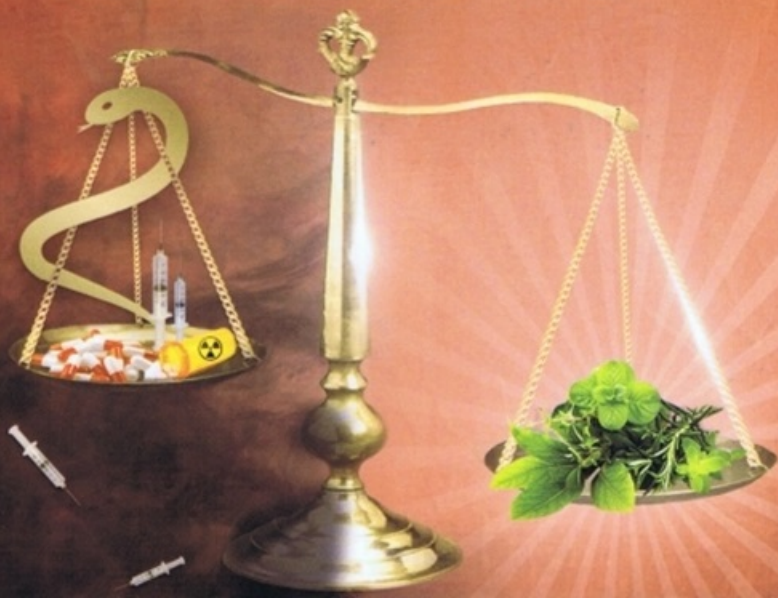


JÁN ZBOJEK

Nebojte sa chorôb

Odhalenie príčin záhadných chorôb
alebo revolúcia v uzdravovaní



Ján Zbojek

Nebojte sa chorôb

Odhalenie príčin chorôb alebo revolúcia v uzdravovaní.

Obsah:.....	1
Úvod.....	2
1.Nebojte sa chorôb.....	3
2.Revolúcia v uzdravovaní a jej podstata	5
3.Praktické skúsenosti s uzdravovaním	6
I. Myseľ, emócie a psychické problémy.....	10
II. Dýchacie problémy.....	14
III. Obezita.....	18
IV. Cukrovka.....	21
V. Kožné problémy a alergie.....	25
VI. Parazity.....	29
VII.Onkologické ochorenia.....	33
VIII. Imunitné oslabenie.....	38
IX. Poruchy vnútorných žliaz.....	41
X. Problémy s trávením.....	42
XI. Neurologické choroby depresie, migréna, skleróza multiplex, hyperaktivita a autizmus.....	44
XII. Srdcovo cievne choroby.....	47
XIII. Choroby pohybového aparátu, chrbtice, reumatoidná artritída, osteoporóza a zápaly kĺbov	50
XIV. Problémy so zubami, zápaly ďasien, paradentóza.....	53
XV. Poruchy premenštruačného syndrómu a menopauzy, otehotnenia.....	

XVI. Borelióza.....	
XVII. Skleróza multiplex, reumatoidná artritída, chronický únavový syndróm.....	
XVIII. Zdravotné problémy športovcov a zranenia.....	55
 Čo by ste mali mať v lekárničke prvej pomoci.....	59
Záver.....	60

Úvod

Choroby sprevádzajú ľudstvo od jeho vzniku. Ľudia úspešne bojujú proti chorobám už celé tisícročia pomocou liečivých bylín. Byliny obsahujú prírodné látky, ktoré dokážu dodať telu nielen elektrickú energiu, ale aj všetky potrebné živiny pre jeho rast a obnovu. Preto sa stali aj neoddeliteľnou súčasťou nášho jedálnička. Okrem stravy sa s nimi odjakživa úspešne liečili bežné choroby ako nachladnutia, kašeľ, tráviace problémy, hojenie rán a lišaje. Ich liečivé účinky využíva ako základ aj kozmetický a farmaceutický priemysel. Je preto veľký paradox, že už sa nesmú bylinám pripisovať liečivé účinky. Priemyselná revolúcia sa výrazne podpísala na znečistení prírody, životného prostredia a zdravia ľudí. S rozvojom chemického priemyslu sa za posledných 100 rokov choroby začali prejavovať v oveľa väčšom rozsahu. Vznikli nové druhy chorôb, ktoré sme predtým nepoznali. Len čo sme sa dokázali zbaviť jednej choroby, objavili sa ďalšie. Nazvali sme ich civilizačné choroby a niektoré dodnes považujeme za záhadné. Ako som už uviedol v systéme zdravia, v skutočnosti existujú len dve základné príčiny všetkých chorôb. Prvá je toxicita a druhá prekyslenie organizmu. Čoraz viac je príčinou aj dedičné oslabenie získané od rodičov. Všetky príčiny chorôb sú spôsobené tým, čo jeme, pijeme, dýchame, a čo si nanášame na kožu. Toto všetko môže naše telo a jeho bunky buď posilniť, alebo oslabiť. Ak sú telo a jeho orgány znečistené a prekyslené, tak výsledkom sú zápal a choroby.

Očistu tela od toxínov a zmenu životosprávy som popísal v knihe Šlabikár zdravia a Zlaté pravidlá stravovania. V tejto knihe odhalíme tajomstvo nevyliečiteľných chorôb a ukážeme si ako sa natrvalo zbavíte najčastejších chorôb. Vznikla tak zaujímavá trilógia so systémovým pohľadom na zdravie a jeho údržbu, stravovanie a odstraňovanie chorôb. Predstavíme si revolučný spôsob očisty organizmu pomocou bylín. Zároveň sa dozvieme, čo všetko musíte zmeniť v životospráve, aby uzdravenie bolo trvalé.

Tento text mal pôvodne slúžiť ako brožúra na rýchlu orientáciu pri výbere vhodných produktov na očistu tela len pre sieť našich zákazníkov. Po skompletizovaní produktov však vznikol jedinečný systém uzdravovania, pomocou ktorého sa dokáže človek vyliečiť z akejkoľvek choroby. Myslím si, že tieto informácie si zaslúžia všetci ľudia a nielen registrovaní členovia. Mnohí ľudia mi ďakovali za predošlé knihy, ktoré im otvorili oči pri

pohľade na systém zdravia. Som presvedčený, že rovnako užitočná bude aj táto kniha, kde predstavujem úplne iný pohľad na choroby, než na aký ste boli zvyknutí. Získané vedomosti vám umožnia konečne zobrať zodpovednosť za svoje zdravie do vlastných rúk.

1. Nebojte sa chorôb.

Svet funguje na základe prírodných zákonov tvorby, ktoré majú univerzálnu platnosť. Všetko, čo sa vo svete vytvorí, je v súlade s týmito zákonmi. Fungujú nezávisle na našom vedomí. Spadajú pod ne aj zdravie človeka a choroby. Nič nie je náhoda. Na človeka sa vzťahujú a prejavujú sa ako určité pravidlá. Nezáleží na tom, či ich poznáte alebo nie. Preto sa hovorí: „*Neznalosť zákonov neospravedľňuje.*“ Ak vypadnete zo šiesteho poschodia, pravdepodobne sa zabijete. Niektorí by povedali, že ste porušil zákon gravitácie. Neporušil, iba ste ho preukázali v praxi. Iné zákony, rovnako nekompromisné ako ten gravitačný, riadia ľudský tráviaci systém a procesy spracovania potravy. Ich neznalosť vás neochráni pred dôsledkami ich porušovania. Po prečítaní tejto knihy si začnete prinajmenšom tieto základné pravidlá uvedomovať. Budete schopní vyhnúť sa nástrahám a frustráciám, ktoré obvykle sprevádzajú vaše pokusy o zdravú výživu alebo o vyliečenie sa z vážnej choroby. Budete potešení zistením, aké jednoduché sú základné pravidlá a tiež ako jednoducho ich môžete začleniť do svojich stravovacích návykov. Ináč povedané, ak budete dodržiavať pravidlá systému zdravia, budete zdraví. Ľudia ich porušujú, ignorujú a skúšajú jesť všelijaké potraviny, nové druhy jedál, delikatesy, počítajú kalórie a napriek tomu sú chorí. Keď získajú choroby, tak sa ich snažia liečiť diétami, liekmi, chirurgickými zákrokmi alebo ožarovaním, žiaľ neúspešne. Aj na uzdravenie z choroby platia jasné pravidlá. Stačí sa ich len naučiť, pochopiť a dodržiavať. Keď budete dodržiavať systém zdravia budete dlhodobo zdraví.

Človek je zdravý vtedy, keď je jeho systém v rovnováhe. Systém človeka sa sám kontroluje, reguluje, chráni a udržiava telo v prirodzenom zdraví. Je to v ňom hlboko zakódované a pre nás tento systém spontánneho uzdravovania predstavuje taký malý zázrak. Všetky bunky a orgány sú navzájom prepojené a tvoria celistvý informačný systém. Imunitný systém a jeho jednotlivé orgány strážia každý zásah do tela a okamžite vysielajú bojovníkov na obranu a uskutočnenie nápravy. Ak je telo čisté, dokáže nás imunitný systém dokonalo chrániť pred votrelcami.

Každý nerozvážny zásah do systému zdravia človeka (napríklad liečenie liekmi, ožarovanie, chirurgické odstránenie orgánov alebo nevhodná strava a kozmetika) má vplyv na narušenie rovnováhy tela. Telo sa začne brániť, čistiť a spustí celý reťazec biochemických reakcií. Očista sa teda robí automaticky a navonok sa prejavuje rôznymi príznakmi (zápal, bolesť, opuch, pľuzgier, nadúvanie, zápcha, pálenie záhy....). Pre vás je to niečo ako negatívna spätná väzba, ktorá vás má upozorniť, že sa v tele deje niečo nenormálne. Nebojte sa ich, sú to naši pomocníci, ktorí k nám nerozlučne patria. Telo je dokonalý nástroj, ktorý sa dokáže sám uzdravovať, len mu v tom nesmieme brániť.

Príznaky očisty označuje medicínska komunita omylom ako choroby a začala proti nim bojovať chemickými liekmi. Lieky na chvíľu dokážu utlmiť zápal alebo potlačiť bolesť. Sú kyslé a toxické, a preto spôsobujú ešte väčšie znečistenie a vznik ďalších oslabení orgánov. Lieky len zbytočne blokujú prirodzený proces očisty tela. Sú agresívne, majú vedľajšie škodlivé účinky a oslabujú imunitný systém. Preto sa nám po čase choroba opäť vracia často s ešte väčším rozsahom.

Medicína neodstraňuje skutočné príčiny chorôb, ale len lieči ich príznaky liekmi. V podstate sa točíme v začarovanom kruhu, z ktorého niet východiska. Výsledkom takéhoto liečenia je sústavný nárast chorých ľudí.

Prečo sú niektorí ľudia zdraví a iní chorí?

Určite poznáte aj vy vo vašom okolí ľudí, ktorí nevedú príkladný život, naopak prejedajú sa, nešportujú, fajčia a často popíjajú alkohol. Pritom nie sú chorí a často sa dožívajú vysokého veku. Na druhej strane sú ľudia, ktorí športujú, nefajčia, nepijú a žijú podľa najnovších trendov. Aj napriek tomu počas celého života sústavne riešia zdravotné problémy a často umierajú predčasne na závažné ochorenia. Nad týmto rébusom ostáva často zdravý rozum stáť. Ako si to vysvetliť, keď ani lekári to nedokážu pochopiť?

Podľa systémového nazerania je každý človek iný. Má originálny imunitný systém, fyziologické zloženie tela a štruktúru organizmu, jedinečnú psychiku, vnímavosť, duševné schopnosti, empatiu, emočnú odolnosť a odlišné charakterové vlastnosti. Nie je to navonok vidieť, ale podstatne to ovplyvňuje stav zdravia.

Pripomínam, že každý človek má duševné, emočné a fyzické telo. Systémovo to môžeme pomenovať aj ako poznanie, vnímanie a správanie. Všetky tri telá musia byť v rovnováhe. Ináč povedané, ako myslím, tak rozprávam a tak sa aj správam. Prvé dve určujú, aké bude naše fyzické zdravie. Zdraví ľudia si väčšinou nerobia starosti s vecami, ktoré druhí neustále riešia v hlave (choroby, nedostatok peňazí, ohrozenie v práci, čo si o mne myslia druhí, kariéra...). Navonok sú veselí, optimistickí a komunikatívni. Niektorí sú zasa uzavretí, nekomunikujú, sú vážni a stále nad niečím premýšľajú. Do hláv a cítenia ľudí žiaľ nevidíme. Môžeme vidieť len to, čo robí a ako sa správa. Lenže to je len neúplný obraz, niečo ako vrchol ľadovca plávajúci na mori.

Najväčší význam pre zdravie má poznanie, čo v našom prípade predstavujú vedomosti o systéme zdravia. Na základe nových vedomostí vnímame potom zdravie ako prirodzenú vec a tomu podriadujeme aj životosprávu. Zdraví ľudia spravidla dodržiavajú prirodzenú rovnováhu vo všetkých pilieroch zdravia ako sú strava, nápoje, pohyb, kúpele a odpočinok. Jedia prevažne živé jedlá, čiže surovú stravu. Chorí ľudia sa vďaka neúplnému poznaniu sústreďujú len na niektoré vybrané oblasti ako napríklad pohyb alebo nejaká diéta v stravovaní. Spravidla jedia prevažne tepelne upravovanú stravu, čiže mŕtve jedlá. Táto nevyváženosť v životospráve sa časom podpíše na zhoršení ich zdravia. Nezabúdajte, že to, na čo najčastejšie myslíte sa napokon prejaví na stave vášho zdravia.

Naše zdravie je ovplyvnené aj geneticky po našich predkoch a rodičoch. Často pykáme za zlú životosprávu našich rodičov, po ktorých sme zdedili ich oslabené alebo nefunkčné orgány. Niektorí dostali do vienka silný systém a preto sa mu choroby vyhýbajú. Môže zjesť a vypiť čokoľvek a jeho tráviaci systém to zvládne na jednotku. Druhý od malička bojuje s akoukoľvek epidémiou, nákazou či chorobou. Jedáva len obmedzené druhy jedál a aj tak má problém s nadváhou, nafukovaním, zápchou a pálením záhy.

Naučte sa fungovať v súlade so zákonom jednoty v rôznosti. Na svete nenájdete dvoch rovnakých ľudí. Tak prečo sa sústavne snažíme hodnotiť a porovnávať zdravie jednotlivých ľudí, keď je to neporovnateľné? Niečo však má ľudstvo ako živočíšny druh spoločné a to je, že sme plodožravci, cicavci, stavovci. Pre trvalé udržiavanie zdravia je najdôležitejšie spoznať samého seba. Napríklad rasu, národnostné etnikum, svoje danosti, fyziológiu, biochémiu, osobnostnú typológiu, krvnú skupinu, genetiku, geografický pôvod predkov, metabolický typ a stupeň znečistenia tela. Keď sa na základe ich poznania dokážete zaradiť do konkrétnej kategórie, tak sa podľa toho budete vedieť aj správať. Tomu potom prispôbíte výber vhodnej stravy, pitný režim, pohybové aktivity, spôsob očisty a odpočinku. Zákon jednoty v rôznosti sa prejavuje tým, že navonok bude každý robiť niečo iné v rámci životosprávy. V konečnom dôsledku budú však všetci trvalo zdraví a plní energie.

Prečo sa bojíme chorôb?

Od pradávna sa človek bál toho, čomu nerozumel, napríklad blesk, noc, tma, zatmenie slnka alebo záhadné choroby a úmrtia... Mnohých z nich sme sa prestali báť v momente, keď sme spoznali a pochopili ich príčiny. Ale strach zo záhadných chorôb a smrti medzi nami panuje naďalej. Mnohé choroby dokáže medicína popísať a úspešne liečiť. Niektoré choroby a ich príčiny však stále nedokážeme objasniť a ťažia nás ako nočná mora. Lekári sa aspoň snažia zdokumentovať ich príznaky, aj to len na stanovenie diagnózy. Dávajú im komplikované latinské názvy, ktoré sa len ťažko dajú zapamätať. Ako keby názov a samotná diagnóza mohli niečo vyriešiť. Diagnóza sa pre mnohých lekárov stala mantrou. Podľa mňa slúžia takéto umelo vytvorené diagnózy len na to, aby sa na ich základe mohli predpísať nejaké lieky.

Najväčším strašiakom pre ľudí sú kardiovaskulárne choroby, rakovina, AIDS, Ebola, Alzheimerova a Parkinsonova choroba alebo Skleróza multiplex. Keď sa u vás objavia niektoré ich príznaky, tak vám lekári predpíšu nejaké lieky. Keď nezaberú, tak skúšajú iné, dokiaľ aspoň čiastočne nezmiernia bolesť alebo zápal. Medicínska komunita lieči príznaky chorôb často bez toho, aby poznali skutočné príčiny chorôb. V podstate stále riešia len následky znečistenia tela toxínmi a preksyslením.

Sústavne nám tvrdia, že niektoré choroby sú nevyliciteľné. Mnohí ľudia sa však z týchto zákerných chorôb vyliečili. Vtedy to pokladajú za zázrak. Prečo si nepriznajú, že jednoducho nedokážu odhaliť ich príčiny alebo že to nevedia vyliečiť? Nahovárajú nám, že sa s týmito záhadnými chorobami musíme vyrovnáť a naučiť žiť. Naznačujú, že nám aspoň dokážu zpríjemniť posledné zvyšky života. Tieto choroby žijú medzi nami ako taký strašiak, ktorý nám má pripomínať našu pomínutelnosť. To je ale pre väčšinu ľudí veľmi deprimujúce. O následkoch záhadných chorôb sa pravidelne píše v časopisoch, novinách a hlavných správach.

To spôsobuje, že potom sa medzi ľuďmi rozprávajú rôzne strašidelné príbehy, ktoré sa objavujú aj na internete. Mnohí ľudia žijú v beznádeji, obavách a strachu z týchto záhadných chorôb. Každý si v duchu hovorí: „*Len aby to nebodaj nepostihlo aj mňa.*“ Skúste porozmýšľať, komu vyhovuje takýto všeobecný stav strachu? Všetci najväčší diktátori veľmi dobre vedeli, že ľudia, ktorí sa boja sú ľahšie manipulovateľní. Niečo mi našepkáva, že za tým sú výrobcovia liekov, ktorí nám takýmto spôsobom diktujú, čo máme jesť.

Podľa mňa pravda je taká, že každá choroba sa dá vyliečiť, keď sa odstráni jej príčina. Ako už bolo naznačené v úvode, hlavnými príčinami všetkých chorôb sú toxicita, prekyslenie tela a dedičné oslabenia. Zatiaľ stále ešte platí, že keď poznáme príčiny, najvhodnejší spôsob liečenia sa vždy nájde. V tejto knihe sa dozviete aj príčiny niektorých záhadných a nevyliečiteľných chorôb. Mnohé z nich spôsobuje jeden druh vírusu, ktorý dokáže oklamať náš imunitný systém. Pri návrate k zdraviu máte dve možnosti: liečenie liekmi alebo očista tela bylinami. Teda je len na vás, pre ktorú cestu sa rozhodnete.

Keď sa dáte do rúk zdravotníctva, tak rýchlo zistíte, že starý a nefunkčný systém liečenia chemickými liekmi, ožarovaním a operáciami sa za posledných 100 rokov vôbec nezmenil. Farmaceuti vycítili túto príležitosť a zo zdravia si urobili najväčší biznis tohto tisícročia. Vyrábajú a predávajú nám čoraz väčšie množstvá liekov od bolesti hlavy až po degeneratívne choroby. V podstate zmierňujú bolesť alebo odstraňujú príznaky chorôb. V skutočnosti však len odďaľujú riešenie vzniknutých zdravotných problémov do budúcnosti, a preto sa nám choroby po čase opäť vracajú. Lekári naďalej predpisujú obrovské množstvá týchto neúčinných liekov s rôznymi vedľajšími účinkami. Štatistiky jasne hovoria, že čím viac liekov konzumujeme, tým máme viac chorých ľudí.

Proti tomuto spôsobu liečby sme ako pacienti jednoducho bezmocní. Spoločnosť si totiž presadila, aby starostlivosť o zdravie ľudí prevzalo zdravotníctvo a farmaceuti. Podriadila tomu aj legislatívu ako napríklad zákon o Zdravotných poisťovniach, preplácanie liekov, povinné prehliadky a očkovanie. Tento systém zdravotnej starostlivosti najviac vyhovuje výrobcovi liekov. Nadnárodné farmaceutické reťazce nás sústavne bombardujú reklamou na nové lieky proti bolestiam. Dokonca už aj bez lekárskeho predpisu. Lenže tieto lieky majú vedľajšie účinky. Na marketing a reklamu vyčleňujú farmaceuti miliardy eur. V lekárňach to vyzerá už ako v supermarkete. Ľudia sa nedokážu ubrániť marketingovému pretlaku veľkých firiem a tak naďalej konzumujú lieky vo veľkom. Neuvedomujú si ich vedľajšie škodlivé účinky na náš organizmus. Pred dvadsiatimi rokmi bolo úmrtie ľudí na vedľajšie účinky liekov na šestnástom mieste. Dnes sa dostalo už na štvrté miesto. Kde bude o ďalších dvadsiť rokov? Zamysleli ste sa prečo v poslednom čase nezmyselne zomiera čoraz viac ľudí na vedľajšie účinky liekov?

Situácia so zhoršovaním zdravia ľudí je už neúnosná.

Ľudia sú už unavení a už ich nebaví ležať mesiace v nemocnici bez toho, aby sa im uľavilo. Ak aj dôjde k úľave, tak je len dočasná, pretože farmakologické preparáty sú z dlhodobého hľadiska neúčinné. Tento zastaralý systém liečenia je nesystémový, lebo lieči len oslabené orgány. Pozerá sa na ne ako na „náhradné diely“ bez ohľadu na to, ako medzi sebou vzájomne súvisia.

Preto máme špecialistov pomaly na každý orgán tela, kde sa hrajú každý na svojom pieskovisku. Ak máte nejaký zdravotný problém, tak si vás špecialisti posúvajú medzi sebou a nikto vám nevie povedať jeho skutočnú príčinu. Nakoniec vám stanovia diagnózu a nasadia lieky. Keď nezaberú, skúsia druhé. Keď ani to nepomôže, tak sa napadnutý orgán chirurgicky odstráni. Za tento systém pokus – omyl začíname platiť príliš vysokú daň. Čoraz viac rastie počet ľudí bez krčných mandlí, štítnej žľazy, žľčníka, hrubého čreva, ľadviny, prsníka a podobne. Dá sa povedať, že naše telá sa pre nich stávajú objektami vlastných výskumov, ktoré nie sú zhora nikým koordinované. Najhoršie na tom je fakt, že ich chybné diagnózy a spôsoby liečby nie sú v podstate ani právne postihnuteľné. Preto sa čoraz častejšie hovorí: „Operácia sa podarila, pacient zomrel.“

Príklad:

Zákazník prišiel do servisu, že mu svieti žiarovka tlak oleja. Opravár mu povedal, aby prišiel na druhý deň. Keď si prišiel pre opravené auto, bolo mu oznámené, že auto je opravené a čakala ho faktúra na 120 €. Opýtal sa, že čo vlastne robili na aute. Servisný mechanik mu povedal, že vymontoval žiarovku. Podobne pristupujú k liečeniu niektorí lekári, keď nám vyoperujú krčné mandle, lebo sú často zapálené a antibiotiká už nezaberali. Lenže krčné mandle sú lymfatické uzliny a majú svoju konkrétnu funkciu. Ak ich stratíte, prejaví sa to niekde inde.

Súčasná medicína stále bojuje s chorobami rovnakými spôsobmi a metódami ako v minulom storočí. Takýto prístup má význam pri konkrétnych úrazoch a akútnych stavoch. Celkom však zlyháva pri všeobecnej prevencii pred ochorením a pri liečení chronických a degeneratívnych chorôb. Nasadenie tabletky od bolesti alebo proti zápalu len odsúva problém do budúcnosti, žiaľ často s ešte horšími dôsledkami.

Neriešiteľný problém zdravia ľudí

Ľudia prirodzene chcú, aby boli zdraví. Na to im však chýbajú potrebné vedomosti o očiste a správnej životospráve. Takže je logické, že bez týchto vedomostí sa časom znečistia a zanesú toxínmi. Prečo? Pretože výrobcovia vám ponúkajú chémiou nadupané potraviny, kozmetiku a čistiace prostriedky. Pri stravovaní a osobnej hygiene sme od nich závislí. Ak si znečistíte telo na určitú úroveň, postupne si upcháte tkanivá a začnú sa robiť prvé zápaly. Liečenie takto vzniknutých chorôb chemickými liekmi však drží pevne v rukách zdravotníctva a farmaceutický priemysel. Aj v tomto prípade ste opäť odkázaní výlučne na nich, lebo majú monopolné postavenie. Najhoršie na tom je fakt, že keď prepuknú choroby sme už natoľko znečistení, že v tomto štádiu sa liečenie liekmi už celkom míňa účinkom.

Naše telá sú doslova plné jedu z chémie a hlienov, ktoré v nás tikajú ako časovaná bomba. Telo je úžasný nástroj, ktorý sa dokáže samo regulovať a regenerovať. Preto dokáže tak dlho vzdorovať tomuto sústavne narastajúcemu prívalu chémie. Spočiatku ešte stíha odpratávať jedovaté čiastočky do dutín, tkanív a obaľovať ich do púzdra za pomoci cholesterolu. Hovorí sa, že všetkého veľa škodí a vždy je to len otázkou času, kedy sa to prevalí. Keď sa spustí zápalový proces a začnú sa prejavovať prvé príznaky chorôb, vtedy ideme za lekárom. Ďalší priebeh už poznáte. Chemické lieky vám v tomto štádiu už väčšinou nepomôžu, lebo „lietadlo

už padá dole.“ Naštartovaný dominový efekt sa potom väčšinou končí predčasnou smrťou. Celý čas je to sprevádzané bolesťami, zápalmi a rôznymi obmedzeniami nepríjemnými život.

Uvedomujete si vôbec, že v tomto nerovnom súboji o prežitie ste zostali nakoniec odkázaní sami na seba? Ukazuje sa, že ak chcete dôstojne prežiť v zdraví, musíte prevziať zodpovednosť za starostlivosť o svoje zdravie do vlastných rúk. K tomu však potrebujete aspoň základné vedomosti o systéme zdravia. Preto vznikla aj táto kniha, ktorá vás upozorní na najdôležitejšie princípy očisty, ako dodržiavať správnu životosprávu a ako sa zbaviť chorôb. Uvedomte si konečne, že len svojou nevedomosťou a nezodpovednosťou ste sa mnohí pripravili o to najvzácnejšie v živote a to je strata zdravia. Je teda opäť len na vás, aby ste si navrátili zdravie, lebo nikto iný to za vás nedokáže vykonať lepšie ako vy samotní. Ak vám niekto tvrdí, že vás môže vyliečiť, dajte si naňho pozor.

2.Revolúcia v uzdravovaní človeka

Poznanie systému zdravia ako možná cesta k uzdraveniu

Keďže alopatická medicína sa vybrala cestou nesystémového liečenia liekmi, musíte sa poobzerať aj po inej forme uzdravovania. Osobne dávam prednosť systému zdravia s jeho prírodnou cestou očisty bylinami a zmenou životosprávy. Na choroby sa pozeráme ako na signál, že v tele nastala nerovnováha a preto to treba dať urýchlene opäť do poriadku. Choroba je v podstate negatívna spätná väzba. Preto sa nezaobráame jednotlivými príznakmi choroby, ale hľadáme ich skutočnú príčinu. Na človeka sa pozeráme ako na živý celistvý systém, v ktorom jednotlivé orgány navzájom úzko súvisia a spolupracujú. Systém zdravia sa riadi zásadou, že choroba odíde nadobro iba vtedy, keď sa odstráni jej príčina. Mnohí ľudia už pochopili, keď bojovali o holý život, že: „*Keď si nepomôžu sami, nepomôže im nikto* “. Nie nadarmo sa hovorí: „*Pomôž si človeče, aj Boh ti pomôže.*“

Revolúcia v uzdravovaní

Preto sme spustili revolúciu v uzdravovaní ľudí. Podstata revolúcie je vo vzdelávaní ľudí o systéme zdravia. Systém zdravia je podrobne popísaný v knihe Šlabikár zdravia. Základ uzdravovania tvorí komplexná očista tela od toxínov bylinami a jeho alkalizácia zmenou životosprávy. Očista je vnútorná a vonkajšia. Vnútornú tvoria základná očista ako povinná a špecifická podľa druhov konkrétnych chorôb. Vonkajšiu očistu zabezpečuje prírodná kozmetika. Poznanie systému zdravia umožňuje ľuďom, aby sa dokázali sami uzdraviť z akejkoľvek choroby. Na to, aby ste boli zdraví nemusíte študovať medicínu a ani stať sa lekárom.

Na získanie základných vedomostí na uzdravovanie a údržbu zdravia vám celkom postačí táto kniha, Šlabikár zdravia a Zlaté pravidlá stravovania. Pre tých, ktorí sa chcú dozvedieť viac o zdraví, prípadne pomáhať s tým aj svojim blízkym odporúčam vzdelávací systém Akadémie zdravia formou e-learningu. Zaregistrovať do vzdelávania sa môžete na www.fgeurope.net. Je dokázané, že ľudia bez dôkladného poznania samých seba nie sú

schopní urobiť zmenu v životospráve. Ak aj niečo urobia, tak výsledky sú len minimálne alebo dočasné. Zistili sme, že ak dáme ľuďom podstatné vedomosti o systéme zdravia, všetci postupne začínajú preberať zodpovednosť za svoje zdravie.

Pri uzdravovaní človeka sa zameriavame na odstránenie skutočných príčin chorôb, a preto máme také dobré výsledky. Naše skúsenosti ukazujú fakt, že bez vedomostí o systéme zdravia a aktívnej spolupráce človeka nefunguje uzdravenie natrvalo. Pri uzdravení jednoducho neplatí, že niekoho poveríte, aby vás vyliečil. Doteraz sme už pomohli mnohým ľuďom zbaviť sa rôznych chronických chorôb, z ktorých sa nedokázali dovtedy vyliečiť žiadnymi liekmi. (Cukrovka druhého typu, osteoporóza, artritída, ekzémy, alergie, psoriáza, Crohnova choroba, tráviace problémy, pálenie záhy, zápcha, vysoký tlak a cholesteol, vysoká hladina Homocysteínu, obezita....) Najdôležitejšie na tomto systéme zdravia je, že samotné uzdravenie má vždy trvalý charakter.

Základ uzdravenia tvorí komplexná očista, energizácia a regenerácia tela spojená so zmenou životosprávy. Je to univerzálny a bezpečný spôsob uzdravovania, ktorý si môže robiť každý sám. Na svoje uzdravenie potrebujete len základné vedomosti o systéme zdravia a kvalitné prírodné bylinné produkty na očistu. Dá sa povedať, že všetko ostatné ohľadom vášho zdravia je vlastne vo vašich rukách. Podľa mňa lekárska starostlivosť by mala byť zameraná len na úrazy a akútne stavy. Na to sú perfektne vybavení. Samotnú prevenciu a údržbu zdravia, očistu tela a zmenu životosprávy si musíte urobiť sami. Nie je to fantastická informácia, že odteraz môžete rozhodovať o svojom zdraví a jeho údržbe sami?

Zapamätajte si, že: „*Lekár lieči a človek sa uzdravuje.*“

Produkty na vnútornú a vonkajšiu očistu organizmu

Na komplexnú systémovú očistu tela sme vytvorili vlastnú unikátnu radu FG produktov. Tvorí ju:

Základná očista:

1. Bylinné zmesi na základnú orgánovú a bunečnú očistu tela č. 1 - 12

Bylinné zmesi obsahujú po 12 – 20 bylín, ktoré sú zamerané na konkrétne orgánové sústavy. Základná očista slúži na zbavenie tela od parazitov, hlienov, vírusov, EBV, toxínov, liekov, chémie, ťažkých kovov v črevách, lymfe, žľazách, orgánoch, tkanivách a bunkách. Základná očista je teda aj bunečná a vykonáva sa systémovo postupne po všetkých orgánových sústavách v poradí detoxikácia, energizácia a regenerácia. Po základnej očiste sa dostaví príliv energie a natrvalo sa zbavíte bežných ochorení ako únava, nachladnutie, chrípka, pálenie záhy a tráviace problémy. Bylinné zmesi fungujú na princípe stravy a preto prirodzene prechádzajú celým tráviacim systémom. V rámci metabolizmu vláknina čistí črevá, bunkám sa dodávajú výživné látky na ich posilnenie a postupne sa regenerujú bunky. Základná očista sa vykonáva počas siedmich mesiacov. Pri závažných chorobách sa odporúča zopakovať si celý cyklus ešte raz.

Špecifická očista: