



**NA ZDROWIE! LEKCJE ZDROWIA I WEWNĘTRZNEJ HARMONII**  
**Lekcja 22. Plastikowe butelki cichaczem rujną twoje zdrowie**



**Doktor Pokrywka**



**Filip Żurkowski**

Na zdrowotne właściwości wody ogromny wpływ ma opakowanie, butelka, w której ta woda jest przechowywana i sprzedawana. Naukowcy z Harvardzkiej Szkoły Zdrowia Publicznego (Harvard School of Public Health) oraz Uniwersytet Goethego we Frankfurcie nad Menem wykazali, że woda z plastikowych butelek jest niebezpieczna dla zdrowia. Z plastiku, którego użyto do produkcji butelek przenikają do wody różne substancje chemiczne, spośród których niektóre są bardzo szkodliwe. Hamują one aktywność hormonów płciowych męskich i żeńskich. Wprowadzają w ten sposób zamęt w układzie hormonalnym. Skutkiem jest słabość plemników u mężczyzn, osłabienie potencji, słabość mięśni, u kobiet zaburzenia hormonalne i bezpłodność. Może to mieć także związek z plagą nowotworów występującą od dziesięciu lat. Jeśli ingeruje się w układ hormonalny, procesy zdrowienia są osłabione i wygrywa rak.

Dotyczy to nie tylko wody. Plastikowe butelki podbijają coraz to nowe obszary. Sprzedaje się w nich soki, napoje owocowe, mleko, piwo, a nawet napoje dla niemowląt. Do rzadkości należą firmy, które trzymają się szklanych butelek.

Najbardziej szkodliwa jest woda lub napój z butelki plastikowej użytej po raz pierwszy, bo wtedy do płynu przenika najwięcej substancji z plastiku. Przy kolejnych użyciach tej samej butelki zawartość toksycznych substancji coraz bardziej maleje.

Napoje owocowe i mleczne sprzedawane są także w kartonowych pudełkach wyścielanych od wewnątrz warstwą plastiku, która powoduje, że dla zawartości pudełka efekt jest podobny, jak w plastikowych butelkach.

Dawniej butelki szklane były wykorzystywane wielokrotnie. Przed laty szeroko funkcjonowały punkty skupu szklanych butelek. Obecnie taki recykling jest bardzo utrudniony poprzez wysokie wymagania Sanepidu dotyczące mycia butelek. Proces mycia staje się w ten sposób bardzo drogi, dlatego punkty skupu znikają i recykling zamiera.

W Niemczech już od kilku lat odchodzi się od plastików i wraca do butelek szklanych. Woda red-ox, która spełnia wszelkie znane wymagania zdrowotne, sprzedawana jest wyłącznie w butelkach szklanych. Wniosek z powyższych rozważań? Jednym z czynników odblokowania procesu zdrowienia może być rezygnacja z korzystania z plastikowych butelek i przejście wyłącznie na butelki szklane.



Zdjęcie Szymon Kliszewski

### **Coś dla ducha. Jeszcze o duchowych czynnikach zdrowienia**

Przyczynami chorób mogą być negatywne uczucia w stosunku do ludzi: nienawiść, złość, zazdrość, pretensje, żale, osądzanie ich i obwinianie. Także osądzanie siebie, martwienie się przeszłością i lęk o przyszłość. Rezygnacja z osądzania jest czymś więcej niż wybaczenie. Wybaczenie – sprawiłeś mi przykrość, ale ja ci wybaczam. Osąd, ocena pozostała. Rezygnacja z osądzania: nie osądzam cię, nie potępiam, nie oskarżam. Pozostawiam osąd Bogu. Nie oceniam tego, bo nie wiem, jak było naprawdę. Może to Najwyższy tak pokierował, a więc nie jest to twoja wina. Zło trzeba zwalczać, ale nie osądzać tego, który czyni zło.

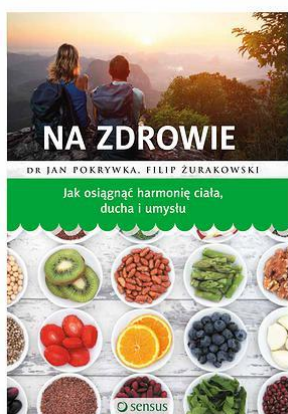
Co trzeba zrobić? Wyrazić uczucia, nie tłumić ich, czasem trzeba zbić talerz, aby wyrazić złość. Zrozumieć. Zrozumienie daje więcej niż działania terapeutyczne. Zaufać Miłującemu Ojcu, Jemu wszystko powierzyć. Wierzyć, że to On wszystkim kieruje.

Lekarz nie leczy, lekarz odblokowuje zdrowienie, organizm sam zdrowieje. Jak odblokować zdrowienie? Czasem wystarczy działanie na sferę duchową, czasem na sferę cielesną, czasem trzeba szybkiego działania na obie sfery. Odblokowujesz zdrowienie, gdy zaakceptujesz sytuację. Zgoda na to, co się dzieje. Dlaczego mam się zgodzić? Bo to, co się dzieje, rozwija mnie duchowo.

**Justyna:** Według Chińczyków pacjent jest uczniem. Dzięki chorobie możemy pójść dalej, bo inaczej stalibyśmy w miejscu. Tytuły książek, które czytam, mówią same za siebie: Choroba jako dar. Problem może być szansą.

## Złota myśl Filipa

**Jesteś prawdziwym magnesem dla tego, czego bardzo pragniesz.**



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](http://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>