niedożywienia sporą część ludzkości na planecie Ziemia. Przyszłość ludzkości to pójście w kierunku zdrowej alternatywy w postaci biodynamicznego, wegetariańskiego rolnictwa opartego na uprawie owoców, jarzyn, zbóż i roślin strączkowych, gdzie hodowla żywego inwentarza ogranicza się do produkcji mleka i jajek w humanitarny dla zwierząt hodowlanych sposób. Krowa daje mleko, owca wełnę a kura jajka i ta stara mądrość musi się całkowicie odrodzić w nowym wieku ewolucji świata. Świat wegetariański polegający wyłącznie na produktach roślinnych jako źródle pożywienia jest praktycznym i ekologicznie rozsądnym pomysłem, a jeśli liczba ludzi wzrośnie znacznie powyżej

dziesięciu miliardów, to będzie absolutna konieczność, z czego zdają sobie sprawę inteligentni przywódcy państw i rządów w postępowych państwach świata.

Wspomniany czasem urojony problem z witaminą B12 w rzeczywistości nie istnieje i nigdy nie istniał, a wystarczy zjadać codziennie razowe pieczywo, ziarna pełne zbóż czy płatki z pełnych ziaren zbóż, aby organizm miał pod dostatkiem witaminy B12. Drożdże także zawierają witaminę B12 w postaci przyswajalnej, a codzienne jedzenie ziaren jakiegoś z kilku zbóż polecali mędracy już w dalekiej starożytności. Witaminy B12 nie ma w pieczywie białym ani w białej mące, ale takie oczyszczone produkty nie należą do żywienia holistycznego, jakim jest jarstwo i każda odpowiedzialna medycyna przestrzega przed spożywaniem białej mąki w postaci białego chleba czy innych produktów. Wegetarianin nie spożywa też oczyszczonego chlorku sodu, a jedynie naturalną sól kamienną oraz cukier w postaci prozdrowotnej, a nie bielutki rafinat, który jest trucizną napędzającą chociażby depresję. Anemia dotyczy zresztą mięsożerców, którzy nie spożywają zielonych produktów roślin, niezbędnego chlorofilu z roślin, potrzebnego do wytwarzania hemoglobiny w organizmie. Codzienna porcja zieleniny jest człowiekowi konieczna do życia, aby z chlorofilu organizm mógł produkować hemoglobinę, bez szukania możliwości zastępczego jej wytwarzania. Witamina B12 jest też w pełnym mleku krów, owiec czy kóz i w przetworach takich jak jogurt naturalny, ale nie ma jej w mleku odtłuszczonym w ilościach wymaganych przez organizm. Mleko odtłuszczone działa zresztą mocno alergizująco, uczulająco, stąd ci, którzy spożywają produkty mleczne, powinni dbać o to, aby pić pełne mleko, prosto od kozy czy krowy. Jogurt naturalny polecany jest także przez wiele projarjskich i długowiecznych, starożytnych kultur zdrowia, jak kultura cywilizacji wedyjskiej w Euroazji. Wszelkie płatki zbożowe, chleb pełnoziarnisty, produkty z pełnej, razowej mąki pięciu zbóż w codziennej diecie, dają wystarczającą ilość witaminy B12 każdemu człowiekowi.

Mięsożerstwo to numer jeden na liście zabójców zdrowia i życia ...

Zdrowe żywienie ma wiele zasad, a profesjonalne jarstwo, nawet w radykalnej wersji wegańskiej, to korzystanie w pełni z uroków zdrowego życia i radość zdrowej długowieczności. Zalecenie, aby w ciągu tygodnia spożywać przynajmniej pięć różnych zbóż w ich pełnej postaci, także płatków, chleba, mąki ma na celu uczynienie diety maksymalnie korzystną i wszechstronną. Codzienna porcja zieleniny, produktów posiadających roślinny chlorofil także jest wymagana, a okresowe posty wskazane każdemu dla optymalizacji zdrowia. Woda musi być oczywiście czysta i zdrowa, najlepiej źródłana, bez jakiegokolwiek toksycznej chemii w postaci dodat-

kowych związków chloru czy fluoru, które to substancje są bardzo szkodliwe dla zdrowia, toksyczne i niszczące dla organizmu. Jedzenie musi mieć dużo witamin i mikroelementów, co zapewnia żywienie roślinne, gdyż mięso zwierząt jest produktem jałowym, obliczonym na zapchanie żołądka w czasie nieurodzaju i głodu, produktem toksycznie zakwaszającym organizm. Starożytni mędracy powiadali, że mięso to przyczyna stu chorób, a dziś wiadomo, dzięki szczegółowym postępom medycyny, że produkty mięsne, zwierzęce powodują nawet dużo większą ilość chorób i cierpień, włącznie z nieludzką degradacją człowieczeństwa, jaką jest zezwierzęcenie. Mięsożerstwo i wszystkożerstwo dokonywane w bezmyślny sposób to numer jeden na liście zabójców zdrowia i życia.

Weganie i wegetarianie istnieją od początku historii ludzkości, a pierwszymi weganami byli rajscy ludzie, Adam i Ewa, którzy na owocach, jarzynach i zbożach przeżyli prawie jedno tysiąclecie, co pokazuje długowieczność jarozy od początku istnienia ludzkości. Nigdy jarosz nie ma problemów z pozyskiwaniem witaminy B12, o ile rzeczywiście stosuje się do jarskiej diety, naturalnej dla człowieka, chociaż medycyjni oszuści wiedząc, że w białym chle-

bie i w białej mące nie ma witaminy B12, próbują dla zysku i korzyści straszyć ludzi w oszukańczy sposób.

Podobne historie odnośnie witaminy D także są oszukańczym mitem, gdyż szczególnie witamina D jest w zasadzie produkowana samoistnie przez organizm, o ile oczy absorbują dość słonecznego światła, co zachęca do codziennej porcji zdrowego ruchu na świeżym powietrzu w ciągu dnia, szczególnie, gdy świeci słońce. Rzekome ogromne zapotrzebowanie na witaminę D u mięsożerców wynika stąd, że postać tej witaminy w tłuszczach zwierzęcych jest nieprzyswajalna dla organizmu, a większej ilości organizm potrafi pobrać najwyżej 10% tego, co się spożywa. Oczywiście produkty mleczne posiadają też w miarę przyswajalną postać witaminy D, a najwięcej jest w Ghi (Ghee), w klarowanym maśle z całej grupy mlecznych produktów, co zaleca się osobom, które z powodu choroby nie przebywają na otwartym powietrzu lub które siedzą długo w jaskiniach czy pod ziemią. Wszystkie rzekome problemy z odżywianiem jarskim rozwiązano u zarania ludzkości, a współczesne bardzo gruntowne badania naukowe nad jarstwem jedynie potwierdzają dawną wiedzę naukową o wegetarianizmie!

Wegetariańskie odżywianie to podstawa leczenia raka w każdej postaci, podstawa leczenia miażdżycy, chorób serca, krążenia, demencji, depresji, osteoporozy, anemii, nerek i wszystkich poważnych chorób cywilizacyjnych.

W mięsie nie ma nic zdrowego, a już szczególnie w czerwonym, dlatego dawniej ludy euroazjatyckie, szczególnie Chińczycy czy Hindusi, długo wygotowywali mięso, kilka razy, aż było pozbawione najgorszych toksyn, jeśli już z powodów nieurodzaju decydowano się na kawałek zwłok. Odwar z mięsa oczywiście był wylewany, co jest najrozsądniejszym rozwiązaniem dla mięsożerców i wszystkożerców, którzy jednak zgodnie z naturą winni być jaroszami!

Polecamy bezpłatne opracowania oraz skrypty:
1. WEGETARIANIZM a CZŁOWIECZEŃSTWO
2. CZTERY GRUPY POKARMOWE ludzkości
3. TIMOKRATYCZNY ustrój społeczny!
 Zamówienia realizuje
 Sekretariat Stowarzyszenia Macierz.

Powszechna Deklaracja Praw Człowieka

Trzecia Sesja Ogólnego Zgromadzenia ONZ, obradująca w Paryżu, uchwaliła **10 grudnia 1948** roku jednomyślnie **Powszechną Deklarację Praw Człowieka**. Dokument ten stanowi niewątpliwie jedno z największych i najtrwalszych osiągnięć ONZ. Przetłumaczona na większość języków świata Powszechna Deklaracja Praw Człowieka zbiera oraz porządkuje osiągnięcia i postulaty człowieka, który od wielu setek lat toczy nieskończoną jeszcze walkę o swoją wolność i swoją godność.

ZWAŻYWSZY, że uznanie przyrodzonej godności oraz równych i niezbywalnych praw wszystkich członków wspólnoty ludzkiej jest podstawą wolności, sprawiedliwości i pokoju świata,

ZWAŻYWSZY, że nieposzanowanie i nieprzestrzeganie praw człowieka doprowadziło do aktów barbarzyństwa, które wstrząsnęły sumieniem ludzkości, i że ogłoszono uroczystie jako najwznioślejszy cel ludzkości dążenie do zbudowania takiego świata, w którym ludzie korzystają z wolności słowa i przekonań oraz z wolności od strachu i nędzy,

ZWAŻYWSZY, że konieczne jest zawarcie praw człowieka przepisami prawa, aby nie musiał - doprowadzony do ostateczności - uciekać się do buntu przeciw tyranii i uciskowi,

ZWAŻYWSZY, że konieczne jest popieranie rozwoju przyjaznych stosunków między narodami,

ZWAŻYWSZY, że Narody Zjednoczone przywróciły swą wiarę w podstawowe prawa człowieka, godność i wartość jednostki oraz w równouprawnienie mężczyzn i kobiet, oraz wyraziły swe zdecydowanie popierania postępu społecznego i poprawy warunków życia w większej wolności,

ZWAŻYWSZY, że Państwa Członkowskie podjęły się we współpracy z Organizacją Narodów Zjednoczonych zapewnić powszechne poszanowanie i przestrzeganie praw człowieka i podstawowych wolności,

ZWAŻYWSZY, że jednakowe rozumienie tych praw i wolności ma olbrzymie znaczenie dla ich pełnej realizacji,

PRZETO Zgromadzenie Ogólne ogłasza uroczystie niniejszą **Powszechną Deklarację Praw Człowieka** jako **wspólny najwyższy cel wszystkich ludów i wszystkich narodów**, aby wszyscy ludzie i wszystkie organy społeczeństwa - mając stale w pamięci niniejszą Deklarację - dążyły w drodze nauczania i wychowywania do rozwijania poszanowania tych praw i wolności i aby zapewniły za pomocą postępowych środków o zasięgu krajowym i międzynarodowym powszechne i skuteczne uznanie i stosowanie tej Deklaracji zarówno wśród narodów Państw Członkowskich, jak i wśród narodów zamieszkujących obszary podległe ich władzy.

Art. 1. Wszyscy ludzie rodzą się wolni i równi pod względem swej godności i swych praw. Są oni obdarzeni rozumem i sumieniem i powinni postępować wobec innych w duchu braterstwa.

Art. 2. Każdy człowiek posiada wszystkie prawa i wolności zawarte w niniejszej Deklaracji bez względu na jakiejkolwiek różnice rasy, koloru, płci, języka, wyznania, poglądów politycznych i innych, narodowości, pochodzenia społecznego, majątku, urodzenia lub jakiegokolwiek innego stanu.

Nie wolno ponadto czynić żadnej różnicy w zależności od sytuacji politycznej, prawnej lub międzynarodowej kraju lub obszaru, do którego dana osoba przynależy, bez względu na to, czy dany kraj lub obszar jest niepodległy, czy też podlega systemowi powiernictwa, nie rządzi się samodzielnie lub jest w jakikolwiek sposób ograniczony w swej niepodległości.

Art. 3. Każdy człowiek ma prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa swej osoby.

Art. 4. Nie wolno nikogo czynić niewolnikiem ani nakładać na nikogo służebności; niewolnictwo i handel niewolnikami są zakazane we wszystkich swych postaciach.

Art. 5. Nie wolno nikogo torturować ani karać lub traktować w sposób okrutny, nieludzki lub poniżający.

Art. 6. Każdy człowiek ma prawo do uznania wszędzie jego osobowości prawnej.

Art. 7. Wszyscy są równi wobec prawa i mają prawo, bez jakiegokolwiek różnicy, do jednakowej ochrony prawnej. Wszyscy mają prawo do jednakowej ochrony przed jakąkolwiek dyskryminacją, będącą pogwałceniem niniejszej Deklaracji, i przed jakim-

kolwiek narażeniem na taką dyskryminację.

Art. 8. Każdy człowiek ma prawo do skutecznego odwoływania się do kompetentnych sądów krajowych przeciw czynom stanowiącym pogwałcenie podstawowych praw przyznanych mu przez konstytucję lub przez prawo.

Art. 9. Nikogo nie wolno samowolnie aresztować, zatrzymać lub wygnać z kraju.

Art. 10. Każdy człowiek ma na warunkach całkowitej równości prawo, aby przy rozstrzygnięciu o jego prawach i zobowiązaniach lub o zasadności wysuwanego przeciw niemu oskarżenia o popełnienie przestępstwa być słuchanym sprawiedliwie i publicznie przez niezależny i bezstronny sąd.

Art. 11. Każdy człowiek oskarżony o popełnienie przestępstwa ma prawo, aby uznawano go za niewinnego dopóty, dopóki nie udowodni mu się winy zgodnie z prawem podczas publicznego procesu, w którym zapewniono mu wszystkie konieczne środki obrony. Nikt nie może być skazany za przestępstwo z powodu działania lub zaniechania nie stanowiącego w chwili jego dokonania przestępstwa według prawa krajowego lub międzynarodowego. Nie wolno także wymierzać kary wyższej niż ta, która była przewidziana w chwili popełnienia przestępstwa.

Art. 12. Nie wolno ingerować samowolnie w czyjejkolwiek życie prywatne, rodzinne, domowe, ani w jego korespondencję, ani też uwłaczać jego honorowi lub dobremu imieniu. Każdy człowiek ma prawo do ochrony prawnej przeciwko takiej ingerencji lub uwłaczaniu.

Art. 13. Każdy człowiek ma prawo swobodnego poruszania się i wyboru miejsca zamieszkania w granicach każdego Państwa. Każdy człowiek ma prawo opuścić jakikolwiek kraj, włączając w to swój własny, i powrócić do swego kraju.

Art. 14. Każdy człowiek ma prawo ubiegać się o azyl i korzystać z niego w innym kraju w razie prześladowania. Nie można powoływać się na to prawo w przypadku ścigania wszczętego rzeczywiście z powodu popełnienia przestępstwa pospolitego lub czynu sprzecznego z celami i zasadami Organizacji Narodów Zjednoczonych.

Art. 15. Każdy człowiek ma prawo do posiadania obywatelstwa. Nie wolno nikogo pozbawiać samowolnie obywatelstwa ani nikomu odmawiać prawa do zmiany obywatelstwa.

Art. 16. Mężczyźni i kobiety bez względu na jakiegokolwiek różnicę rasy, narodowości lub wyznania mają prawo po osiągnięciu pełnoletności do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny. Mają oni równe prawa w odniesieniu do zawierania małżeństwa, podczas jego trwania i po jego ustaniu. Małżeństwo może być zawarte jedynie za swobodnie wyrażoną pełną zgodą przyszłych małżonków. Rodzina jest naturalną i podstawową komórką

społeczeństwa i ma prawo do ochrony ze strony społeczeństwa i Państwa.

Art. 17. Każdy człowiek, zarówno sam jak i wspólnie z innymi, ma prawo do posiadania własności. Nie wolno nikogo samowolnie pozbawiać jego własności.

Art. 18. Każdy człowiek ma prawo wolności myśli, sumienia i wyznania; prawo to obejmuje swobodę zmiany wyznania lub wiary oraz swobodę głoszenia swego wyznania lub wiary bądź indywidualnie, bądź wspólnie z innymi ludźmi, publicznie i prywatnie, poprzez nauczanie, praktykowanie, uprawianie kultu i przestrzeganie obyczajów.

Art. 19. Każdy człowiek ma prawo wolności opinii i wyrażania jej; prawo to obejmuje swobodę posiadania niezależnej opinii, poszukiwania, otrzymywania i rozpowszechniania informacji i poglądów wszelkimi środkami, bez względu na granice.

Art. 20. Każdy człowiek ma prawo pokojowego zgromadzenia i stowarzyszenia się. Nikogo nie można zmuszać do należenia do jakiegokolwiek stowarzyszenia.

Art. 21. Każdy człowiek ma prawo do uczestniczenia w rządzeniu swym krajem bezpośrednio lub poprzez swobodnie wybranych przedstawicieli. Każdy człowiek ma prawo równego dostępu do służby publicznej w swym kraju. Wola ludu jest podstawą władzy rządu; wola ta wyraża się w przeprowadzanych okresowo rzetelnych wyborach, opartych na zasadzie powszechności, równości i tajności, lub na innej równorzędnej procedurze, zapewniającej wolność wyborów.

Art. 22. Każdy człowiek ma jako członek społeczeństwa prawo do ubezpieczeń społecznych; ma również prawo do urzędziwności - poprzez wysiłek narodowy i współpracę międzynarodową oraz zgodnie z organizacją i zasobami każdego Państwa - swych praw gospodarczych, społecznych i kulturalnych, niezbędnych dla jego godności i swobodnego rozwoju jego osobowości.

Art. 23. Każdy człowiek ma prawo do pracy, do swobodnego wyboru pracy, do odpowiednich i zadowalających warunków pracy oraz do ochrony przed bezrobociem. Każdy człowiek, bez względu na jakiegokolwiek różnicę, ma prawo do równej płacy za równą pracę. Każdy pracujący ma prawo do odpowiedniego i zadowalającego wynagrodzenia, zapewniającego jemu i jego rodzinie egzystencję odpowiadającą godności ludzkiej i uzupełnianego w razie potrzeby innymi środkami pomocy społecznej. Każdy człowiek ma prawo do tworzenia związków zawodowych i do przystępowania do związków zawodowych dla ochrony swych interesów.

Art. 24. Każdy człowiek ma prawo do urlopu i wypoczynku, włączając w to rozsądne ograniczenie godzin pracy i okresowe płatne urlopy.

Art. 25. Każdy człowiek ma prawo do stopy życiowej zapewniającej zdrowie i dobrobyt jego i jego rodziny, włączając w to wyżywienie, odzież, mieszkanie, opiekę

lekarską i konieczne świadczenia socjalne, oraz prawo do ubezpieczenia na wypadek bezrobocia, choroby, niezdolności do pracy, wdowieństwa, starości lub utraty środków do życia w inny sposób od niego niezależny. Matka i dziecko mają prawo do specjalnej opieki i pomocy. Wszystkie dzieci, zarówno małżeńskie jak i pozamałżeńskie, korzystają z jednakowej ochrony społecznej.

Art. 26. Każdy człowiek ma prawo do nauki. Nauka jest bezpłatna, przynajmniej na stopniu podstawowym. Nauka podstawowa jest obowiązkowa. Oświata techniczna i zawodowa jest powszechnie dostępna, a studia wyższe są dostępne dla wszystkich na zasadzie równości w zależności od zalet osobistych. Celem nauczania jest pełny rozwój osobowości ludzkiej i ugruntowanie poszanowania praw człowieka i podstawowych wolności. Krzewi ono zrozumienie, tolerancję i przyjaźń między wszystkimi narodami, grupami rasowymi lub religijnymi; popiera działalność Organizacji Narodów Zjednoczonych zmierzającą do utrzymania pokoju. Rodzice mają prawo pierwszeństwa w wyborze nauczania, które ma być dane ich dzieciom.

Art. 27. Każdy człowiek ma prawo do swobodnego uczestniczenia w życiu kulturalnym społeczeństwa, do korzystania ze sztuki, do uczestniczenia w postępie nauki i korzystania z jego dobrodziejstw. Każdy człowiek ma prawo do ochrony moralnych i materialnych korzyści wynikających z jakiegokolwiek jego działalności naukowej, literackiej lub artystycznej.

Art. 28. Każdy człowiek ma prawo do takiego porządku społecznego i międzynarodowego, w którym prawa i wolności zawarte w niniejszej Deklaracji byłyby w pełni realizowane.

Art. 29. Każdy człowiek ma obowiązki wobec społeczeństwa, bez którego niemożliwy jest swobodny i pełny rozwój jego osobowości. W korzystaniu ze swych praw i wolności każdy człowiek podlega jedynie takim ograniczeniom, które są ustalone przez prawo wyłącznie w celu zapewnienia odpowiedniego uznania i poszanowania praw i wolności innych i w celu uczynienia zadość słusznym wymogom moralności, porządku publicznego i powszechnego dobrobytu demokratycznego społeczeństwa. Z niniejszych praw i wolności nie wolno w żadnym przypadku korzystać w sposób sprzeczny z celami i zasadami Organizacji Narodów Zjednoczonych.

Art. 30. Żadnego z postanowień niniejszej Deklaracji nie można rozumieć jako udzielającego jakimkolwiek Państwu, grupie lub osobie jakiegokolwiek prawa do podejmowania działalności lub wydawania aktów zmierzających do obalenia któregoś z praw i wolności zawartych w niniejszej Deklaracji.

<http://www.unhcr.ch/udhr/lang/pq1.htm>
The Office of the High Commissioner for Human Rights
8-14 Avenue de la Paix; 1211 Geneva 10, Switzerland
e-mail: udhr@ohchr.org, Tel. 0041 (22) 917-9000



STOWARZYSZENIE MACIERZ

Stowarzyszenie „Macierz” posiada osobowość prawną, a zarejestrowane zostało 14 maja 2002 r. w KRS w Gdańsku. Działa na całym obszarze Rzeczypospolitej Polski posiadając liczne przedstawicielstwa w wielu miejscowościach. Podstawowe cele S.M. to krzewienie idei humanistycznych, propagowanie idei życia ekologicznego, organizowanie pomocy osobom potrzebującym, upowszechnianie zdrowego trybu życia (jarstwo, ruch, ćwiczenia, kontakt z przyrodą), poznawanie kultury, sztuki i tradycji różnych narodów, prowadzenie działalności charytatywnej, upowszechnianie ekotechnologii,

naturalnego rolnictwa, prowadzenie szerokiej działalności informacyjnej i szkoleniowej poprzez wykłady, kursy i seminaria oraz indywidualne konsultacje z liderami S.M. Realizując swoje cele, S.M. prowadzi działalność edukacyjną, poprzez organizowanie wykładów, kursów, seminariów (warsztatów sobotnio – niedzielnych) i konsultacji indywidualnych dla swoich członków i osób zainteresowanych. Stowarzyszenie prowadzi działalność wydawniczą, szkoleniową i informacyjną. Prosimy pytać o materiały szkoleniowe w sekretariacie S.M. lub u lokalnych przedstawicieli stowarzyszenia.

S.M. w ramach innych działań statutowych, oferuje patronat swej osobowości prawnej dla grup i wspólnot alternatywnych, szczególnie związanych z ekorolnictwem, nowymi ekotechnologiami, sztuką. Zapraszamy do współpracy wszystkich zainteresowanych, których cele są zbliżone lub podobne. Afiliacje osób, grup, klubów czy ekofarm odbywają się na zasadach członkostwa oraz szczegółowej negocjacji i przedsięwzięcia! Szczególny nacisk w zakresie promowania różnych kultur i tradycji S.M. aktualnie kładzie na badanie i studiowanie kultury słowiańskiej, ślwaickiej, celtyckiej i aryjskiej, co jest przedmiotem

zainteresowania aktualnych członków. Ogólnie podstawą jest badanie kultury indoeuropejskiej do której należy większość ludów Euroazji.

Poszukujemy też sponsorów oraz osób chętnych do bezinteresownej pracy charytatywnej w całym kraju. Szczegółowe warunki sponsorowania pozostawiamy do indywidualnej negocjacji, podobnie i zasady poszczególnych inicjatyw charytatywnych jak dokarmianie głodnych czy organizowanie zielonych kolonii dla dzieci, zbieranie funduszy na operację dla chorych dzieci czy ofiar wypadków. S.M. pomaga też ofiarom przemocy, represji i innym pokrzywdzonym.

Zarząd Stowarzyszenia „Macierz”

SERDECZNIE DZIĘKUJEMY wszystkim naszym dotychczasowym sponsorom i **zachęcamy** do zasilenia naszego konta bankowego. **Każdy podatnik** podatku dochodowego od osób fizycznych i prawnych przekazaną na rzecz naszego stowarzyszenia **darowiznę na cele statutowe może odliczyć od dochodu** w wysokości przekazanej kwoty, nie więcej niż: **osoby fizyczne – 6%** dochodu za rok 2005, **osoby prawne – 10%** dochodu za rok 2005. **UWAGA:** wysokość darowizny musi być udokumentowana dowodem wpłaty na rachunek.

K A L E N D A R Z I M P R E Z , A K T U A L N O Ś C I

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA!

8, 9, 10 kwietnia 2005 – GDYNIA

z okazji Światowego Dnia Zdrowia Stowarzyszenie „Macierz” zaprasza na **wykłady oraz 2-dniowe warsztaty** poświęcone naturalnym metodom leczniczym.

W PROGRAMIE: jak żyć zdrowo i długo, tradycyjna medycyna uzdrawiania, jarstwo w uzdrawianiu, cztery zdrowe grupy pokarmowe, jaska dieta - dlaczego?, sztuka samouzdrawiania, medytacje zdrowia Hipokratesa, wzmacnianie witalności, ćwiczenia, antystresowe, lecznicza moc oddechu.

Warsztaty prowadzą wykwalifikowani nauczyciele Ayurwedy! **Zapisy na wykład i warsztaty:** tel./fax (058) 673-35-18 lub tel. 0503 921204, mail: macierz@macierz.net. Wszelkie dotacje prosimy kierować na konto Stowarzyszenia

DZIEŃ ZIEMI

22 KWIECIEŃ 2005 (godz: 18.00-21.00)
GDYNIA, BYDGOSZCZ

3 godzinny warsztat z cyklu: **ZIEMIA W KULTURZE DUCHOWEJ WSCHODU.**

W PROGRAMIE: harmonia z Naturą i Przyrodą, zdrowe Życie na Ziemi, jaskie odżywianie ludzi, świadomość ekologiczna, medytacje z Matką Naturą, samouzdrawianie żywiołami: Ziemia, Woda, Ogień, Wiatr, czystość przyrody a zdrowie. **SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE i ZAPISY:** GDYNIA tel. 0889 357 361, BYDGOSZCZ tel. 0601 684938; mail: macierz@macierz.net

ŻYJ BEZ STRESU!

23-24 KWIECIEŃ – BYDGOSZCZ

Dwudniowy warsztat poświęcony technikom i ćwiczeniom uwalniania się od stresów, depresji, przygnębienia. Jak radzić sobie z codziennością, przygnębieniem, smutkiem, chaosem, lękiem. Techniki zaczerpnięte z systemów Jogi, proste medytacje i techniki afirmacyjne. **ZAPISY i ZGŁOSZENIA:** tel. 0601 68 49 38, mail: macierz@macierz.net

DZIEŃ PROMOCJI WEGETARIANIZMU

10 MAJ (godz: 18.00-21.00) – ŁÓDŹ

Zapraszamy na wykład poświęcony Idei zdrowego Wegetariańskiego Życia. **W PROGRAMIE:** jak się zdrowo odżywiać? Jarstwo – Cudowne Wrota Zdrowia, Długowieczność Wegetarian, ćwiczenia relaksacyjne, zdrowe życie człowieka, witaminy i mikroelementy. **SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE:** tel. 0660 437039, mail: macierz@macierz.net

DZIEŃ BEZ PAPIEROSA

31 MAJ (godz: 18.00-21.00) – GDYNIA

3 godzinny warsztat poświęcony oczyszczającym ćwiczeniom oddechowym i innym technikom ułatwiającym zerwanie z nałogiem nikotynowym. Kuracje odwykowe, głębokie oddychanie i relaks w odwyku tytoniowym, Psychoterapia uzależnień. Samouzdrawianie. **SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE i ZAPISY:** tel. 0503 921 204; mail: macierz@macierz.net

ZIELONY OBÓZ EZOTERYCZNY DLA DZIECI

30 LIPIEC – 12 SIERPIEŃ 2005
REKOWO (woj. zachodniopomorskie)

Stowarzyszenie „Macierz” zaprasza dzieci i młodzież w wieku 10-12 lat na wegetariański, zielony obóz ezoteryczny. Obóz odbędzie się w Rekowie (woj. zachodniopomorskie), pięknie położonej miejscowości oddalonej 30 km od morza, otoczonej piękną przyrodą. Nieopodal znajdują się dwa jeziora z kąpieliskiem.

W PROGRAMIE m.in.: codzienne ćwiczenia Hatha Jogi, nauka jazdy konno, piesze wędrówki, zabawy w podchody, indiańskie zabawy (wigwamy, tipi w ośrodku), pieczenie chleba, lepienie w glinie, magiczne gry i zabawy, zwiedzanie skansenu indiańskiego, nauka esperanto, wycieczki nad morze, wspólne rysowanie mandali i mnóstwo innych edukacyjno-rozrywkowych zajęć.

KOSZT OBOZU: 600 PLN od osoby. Prosimy o możliwie najszybszą rezerwację, ze względu na ograniczoną ilość miejsc! **Szczegółowe informacje i zapisy** w sekretariacie Stowarzyszenia Macierz.

Zapraszamy i zachęcamy do podpisywania i zbierania podpisów do PETYCJI w sprawie:

1. ZAKAZU HODOWLI ZWIERZĄT FUTERKOWYCH, 2. PRZECIWKO PRZEŚLADOWANIOM MNIEJSZOŚCI WYZNANIOWYCH w POLSCE.

Petycje dostępne są na naszej stronie www.macierz.net (w formie plików PDF) i w sekretariacie Stowarzyszenia Macierz.

Kontakt: STOWARZYSZENIE «MACIERZ» Sekretariat: ul. Armii Wojska Polskiego 10/5, 84-100 Puck, Polska; tel./fax: (058) 673 35 18 tel. kom. 0-880 866 303; e-mail: macierz@macierz.net, www.macierz.net; KRS 0000111709, REGON 192645707, NIP 586-21-04-094
Składki i dotacje prosimy wpłacać na konto: Nordea Bank Polska SA I O/Gdynia, nr konta: 47 1440 1026 0000 0000 0312 4517