

//

Koniecznie przeczytaj

[Dieta Dobrych Produktów](#)

Kupisz Tutaj

Dziadek - dzisiaj prawie 76 latek - w ciągu swoich 10 lat kariery optymalnego stale szuka, czyta, eksperymentuje na sobie

I Zdrowy i Żyje!

[Przeczytaj również](#)
[Dieta mojego dziadka](#)

I niepomiernie dziwią go Biedni Chorzy Ludzie, którzy naczytawszy się różnych krytyk Żywnienia Optymalnego boją się spróbować.

Ludzie! Zastanówcie się! A może ten Kwaśniewski ma rację?
Jeżeli pisze że czasami po 3 dniach cukrzyk może odstawić insulinę
to może Zuchwale zaryzykować te 3 czy 14 dni bez cukru i bułeczek
i pojechać na żółtkach i golonce z warzywami by sprawdzić jak to jest?
Podobnie z innymi chorobami.

Zastanów się!

Oczywiście jeżeli zapytasz o Żywnienie Optymalne swojego wspaniałego lekarza to

Wyśmieje Cię

Wyszydzi

Wystraszy

ponieważ wie, że jak spróbujesz to już nigdy do niego nie wrócisz, chyba żeby pośmiać się z niego i jego nAUKOWYCH metod po których masz zapewniony status

Dożywotniego Pacjenta - bez zniżek za wytrwałość.

O Żywnienie Optymalne pytaj TYLKO Optymalnych lekarzy. Oni nie kłamią.

Wracając do Dziadka to wprowadził następujące zmiany.

W związku z tym, że w czasach gdy dr Kwaśniewski formułował podstawowe zasady i jadłospisy żywność była żywnością a nie drogim opakowaniem z niewiadomą zawartością, niektóre z tych jadalnych i polecanych składników diety stały się absolutnie niejadalnymi.

Wszystkie wędliny to jedna wielka niewiadoma.

O ile jeszcze kiedyś zjadł kawałek salcesonu, czy kaszanki - teraz ZERO wędlin. Nie mamy dostępu do prawdziwych domowych wyrobów, więc po co się truć.

Mięso, jeżeli nie od znajomego gospodarza, to oczywiście napełnione wodą z klejem. Można jeść pod warunkiem wstępnego obgotowania w dużej ilości wody. Po 5-10 minutach wodę ze śmierdzącym klejem wylewamy i po opłukaniu mięso przygotowujemy tak jak prawdziwe.

Nóżki wieprzowe chyba nie są nastrzykiwane ale Dziadek też pierwszą wodę wylewa.

ZERO tego co się teraz chlebem, czy bułkami nazywa. Niektórzy pieką sami na zakwasie, ale optymalny tak mało chleba zużywa, że to bez sensu. Dziadek przez całe życie zapalony chlebojad, poc
zatkowo jadł czasami pumpernikiel z tego względu że +/- wiadomo co w nim jest, teraz chleba w ogóle nie zauważa.

Dziadek prawie zawsze miał psa. Czasami i kota. Czyli prawie na 100% miał takie czy inne pasożyty. Czyli miał dużą szansę na uszkodzenia jelit - przeciekające jelita. Więc sprawdził. Jak? Bardzo prosto.

Test buraczkowy

W celu przeprowadzenia testu należy wypić 50 ml świeżego soku z czerwonego buraka, nie prędzej niż dwie, trzy godziny po posiłku, i po czterech godzinach sprawdzić kolor moczu. Wynik pozytywny testu, tj. mocz zabarwiony na czerwono, świadczy o istnieniu całych tysięcy nadżerek rozszczelniających błonę śluzową przewodu pokarmowego. Potocznie taki stan rzeczy nazywamy nieszczelnością jelit, co odpowiada rzeczywistości i daje wyobrażenie o tym, co jeszcze, prócz barwnika buraków, przedostaje się tą drogą do naszego organizmu.

Autor: Józef Słonecki

<http://www.bioslone.pl/faq>

I u Dziadka wyszło lekko buraczkowo, więc znaczy dziury są. A więc trzeba oczyścić, wyleczyć, zakleić.

Jak? O tym za chwilę.

Dzisiaj w naszej żywności dramatycznie brakuje NNKT Niezbędnych Nienasyconych Kwasów Tłuszczowych. Szczególnie z grupy Omega 3. Trzeba je uzupełniać by komórki mogły prawidłowo odnawiać się i rozwijać.

Szczegóły znajdziesz na stronie z ładnym hasłem:

[Olej lniany](#)

Uzupełnić NNKT Omega 3 i zapewnić organizmowi nieuszkodzone kwasy tłuszczowe Omega 6. Uszkodzone rafinacją Omega 6 mamy we wszelkich olejach rafinowanych, margarynach i innych wynalazkach reklamowanych jako zdrowe (dla producenta i przemysłu farmaceutycznego).

Najprostszym sposobem dostarczenia organizmowi tych niezbędnych dla zdrowia NNKT jest używanie Zdrowotnych nieoczyszczonych olejów na zimno tłoczonych, przesyłanych i przechowywanych w temperaturze 4 do 10 stopni C. Te warunki gwarantują, łącznie z certyfikatem dodawanym do każdej butelki Złotopolskie oleje 10 stopniowe.

[Olej lniany](#)

Dziadek poszukał i znalazł doskonałe rozwiązanie.

Jednoczesne uszczelnianie i leczenie przewodu pokarmowego z dostarczaniem NNKT.

Koniecznie przeczytaj

[Dieta Dobrych Produktów](#)

Kupisz Tutaj

Leczniczo i profilaktycznie polecamy na czczo przyjmować taką kompleksową mieszankę.

Potem w ciągu dnia używamy olej na zimno tłoczony do sałatek itp.

U wielu osób które mają duże niedobory NNKT pojawia się apetyt na potrawy z olejem lnianym.

Instynkt zawiadamia nas wyraźnie - potrzebuję takiego oleju.

Więc nie żałuj sobie. Oleju lnianego nie przedawkujesz.

Proponowany skład mieszanki:

1 łyżka stołowa oleju lnianego złotopolskiego 10 - STOPNIOWEGO (ok. 10 gramów),

1 mała łyżeczka (ok. 4-5 gramów) oleju makowego złotopolskiego 10-STOPNIOWEGO

1 mała łyżeczka od herbaty oleju z wiesiołka złotopolskiego 10 - STOPNIOWEGO

1 - 2 łyżki soku z cytryny, albo po prostu sok z połowy niedużej cytryny.

łyżka aloesu w płynie lub żelu (ok. 10 gramów) - patrz Nasze uwagi niżej - na czerwono.

Wykonanie:

Odmierzamy do małego naczynia (filiżanka do espresso) 1-2 łyżki stołowe cytryny do której dodajemy, łyżkę stołową oleju lnianego, następnie dodajemy łyżeczkę do herbaty oleju makowego i taka samą porcję oleju z wiesiołka. Na koniec mieszankę uzupełniamy 1 łyżką stołową aloesu.

Najlepiej po spożyciu mieszanki nic nie jeść przez pół godziny.

Wyjaśnienia:

Oddziaływanie zdrowotne takiej mieszanki jest wielokierunkowe. Oprócz pozyskania przez organizm NNKT w ilościach dziennego zapotrzebowania, spełnia także zadanie lecznicze na cały przewód pokarmowy. Oleje działają osłonowo na ścianki przewodu pokarmowego, cytryna rozpuszcza stwardnienia kamienno wapienne na zwieraczkach ścianach przewodu pokarmowego, uelastyczniając je, jest naturalnym rozpuszczalnikiem złogów, aloes działa na stany zapalne błon przewodu pokarmowego w tym i na nadżerki. Olej lniany dzięki zawartemu w nim glikozydowi linamarynie ma działanie przeciwgrzybiczne i jest idealnym olejem stosowanym w przypadku candidy. Szczególnie działanie ma tutaj olej z wiesiołka, który poprawia metabolizm tłuszczów, który jak wskazują badania w 60% populacji ulega wraz z wiekiem degeneracji. Poprzez kwas gamma linolenowy zawarty w oleju z wiesiołka następuje usprawnienie enzymu (D-6-D) delta 6 denaturazy, co umożliwi lepsze przyswajanie NNKT z grupy n-6 i n-3.

Zamiennie zamiast oleju makowego można zastosować olej z dyni.

Taka kombinacja pomaga w pozbywaniu się wszelkich pasożytów.

Źródło: W kręgu run [Tutaj >>>](#)

Nasze uwagi!

Na pierwszy rzut oka widać, że jest to odmiana Mikstury Oczyszczającej Józefa Słoneckiego.

Link [Tutaj >>>](#)

Różnica polega głównie na zastosowaniu olejów.

Pan Słonecki proponuje:

- Oliwa z oliwek - nigdy nie wiadomo co się kupuje, bez względu na cenę.
- Olej kukurydziany - Słonecki nic nie pisze, ale chyba tłoczony na zimno. Również do końca nie wiadomo co kupujemy.
- Olej z pestek winogron - Jesteśmy zdecydowanie przeciwni stosowaniu oleju tłoczonego na gorąco i rafinowanego.

Zmiana co jakiś czas oleju prawdopodobnie ma na celu uniknięcie przyzwyczajania do jednego rodzaju i zapewnienie organizmowi większego wyboru zdrowotnych czynników. Dlatego proponujemy używanie naszych Zdrowotnych Olejów 10 stopniowych z jakością zagwarantowaną Certyfikatem dołączanym do każdej butelki, które oprócz funkcji uszczelnienia i wygojenia przewodu pokarmowego dostarczają Niezbędnych Nienasyconych Kwasów Tłuszczowych.

Natomiast cytujemy i proponujemy

zastosować zalecenia p. Słoneckiego odnośnie stosowania Aloesu.

Sok z aloesu rozcieńczamy wodą w stosunku 1:1, czyli do półlitrowej butelki z ciemnego szkła wlewamy ¼ litra soku z aloesu i ¼ litra wody. Wodę wcześniej należy przegotować i schłodzić do temperatury pokojowej.

Wymiennie stosujemy zalecany przez p. Słoneckiego:

Alocit z soku z pestek grejpfruta wykonujemy w ten sposób, że półlitrową butelkę z ciemnego szkła napełniamy wodą i dodajemy 35 kropli Citroseptu. (Do kupienia w każdej aptece) Wodę wcześniej należy przegotować i schłodzić do temperatury pokojowej.

Po półrocznej kuracji roztworem soku z aloesu na początku, należy co trzy miesiące zmieniać rodzaj środka gojącego (na ekstrakt z grejpfruta i odwrotnie). Te zmiany uzasadnione są faktem, że po pewnym czasie organizm „przyzwyczajają się” do każdego środka gojącego i przestaje na niego reagować. Teoretycznie można byłoby stosować tylko jeden z środków gojących i robić przerwy, ale nie jest to dobre wyjście, ponieważ nasze środowisko zatrutowane jest nieprzerwanie, więc nawet krótka przerwa w profilaktyce może spowodować niepowetowane szkody w zdrowiu.

Uwagi Słoneckiego:

1. Citrosept jako preparat ekstraktu z grejpfruta polecam tylko dlatego, że dobrze go wypróbowałem. Ale nic nie stoi na przeszkodzie, by stosować inne preparaty owego ekstraktu.
2. Sok z aloesu należy rozcieńczać wodą z tego powodu, że, jak wynika z praktyki, nierozcieńczony na początku działa zbyt gwałtownie, za to później organizm się niejako przyzwyczajają, gdyż po dwóch miesiącach w ogóle przestaje nań reagować.
3. Do wykonania alocitu nie nadają się tzw. żele aloesowe, czyli soki zagęszczone przez dodanie do nich błonnika, np. miąższu aloesowego albo pektyny, która jest po prostu

wytłoczynami jabłek, czyli w istocie odpadem po wyciśnięciu z nich soku.

4. Spośród wielu dostępnych na rynku czystych soków z aloesu, najlepiej sprawdzają się soki dwóch producentów: Natura-Styl i Laboratoria Natury.

Jak długo stosować Miksturę oczyszczającą

Propaganda medyczna wmawia społeczeństwu, że choroba jest statystyczną niespodzianką przydarzającą się pechowcom, a na jej wystąpienie wpływ mają jakieś fikcyjne czynniki – patogeny, postęp cywilizacyjny, uwarunkowania genetyczne, niedobór w organizmie leków, brak badań okresowych. Mamy po prostu łatwowiernie przyjąć do wiadomości, że sami wpływu na nasze zdrowie nie mamy, więc pozostaje jedynie zawierzyć medycynie – poddawać się badaniom kontrolnym mającym na celu jak najwcześniejsze wykrycie choroby. Następnie diagnoza, no i leki mające zablokować objawy chorobowe, a ich ustąpienie rzekomo ma być równoznaczne z wyleczeniem, czyli zakończeniem kuracji. I to jest wszystko; już o zdrowie nie trzeba dbać; medycyna zrobiła swoje.

Mikstura oczyszczająca jest dla tych, którym propagowane przez medycynę podejście do zdrowia wydaje się być postawione na głowie. Rozsądek podpowiada, że lepiej jest postawić na zdrowie, gdyż tylko ono gwarantuje uniknięcie chorób oraz dożycie późnych lat starości w doskonałej kondycji psychicznej i fizycznej. Ale dbanie o zdrowie nie jest chwilową kuracją stosowaną w chorobie, gdyż o ten najcenniejszy ludzki skarb należy dbać przez całe życie. Nie warto się łudzić, że po wyzdrowieniu stajemy się odporni na choroby. Jasno z tego wynika, że Miksturę oczyszczającą należy stosować nieprzerwanie – od wczesnego dzieciństwa do końca życia.

Tyle Pan Słonecki.

Wracamy do Dziadka.

Dziadek zastosował miksturę oczyszczającą opartą na olejach 10 stopniowych.

Pierwsza Olej Iniany + (teraz) Olej z dyni + alocit (teraz - woda+Citrosept).

Poprzednio - nie dynia, tylko Makowy. Poprzednio - woda + Aloes.

Praktycznie w samopoczuciu nic się nie zmieniło, oprócz jednego. Dziadek od lat miał prawie czarny język - Papierochy?

Dzisiaj język jest normalny, choć Dziadek kopci dalej. Oczyszcziło się? Chyba tak.

Uszczelnienia jeszcze nie sprawdzał bo to chyba za wcześnie. Jak sprawdzi - napiszemy.

Po wprowadzeniu Olejowego uszczelniania i uzupełniania Omega 3 i Omega 6 zmienił się u Dziadka rozkład posiłków.

Rano oleje z alocitem i cytryną.

Okolo 11-12 obiad złożony tylko z białek.

Poniedziałek / wtorek - mięso - golonka, lub karkówka.

Wtorek / środa - 3 Jajka + 5 żółtek na smalcu smażone.

Czwartek / piątek - Ryby

Sobota / niedziela - Kiedyś zawsze biały ser i inne nabiały - dzisiaj coś mu w tym co kupuje nie pasuje i coraz rzadziej ma dni maślano nabiałowe więc powtarza coś z poprzedniego układu.

Kolacja to węglowodany.

Surowe lub duszone na smalcu warzywa + czerwone wytrawne wino.

Koniecznienie przeczytaj

[Dieta Dobrych Produktów](#)

Kupisz Tutaj