

#1 *NEW YORK TIMES* BESTSELLER

MEDICÍNSKE MÉDIUM

LIEČEBNÉ PLÁNY, OČISTY A RECEPTY NA ZÁCHRANU MOZGU

PRI NEUROLOGICKÝCH, AUTOIMUNITNÝCH A DUŠEVNÝCH
ZDRAVOTNÝCH PROBLÉMOCH



ANTHONY WILLIAM

AUTOR BESTSELLEROV *NEW YORK TIMES*
ZÁCHRANA PEČENE A LIEČIVÁ OČISTA

TATRAN

MEDICÍNSKE MÉDIUM

LIEČEBNÉ
PLÁNY

— MEDICÍNSKE MÉDIUM —

LIEČEBNÉ PLÁNY,
OČISTY A RECEPTY
NA ZÁCHRANU MOZGU

PRI NEUROLOGICKÝCH, AUTOIMUNITNÝCH A DUŠEVNÝCH
ZDRAVOTNÝCH PROBLÉMOCH

— ANTHONY WILLIAM —

TATRAN

Z anglického originálu Anthony William: MEDICAL MEDIUM BRAIN SAVER PROTOCOLS,
ktorý vyšiel vo vydavateľstve Hay House, Inc., Carlsbad 2022,

preložila Zuzana Močková Lorková.

Vyšlo vo Vydavateľstve TATRAN, Bratislava 2023 ako 5432. publikácia.

Vydanie I.

Prebal a polep podľa pôvodného návrhu spracoval AldoDesign.

Zodpovedná redaktorka Ina Martinová

Jazykové redaktorky Ivana Fábryová, Zuzka Šulajová

Technický redaktor Peter Zentko

Sadzba AldoDesign

Vytlačil FINIDR, s.r.o., Český Těšín.

www.slovtatran.sk

:: knihy pre **hodnotnejší** život

All rights reserved.

Autor tejto knihy neposkytuje lekárske poradenstvo ani nenariaďuje použitie akejkoľvek techniky ako formu liečby fyzických, emocionálnych alebo zdravotných problémov bez rady lekára, či už priamo alebo nepriamo. Zámerom autora je len ponúknuť informácie všeobecnej povahy, ktoré vám pomôžu pri hľadaní emocionálnej, fyzickej a duchovnej pohody.

V prípade, že použijete niektorú z informácií v tejto knihe, autor ani vydavateľ nenesú žiadnu zodpovednosť za vaše činy.

Copyright © 2022 by Anthony William

Translation © Zuzana Močková Lorková 2023

Slovak edition © Vydavateľstvo TATRAN 2023

ISBN 978-80-222-1482-7

Budúcim generáciám, ktoré budú čeliť
zdravotným problémom.

Ak ste na svojej ceste stratili nádej, vedzte, že
na stránkach tejto knihy otvoríte okno do sveta uzdravenia.
Zapamätajte si tieto slová, pretože vstúpia do vašej duše,
zapustia v nej korene, rozkvitnú a prinesú vytúžené ovocie.
Prijmite útechu od mnohých, ktorí sa uzdravili.
Môžete byť jedným z nich. Nastal váš čas.

Anthony William, Medicínske médium

OBSAH

<i>Predslov</i>	11
<i>Autorova poznámka: Ako zo Záchrany mozgu vznikli dve knihy</i>	15
<i>Ako používať túto knihu</i>	19

PRVÁ ČASŤ: Desatoro doplnkov stravy

1. kapitola: Proces vášho uzdravenia	25
2. kapitola: Zlaté pravidlá užívania doplnkov stravy	32
3. kapitola: Šokové terapie podľa Medicínskeho média	40
4. kapitola: Liečebné plány podľa Medicínskeho média	55

DRUHÁ ČASŤ: Záškodníci v mozgu

5. kapitola: Škodlivé potraviny	145
6. kapitola: Škodlivé doplnky stravy	161
7. kapitola: Škodlivé chemikálie v potravinách a doplnkoch stravy	174

TRETIA ČASŤ: Poldecová terapia mozgu

8. kapitola: Poldecová terapia mozgu podľa Medicínskeho média	183
9. kapitola: Očisty pomocou Poldecovej terapie mozgu podľa Medicínskeho média	254

ŠTVRTÁ ČASŤ: Detoxikácia ťažkých kovov

10. kapitola: Detoxikácia ťažkých kovov podľa Medicínskeho média 267

11. kapitola: Očisty pomocou detoxikácie ťažkých kovov podľa
Medicínskeho média 288

PIATA ČASŤ: Recepty na záchranu mozgu

12. kapitola: Recepty na záchranu mozgu podľa Medicínskeho média 299

ŠIESTA ČASŤ: Rehabilitácia mozgu a duše

13. kapitola: Liečebné metódy a techniky 551

14. kapitola: Hlas duše 562

Pôvod Medicínskeho média 564

Register 566

Pod'akovanie 572

PREDSLOV

Anthony je ako môj brat a zároveň tak trochu guru, strážny anjel a nadaný liečiteľ. Je to skutočne dobrý človek a vynikajúci priateľ. Mám ho veľmi rád. Odjakživa sme tu jeden pre druhého. Anthony je tu vždy pre mňa. Ak budete pozorne čítať, zistíte, že sa tým nesnažím podlizovať Duchovi súcitu. Moja vysoká mienka o Anthonym sa zakladá na skúsenostiach zo stretnutí s mnohými guruami a liečiteľmi so skutočnými schopnosťami, ale aj zo stretnutí s podvodníkmi.

Naša generácia má skutočného jasnovidca (ktorý dokáže načúvať iným) – Medicínske médium.

V roku 1990 som v Uruguaji absolvoval štúdium medicíny a presťahoval som sa do New Yorku, kde som sa zamerlal na internú medicínu a neskôr na kardiovaskulárne ochorenia. Zmena životného štýlu bola drastická, vôbec som to nečakal. Po štyroch rokoch praxe som mal nadváhu, trpel som syndrómom dráždivého čreva a silnými alergiami. No najhoršie bolo, že ma sužovali ťažké depresie. Nedokázal som fungovať.

Po návšteve gastroenterológa, alergiológa a psychiatra som mal predpísaných sedem liekov na tri diagnózy. Stále som zízal na tie recepty a niečo vo mne kričalo: „Nájd

iný spôsob!“ A tak som sa pustil do hľadania. Istý čas som strávil v kláštorech v Indii a stretol som sa s najvplyvnejšími guruami našich čias. Stretol som sa s toľkými liečiteľmi, terapeutmi, lekármi, koučmi, šamanmi, médiami a čarodejnicami, že ich ani nedokážem spočítať. Našiel som však spôsob, ako sa uzdraviť – a to prostredníctvom detoxikácie a regenerácie čriev. Stal som sa známym lekárom funkčnej medicíny a napísal som štyri knihy. Pomohol som svojimi poznatkami tisícom ľudí pri procese uzdravovania. Našiel som si tím ľudí s odbornosťami, v ktorých mám medzery, a spoločne pomáhame mnohým na ceste za zdravím. Často s nimi chodievam na konzultácie s inými odborníkmi alebo liečiteľmi. Chcem sa učiť, vidieť a pochopiť, čo a ako funguje. V oblasti liečby som sa už čo-to naučil.

No nič ma nedokáže uchvátiť viac ako Anthonyho slová. Najmä preto, lebo miera jeho úspešnosti je vysoká.

Keď som sa pred vyše desiatimi rokmi zoznámil s Anthonym, knihy o Medicínskom médiu ešte neboli publikované. Zoznámili sme sa na krste mojej prvej knihy, kam prišiel s naším spoločným priateľom. Ten priateľ ma odtiahol nabok a povedal mi, že Anthony počuje hlas, ktorý mu hovorí

o zdraví a chorobách vo všeobecnosti, ale aj konkrétnych ľudí. Okamžite som sa s ním chcel zoznámiť. Stále som premýšľal: *Je to pravda? Možno je to len psychopata a mal by brať lieky. Alebo má nejaký nadprirodzený zmysel?* Keď sme sa začali rozprávať, kriticky som Anthonyho sledoval a nielen počúval jeho slová. *Klame, alebo hovorí pravdu? Skutočne počuje nejaký hlas? Odkiaľ vychádza? Hovorí mu ten hlas presné veci? Pomáha vôbec to, čo ten hlas hovorí?*

Počas prvej minúty nášho rozhovoru som si myslel, že je nesmelý. Po piatich minútach som si uvedomil, že to ani zďaleka nie je pravda – v skutočnosti pôsobil ako neveriteľne energický a komunikatívny človek. Jeho štýl komunikácie bol zábavný a úprimný, a keď hovoril o zdraví a chorobe, veľmi precízne volil slová. Mal to v hlave dobre usporiadané. Hovoril o chorobách presvedčivo a s hlbokým porozumením, úplne ako lekár. Jeho informácie boli však pre mňa v tom čase ako z nejakého sci-fi filmu. Presvedčil ma. Počuje nejaký hlas. Zostávala teda otázka: *Vie tento hlas, o čom vlastne hovorí?* Jedným zo spôsobov, ako som to mohol posúdiť, bolo vyhľadať publikácie o výskumoch a testoch, ktoré by dokázali, že jeho tvrdenia sú vedecky podložené a medicínsky dokázané. Ďalším spôsobom bolo zhodnotiť výsledky. A tak som začal robiť oboje.

V oblasti výskumu a v publikáciách som dlho nič nenachádzal. Ukázalo sa, že informácie hlasu sú pokrokové a predstihli mnohé publikácie. Jedným z pilierov Anthonyho učenia je tvrdenie, že väčšinu chronických a mnohé akútne ochorenia spôsobujú vírusy. Niektoré vírusy zostávajú nečinné celé roky a problémy spôsobujú pri oslabenej obranyschopnosti organizmu. Iné vírusy sú staré, podaktoré zmutované a ďalšie

ešte neobjavené. Niektoré poznáme už dlho a sú také rozšírené, že pri bežných prehliadkach už ani nerobíme testy na ich prítomnosť. Taký je napríklad vírus herpesu, ktorý raz za čas spôsobuje opar na perách. S týmito vírusmi žijeme a nebojíme sa ich. Ďalším príkladom vírusu, o ktorom Anthony odjakživa tvrdí, že je príčinou mnohých príznakov a ochorení, je Epsteinov-Barrovej vírus (EBV). Anthony poukazuje na to, že takmer každý z nás je vystavený EBV a že tento vírus je buď nečinný, alebo je v našich orgánoch a žľazách len mierne aktívny, no nakoniec prenikne do centrálnej nervovej sústavy. Odjakživa hovorí, že mnohí z nás sa ním v detstve nakazili od rodičov a tí od svojich rodičov. Je všeobecne známe, že EBV sa bežne prenáša slinami z človeka nakazeného infekčnou mononukleózou známou aj ako „choroba z bozkávania“, pretože práve takto sa ňou niektorí ľudia nakazili.

V oblasti výskumu som tu a tam našiel teoretické poznatky o tom, že niektoré ochorenia, napríklad rakovina, by mohli nejako súvisieť s vírusmi. Po tom, ako začali vychádzať knihy Medicínskeho média, v komunite špecialistov na autoimunitné ochorenia sa začalo hovoriť o tom, že príčinou týchto chorôb by mohli byť bežné vírusy. Takmer desať rokov po tom, čo som napísal predslov k prvej knihe *Medicínske médium*, sa už hovorí, že Epsteinov-Barrovej vírus spôsobuje sklerózu multiplex (SM), a presne to Anthony napísal v tej prvej knihe – že skutočnou príčinou SM je EBV. Anthony uviedol zložité podrobnosti o tom, ako Epsteinov-Barrovej vírus spôsobuje telesné a neurologické príznaky spojené so sklerózou multiplex. Výskum naberá na obrátkach a poznatky, ktoré mi Anthony hovoril pred viac ako desiatimi rokmi a ktoré

vo mne niekedy vyvolávali pochybnosti, sa teraz objavujú na titulných stranách novín. Články poukazujú na stopy, ktoré spájajú postcovidový syndróm s reaktiváciou EBV, čo Anthony tvrdil vo svojej publikácii už omnoho skôr.

Toto je len pár príkladov toho, ako Anthony podľa mňa získava informácie zo zdroja, ktorý vie, o čom hovorí, a často má náskok pred vedeckým bádáním a dôkazmi aj niekoľko desaťročí.

Ako lekár funkčnej medicíny a kardiológ pomáhám ľuďom trpiacim mnohými chronickými ochoreniami. U väčšiny pacientov tak či onak využívam Anthonyho učenie. Vďaka nemu som sa stal lepším lekárom. Viem pomôcť tým, ktorým som predtým pomôcť nedokázal.

Preto som si s veľkou radosťou prečítal Anthonyho najnovšie knihy *Záchrana mozgu a Liečebné plány, očisty a recepty na záchranu mozgu*. Mozog je orgán, ktorému rozumieme najmenej, ale má najväčší vplyv na náš život. Sme schopní zachraňovať ľudí pomocou umelého a transplantovaného srdca, obličky, pečene, pľúc a iných orgánov, ale keď lekári skonštatujú mozgovú smrť, ostáva len odpojiť prístroje.

Už netrpezlivo čakám, keď si tieto knihy prečítate aj vy a nájdete v nich riešenie svojho uzdravenia, ktoré ste tak dlho hľadali.

S láskou a úctou
Alejandro Junger, M. D.,
autor bestsellerov New York Times
Clean, Clean Eats, Clean Gut a Clean 7

AUTOROVA POZNÁMKA

Ako zo Záchrany mozgu vznikli dve knihy

„Anthony, tá kniha bude mať viac ako tisíc strán. Je príliš hrubá na tlač.“ Toto mi povedal vydavateľ do telefónu týždeň po odozvaní rukopisu.

Nemôžem tvrdiť, že by ma to prekvapilo. Počas mesiacov a potom rokov práce na „knihe o mozgu“ som videl, ako sa mi hromadia na stole listy papiera. Každý, kto vedel, na čom pracujem, sa pýtal: „Nezdá sa ti, že by si to mal už uzavrieť?“

„Ludia potrebujú odpovede,“ povedal som a vrátil som sa k písaniu.

Nemal som v úmysle napísať takú objemnú knihu a uvedomil som si, že ak sa má táto kniha niekedy dostať k ľuďom, musím ju už nejako ukončiť. Stále však prichádzal nový materiál. Svet sa mení rýchlejšie a ľudia sú čoraz chorľavejší. A Duch súcitu ma varoval pred tým, čo príde v nasledujúcich piatich až desiatich rokoch a aj neskôr.

Mnohokrát som pracoval dvadsať a niekedy až dvadsaťdva hodín denne, pretože som veľa času trávil prijímaním informácií od Ducha súcitu. Pravidelne som zaspal na podlahe v kancelárii pri zasvietenom svetle, o niekoľko hodín som sa prebral a začal som znovu pracovať. Ak si z mojej práce niečo odnesiete, tak práve moje presvedčenie, že ľudia by sa o seba mali starať

vždy, keď sa dá. Mali by sa dobre stravovať, veľa spať, slniť sa, chodiť na prechádzky a podobne vždy, keď je to možné. Napriek tomu mám výčitky svedomia, že ignorujem svoje vlastné potreby, no zároveň počúvam hlas Ducha a robím to, na čo ma Boh predurčil. Často ostatným pripomínam, že život plynie rýchlo, a keď odidem z tohto sveta, bude to preto, že som pracoval pod obrovským tlakom od svitu do mrku, aby sily temnoty, ktoré sa snažia uhasiť svetlo nádeje, nemohli zabrániť svetu dostávať proroctvá Ducha. Mnohokrát som si robil žarty, že vysedím zadkom dieru do stoličky, pretože tak veľa času som strávil prácou na tejto knihe spolu s Duchom. Tento žart má teraz celkom blízko k realite. Možno konečne vyhodím svoju kancelársku stoličku, pretože sedadlo je úplne zodraté.

Vždy hovorím, že prijímanie informácií od Ducha súcitu sprevádza biela hmla, hmlistý žiarivý opar, snežná slepota. Cítim, že ma obklopuje zdroj energie, a zdá sa mi, že som niekde inde, hoci si uvedomujem, že som nikam neodišiel, pretože som v danom okamihu stále pri plnom vedomí. Počas písania *Záchrany mozgu* som strávil väčšinu času v tejto bielej hmla. Je to preto, že Duch chce, aby som na vlastné oči nielen videl

obrazy, ktoré jeho slová predstavujú, ale aj cítil podstatu utrpenia iných. Biela hmla ma má odpútať od vlastného osobného života, od povinností a zážitkov, aby som sa sústredil na informácie, ktoré sa ku mne dostávajú, a na trápenie druhých. Nejde len o prijímanie informácií a ich zapisovanie. Prijímam kompletne skúsenosti a spájam ich s tým, čím si prechádzajú iní pri zdravotných ťažkostiach. Cítim sa vtedy ako na horskej dráhe smútku a šťastia – je mi smutno z toho, čím si ľudia prešli, no teším sa, že práve toto by mohla byť cesta, na ktorej nájdú uzdravenie. Keď raz prijmem informácie od Ducha a spojím sa s nimi, musím sa ich naučiť a naštudovať si ich rovnako ako ktokoľvek iný.

Ako plynú roky, popri práci na ďalšej knihe s Duchom súcitu si všímam, že hlas, ktorý počujem, zostáva rovnaký, zatiaľ čo ja sa ako človek mením. Zmena prameňí z neprestajného uvedomovania, že na tejto planéte žije viac ako osem miliárd ľudí, ktorí nakoniec ochorejú, a nie každý dostane šancu dozvedieť sa, čo mi Duch predostrel. Je to jedna z najťažších častí tejto cesty: vedieť, že mnohí si nájdú cestu k týmto informáciám, k týmto živým slovám, no mnohí ju nenájdú. V detstve som si myslel, že každý určite dostane možnosť uzrieť múdrosť zhora, ak ho začne trápiť nejaký zdravotný problém. Dnes moje staršie ja vie, že to nemusí byť pravda. Konfrontuje moje mladšie ja, ktoré bolo skutočne presvedčené, že tieto informácie nájde každý človek na tejto planéte. Každým rokom si to čoraz viac uvedomujem a mením sa. Núti ma to často klásť otázky „prečo“ a „ako to“ a mnohé iné vo chvíli, keď prijímam informácie od Ducha a píšem o tom, ako ťažko sa nám všetkým na tomto svete žije.

Proces písania mi poskytol tiež príležitosť

stotožniť sa s tým, čím si ľudia prechádzajú. Pri sprchovaní, umývaní tváre, čistení zubov či prezliekaní som myslel na to, aké problémy trápia chronicky chorých, keď sa snažia vykonávať tieto každodenné činnosti, ktoré zdraví považujú za samozrejmosť. Mňa pri plnení svojho poslania obmedzoval len čas. No ľudia, ktorí čelia bolestivým alebo obmedzujúcim príznakom, môžu vnímať tieto činnosti ako horu, na ktorú musia vyliezť. A preto obdivujem každého, kto je schopný postarať sa v priebehu liečby sám o seba.

S chronicky chorými som sa stotožnil aj preto, že som v dôsledku písania knihy o mozgu stratil kontakt s dôležitými ľuďmi vo svojom živote. Obetoval som svoj čas a netrúvil ho s blízkymi. Zvyčajne so záujmom sledujem striedanie ročných období. Rád počúvam spev vtákov. Rád počúvam, ako duje vietor. Rád pozorujem, ako sa mení lístie a sfarbuje tráva. Nepamätám si, že by som niečo také robil alebo to dokonca registroval pri písaní *Záchrany mozgu*. Nie že by som sa sťažoval. Sú to maličkosti, ktorých sa treba zriecť. Chronicky chorí a utrpení ľudia majú pred sebou oveľa väčšie prekážky, oveľa viac obetovali aj stratili. Myslím na nich každú hodinu, ktorú strávim písaním poznatkov zhora potrebných na ich uzdravenie. Radosť prichádza neskôr, keď človek drží v rukách jednu z týchto kníh a opäť vstáva z popola.

To nás privádza späť k tomu, ako sa z knihy *Záchrana mozgu* stali vlastne dve knihy. Duch súcitu neprestáva hovoriť a mohol by som písať nepretržite. Musím byť teda ten, kto povie dosť. Vtedy príde chvíľa, keď musím ustúpiť a odovzdať informácie tým, ktorí ich potrebujú. Chcel som, aby sa tento materiál zместil do jednej knihy, aby ste mohli držať v rukách všetky odpovede naraz. Keď

mi vydavateľ zavola a povedal, aká bude veľká, musel som sa zmieriť s realitou – nikto nechce držať v ruke päťkilovú knihu a už vôbec nie niekto, kto bojuje s neurologickými príznakmi.

Premýšľal som, či by som mohol nejaký materiál vynechať. Bolo jasné, že všetky uzdravujúce odpovede a liečebné plány musia zostať. No čo s časťami, v ktorých som vysvetľoval mnohé nové medicínske poznatky o chronických ochoreniach od Medicínskeho média ako necitovaného zdroja, napríklad že Epsteinov-Barrovej vírus spôsobuje sklerózu multiplex? Veď koniec koncov nejde o mňa. Konzultoval som to s Duchom súcitu. Rozhodnutie bolo jasné – ukázať čitateľom, že napríklad určité poznatky o postcovidovom syndróme pochádzajúce z materiálu *Medicínske médium*, sú samy osebe liečivou odpoveďou. Keď čitatelia vidia, že informácie, ktoré kolujú vo svete, pôvodne pochádzajú z učenia Medicínskeho média, majú možnosť vytvoriť si novú a úplnú predstavu o tom, ako sa dá vyliečiť.

Stále som premýšľal nad tým, ako túto knihu skrátiť. Niektoré materiály sú kontroverzné. Stojí to za to? Nuž, zverejnenie pravdy o tom, prečo ľudia trpia chronickými ochoreniami, je vždy kontroverzné. Už roky o tom hovorím a píšem. Chronicky chorí boli zväčša znevažovaní a zametaní pod koberec. Je to skrytá kontroverzia, ktorú si neuvedomujete, kým sa nezastanete chronicky chorých a nepoviete pravdu o tom, prečo trpia. Temnote sa darí, keď sú ľudia, ktorí trpia príznakmi, zmätení a stratení, keď nechápu, prečo sú chorí. Temnote sa darí, keď sa chronicky chorí vydajú nesprávnou

cestou a komplikujú si život. Takže áno, v knihe muselo zostať všetko.

Vtedy nastal čas prijať návrh vydavateľa a rozdeliť „knihu o mozgu“ na dva zväzky: *Záchrana mozgu a Liečebné plány, očisty a recepty na záchranu mozgu*. Vyriešili sme aj detaily – obe knihy vyšli v rovnakom čase, aby mali ľudia prístup k všetkým informáciám naraz. V oboch knihách sú uvedené v plnom znení všetky základné nástroje Medicínskeho média – Detoxikácia ťažkých kovov, Poldecová terapia mozgu a štrnásť prispôsobiteľných očistných kúr. Hoci má človek v ruke len jednu knihu, neprichádza o žiadne dôležité liečivé zdroje.

Viac o tom, čo sa uvádza v tejto knihe a aké materiály nájdete v sprievodnej knihe, sa dočítate v nasledujúcej časti *Ako používať túto knihu*. Knihy sú koncipované tak, aby sa dali čítať samostatne, pričom každá z nich je nabitá informáciami, ktoré môžete ihneď využiť. Ako vidíte na príbehu vzniku týchto kníh, najlepšiu ochranu získate, ak si prečítate obe, lebo informácie z oboch môžete aplikovať vo svojom živote kedykoľvek.

Ak vám môžem dať jednu radu o postupe pri čítaní týchto dvoch kníh, tak znie takto: Obe obsahujú natolko obsiahle, metodicky a prezieravo zoradené informácie, že keď ich dočítate, možno vám prospeje prečítať si ich znovu, aby vaša duša aj mozog dokázali prijať a uložiť všetko uvedené. Doprajte si čas. Keď budete pripravení, prečítajte si každú knihu ešte raz. Pri novom čítaní nájdete závažné informácie a poznatky, ktoré ste si predtým ne všimli.

S obrovskou úctou
Anthony William, Medicínske médium

„Duch súcitu mi počas všetkých rokov pomoci chorým s uzdravovaním vraví, že ak poznáte pravú príčinu ochorenia, máte napoly vyhrané. Poznanie postupov, vhodných nástrojov a spôsobu ich využívania tvorí druhú polovicu víťaznej bitky.“

Anthony William, Medicínske médium

AKO POUŽÍVAŤ TÚTO KNIHU

Vďaka tejto knihe si vytvoríte liečebný plán na mieru, ktorý vaše zdravie posunie želaným a potrebným smerom. Či už sa zameriavate na duševné alebo telesné zdravie, chcete zmierniť chronické príznaky, alebo sa snažíte predísť desivým diagnózam, chcete urobiť veľké zmeny alebo, naopak, malé kroky, máte k dispozícii tieto nástroje.

Neponúkam jeden univerzálny liečebný plán pre každého. Každý človek má v sebe špecifickú zmes jedov, toxínov, patogénov, škodlivín a emocionálnych zážitkov. Nikto nie je v tej istej zdravotnej kondícii a nečelí rovnakým problémom ako niekto iný. Preto sa tu uvedené informácie dajú prispôbiť tak, aby sa mohol uzdraviť každý. Odjakživa hovorím, že neexistuje jediný „liečebný plán podľa Medicínskeho média“. Existuje ich nespočetné množstvo, pretože tieto nástroje sa dajú neustále prispôbovať vašim individuálnym potrebám. Pravdivosť týchto slov sa potvrdzuje v tejto knihe *Liečebné plány, očisty a recepty na záchranu mozgu*, ktorá ponúka v jednotlivých kapitolách rôzne možnosti liečby. Môžete okúsiť len jednu alebo ich postupne vyskúšať všetky. Tak či onak sa vo vás naštartuje proces uzdravovania.

Prvá časť *Desatoro doplnkov stravy* sa začína kapitolou, v ktorej spresňujem, ako sa môžete stať detektívom v oblasti vlastného zdravia a ako predídete chybám, ktorých by ste sa mohli v procese liečby dopustiť. Ďalšia kapitola *Zlaté pravidlá užívania doplnkov stravy* vás prevedie zoznamami doplnkov stravy so správnym dávkovaním, po ktorých nasleduje deväť Šokových terapií podľa Medicínskeho média na okamžitú úľavu. *Desatoro doplnkov stravy* so zameraním na viac ako tri stovky príznakov a ochorení poslúži vám a vašej rodine ako príručka, ku ktorej sa môžete vracaať rok čo rok, len čo vás začnú trápiť zdravotné problémy.

Druhá časť *Záškodníci v mozgu* sa podrobne venuje potravinám, doplnkom stravy a prísadám, ktoré bez nášho vedomia podryvajú zdravie mozgu a nervovej sústavy. Informácie o spôsoboch, ako obmedziť konzumáciu týchto látok alebo ich úplne vylúčiť zo svojho života, majú samy osebe silný liečivý účinok. Cieľom tejto časti nie je odsudzovanie konzumácie jedál, v ktorých hľadáme útechu, alebo vyvolávanie pocitu hanby za to, že po nich siahame. Tieto informácie vás majú utešiť a ubezpečiť, že sa môžete slobodne rozhodovať na základe