



NA ZDROWIE! LEKCJE ZDROWIA I WEWNĘTRZNEJ HARMONII

Lekcja 15. Bez biustonosza?



Doktor Pokrywka



Filip Żurakowski

Różne są medycyny, zdrowie jest jedno

Używane są różne nazwy: medycyna konwencjonalna, akademicka, naturalna, starożytna. Granice są płynne. Medycyna naturalna uprawiana przez lekarza - absolwenta akademii medycznej i oparta na wynikach badań naukowych jest również medycyną akademicką.

Zdrowie jest jedno, a podejścia do leczenia i zdrowienia są dwa:

- 1) Leczą tabletki.
- 2) Organizm sam leczy. Trzeba mu czasem pomóc, dając wszystko czego mu brakuje. Jeśli mechanizmy zdrowienia są zablokowane przez czynniki szkodliwe, należy te szkodliwe czynniki wyeliminować, a wtedy mechanizmy zdrowienia zostaną odblokowane i organizm sam wróci do zdrowia.

Doktor Pokrywka reprezentuje to drugie podejście: identyfikuje się z grupą lekarzy medycyny naturalnej i starożytnej.

Filip: W książce Andreea Moritza „Rak nie jest chorobą”, mocno opartej na wynikach współczesnych badań naukowych, moją uwagę zwróciło stwierdzenie: choroby serca i rak mają te same przyczyny. Dwaj najwięksi zabójcy - choroby serca i rak mają te same przyczyny! Postanowiłem porozmawiać o tym z Doktorem Pokrywka.

Panie Doktorze, co Pan o tym myśli?

Zgadzam się. Przyczyny chorób serca i raka to związki rakotwórcze, polepszacze smaku, środki spulchniające pieczywo, dioksyny czyli substancje ze spalania tworzyw sztucznych,

związki przenikające do wody i jedzenia z plastikowych butelek i opakowań. Substancje zawarte w pożywieniu, które jemy, wodzie, którą pijemy i powietrzu, którym oddychamy.

Panie Doktorze, ja zawsze mówię, że człowiek, aby się czymś zainteresował i podjął działania, musi mieć osobistą motywację. Dla mnie tą motywacją jest zdrowie moich najbliższych. Dlatego wśród wymienionych wyżej przyczyn chorób zainteresowały mnie dwie: noszenie biustonoszy przez kobiety i kontakt z telefonem komórkowym.

Wiem, Andreas Moritz powołuje się na wyniki badań, z których wynika, że kobiety noszące biustonosze częściej chorują na raka piersi niż te, które ich nie używają. Zgoda, noszenie biustonosza ogranicza przepływ limfy, z takim zastrzeżeniem: dotyczy to biustonoszy zbyt ciasnych, zostawiających odcisnięty ślad. Biustonosz dobrze dopasowany i luźny można nosić. Czy komórki są szkodliwe? Jeśli ktoś jest osłabiony, to tak. Przy użytkowaniu z umiarem przez zdrowego człowieka nie ma zagrożenia.

Ważne jest spryskiwanie przez kobietę miejsc pod pachami roztworem chlorku magnezu, czyli tzw. oliwką magnezową. Piszemy o tym dokładniej w książce *Na zdrowie!* Nie będzie wtedy brzydkiego zapachu, - ten zapach świadczyłby o rozwijających się szkodliwych bakteriach. Chlorek magnezu hamuje rozwój bakterii, a równocześnie nie ma rakotwórczego działania jak antyperspiranty.

Stefanka - przepis Barbary Żurakowskiej



Składniki:

- ❖ 1 l mleka
- ❖ szklanka ksylitolu
- ❖ 1 kostka masła
- ❖ 2 łyżki kakao
- ❖ 1 szklanka kaszy manny

- ❖ torebka cukru waniliowego
- ❖ 2 łyżki wiórków kokosowych
- ❖ 5 paczek herbatników

Polewa:

- ✚ ½ kostki masła
- ✚ ½ szklanki drobno zmielonego ksylitolu
- ✚ 2-3 łyżki kakao
- ✚ 2 łyżki gorącej wody

Jak robię polewę:

- ❖ Podgrzewam masło, po rozpuszczeniu zdejmuję z ognia.
- ❖ Wsypuję ksylitol i kakao.
- ❖ Dodaję gorącą wodę i mieszam, aż polewa zacznie gęstnieć.

Jak postępuję dalej:

- Rozpuszczam masło i ksylitol w mleku. Dalej gotując po trochu wsypuję kaszę manną cały czas mieszając. Gdy masa zgęstnieje - dosypuję kakao.
- Na blachę wyłożoną herbatnikami wlewam gorącą masę. Na jej powierzchni układam herbatniki. Polewam polewą.

Komentarz Doktora Pokrywki:

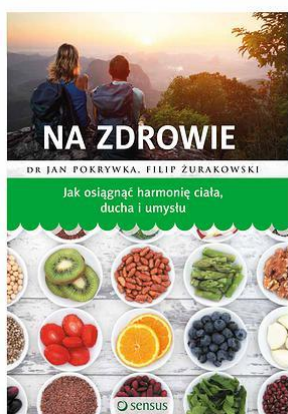
Czwórka pani Basiu. Dobrze, że już zastąpiła pani w swoich przepisach margarynę masłem, a cukier ksylitolem. (Ksylitol ma doskonałe działanie zdrowotne, piszemy o tym w książce). Zastrzeżenia mam do kaszy manny (jest produkowana z pszenicy), do herbatników (też są zazwyczaj z pszenicy) i do mleka. Jeśli zastąpi pani kaszę manną i pszenne herbatniki kaszą i ciastkami z innego zboża - będzie piątka. A gdy pani zastąpi mleko czymś innym - szóstka. Póki co - czwórka to „dobrze”, można przepis stosować. Produkt spożywany rzadko i w małych ilościach (od święta) - nie zaszkodzi, nawet, jeśli są do niego zastrzeżenia zdrowotne. Tym bardziej, że stefanka smakuje wybornie, zwłaszcza, jeśli się ją je bardzo powoli.

Coś dla ducha

Andreas Moritz pisze, że „Rak nie jest chorobą”. Pisze mądrze, ale nawet z tego, co on pisze wynika, że rak jest chorobą - z tym, że nie czymś co chce nas zniszczyć, lecz czymś, co chce nam pomóc. Już starożytni księżi

filozoficzne Wschodu stwierdzały, że choroba jest mechanizmem rozwoju ducha, a więc czymś pozytywnym. Nie jest karą, jest szansą. Wprowadza nas na nowe drogi rozwoju. Naucza tego również Siergiej Łazariew w „Bumerangu” i wszystkich innych swoich książkach. Kiedy zrozumieć - wyzdrowieję. Kiedy wyrzeknę się osądzania, oskarżania siebie i innych - wyzdrowieję.

Złota myśl Filipa: *Żeby w pełni zaakceptować siebie, przyjmij do wiadomości, że jesteś potrzebny na świecie taki, jaki jesteś.*



Książkę Doktora Pokrywki i Filipa Żurakowskiego *Na zdrowie! Jak osiągnąć harmonię ciała, ducha i umysłu* można kupić w salonach Empiku w całej Polsce lub na stronie www.nazdrowie.drpokrywka.pl

Przeczytaj recenzje o naszej książce na stronie wydawnictwa Sensus <http://sensus.pl/ksiazki/na-zdrowie-jak-osiagnac-harmonie-ciala-ducha-i-umyslu-dr-jan-pokrywka-filip-zurakowski,jakosi.htm>

Poleć *Lekcje Zdrowia i Wewnętrznej Harmonii* swoim znajomym.