

# MOJE PRVNÍ SETKÁNÍ S LÉČITELEM

## ANEB CO JSEM DĚLAL ŠPATNĚ

Všechno je v životě jednou poprvé, já jsem měl premiéru u léčitele. Cestou do Poděbrad k panu Zajíčkovi mě napadly různé myšlenky, jak vůbec pojmout tento článek a také jak místo každopondělní návštěvy hostince (chodíme takto už více než 40 let) budu společně s kamarádovým křečkem pojídat zrní. Snad se taky u toho budu tvářit slastně jako Franta. Tedy to je křeček...

„Tak jsem se včera vrátil z oslavy u kamaráda, byla to docela slušná oslava, spousta pití a jídla, přivítal mě pan Zajíček. Franta bude mít smůlu, napadlo mne škodolibě, ale chvíli po tom, co pan Zajíček začal vyprávět, tak mi už tak radostně nebylo. „Už vám svítí kontrolka, oslovil mě léčitel a já tušil, že teď to přijde.“ Pokud se týče bujarých oslav, tak to by měl člověk absolvovat tak maximálně patnáctkrát do roka, po zbývajících 350 dnů by měl žít zdravě,“ zpochybňuje definitivně pan Zajíček moje dohady o zdravé výživě v naší hospůdce.

„Víte, já mohu z vlastní zkušenosti říci, jak člověk vypadá, když se přejídá. Dokázal jsem sníst klidně několik porcí restauračních jater s hranolky a tatarou na posezení, navíc jsem u toho udělal spoustu piv a k panákům jsem měl také kladný vztah. A pak to přišlo, obrovské zdravotní problémy. Místo plánované operace jsem se začal léčit sám.“

Dneska už se u Zajíčků, kromě výjimek, nejvíce používá vodní filtr a odšťavovač. „Pokud bych měl dát obecné rady, pak je to pít hodně vody, minimálně 2,5 litru, a také čistit organismus.“



MÁME TOTIŽ V TĚLE  
DVA MOZKY, JAKO  
BRONTOSAURUS, TEN  
PRIMÁRNÍ V TLUSTÉM  
STŘEVĚ OVLIVŇUJE  
VLASTNĚ TEN  
SEKUNDÁRNÍ, NÁM  
ZNÁMĚJŠÍ MOZEK.

Takový klystýr dovede s vaším tělem udělat zázraky. Máme totiž v těle dva mozky, jako brontosaurus, ten primární v tlustém střevě ovlivňuje vlastně ten sekundární, nám známější mozek. Střevo zanesené toxiny výrazně ovlivňuje sekundární mozek, ten se pak dostává do stavu mozkové mlhy a naše výkonnost i duševní schopnosti prudce klesají. Samozřejmě, že kromě klystýru pomůže i vyčištění střeva u lékaře, ale já nepotřebuji žádnou asistenci. Pokud střevo zanesete a nečistíte, nemůžete se divit žádným zdravotním potížím. Ještě pokud jde o tu vodu, stačí z vodovodu filtrovaná, pokud pijete balenou, tak spíše dejte přednost té z větších hloubek.“ Tak a je to tady, říkám si a počítám peníze, kolik si budu moci koupit sýrů, tvarohu a taky to mléko začnu pít denně. No jo, ale vzápětí dostávám další úder do svých zažitých představ.

„No, to byste nezačal moc dobře, bílé jedy, mezi které počítám také mouku, sůl a cukr, by vám mnoho nepomohly,“ překvapuje mne pan Zajíček. Takže hypermarkety nebo Čířan prodávající tak krásně uleželou nivu u nás za rohem přijde zkrátka. „A co víno?“ táží se nesměle s malou nadějí v hlase. „Může být, ne moc a kvalitní červené.“ Na chvíli



se mi ulevuje, i když vzápětí si vzpomínám, že jsem si koupil ve výprodeji karton španělských vín po 29 korunách, ale tento nápoj neměl pan Zajíček asi zrovna na mysli. „Že se ještě vracím k těm sýrům, jsou výjimky i u mléčných produktů, například čerstvá nepasterizovaná brynza, to je naopak velmi zdravé jídlo,“ **poznává léčitel.** „Máme tedy jíst především hodně ovoce a zeleniny, maso jen výjimečně a vejce, bezprostředně po tom, když jsou sneseny slepicí.“

Člověk by mohl poslouchat co dělá špatně hodiny a hodiny. Můžete se dozvědět o tom, jak se vypořádat s rakovinou, jaké léčebné výsledky jsou nejlepší u těch, kteří jsou nejzoufalejší, a tak velmi přísně dodržují jim dávané rady a mnoho dalších věcí. Pokud si kliknete na stránky Jaroslava Zajíčka [www.zdravi-az.cz](http://www.zdravi-az.cz), bude to určitě prospěšné, podrobné vysvětlení by přespáhlo možnosti tohoto článku.

Tak odjíždím z Poděbrad domů, pln dojmů a kolem mne se mihne heslo Na srdce jsou Poděbrady. Napadá mne, že by vedle toho mohlo stát: „Na tlusté střevo je Zajíček“. Jak jsem léčitele poznal, myslím si, že by se ani neurazil. ■



## VÁNOCE, VÁNOCE PŘICHÁZEJÍ

Ještě nedávno jsme si užívali koupání a dovolené a najednou se hovoří o čase adventním i vánočním. Ale je to tak – svažené víno, koledy, nasvícená náměstí, jesličky v kostelech i malých kapličkách pomalu přicházejí. Čas adventní se rychle přiblížil a mnozí se poohlížejí po adventním věnci. Nabízíme Vám nápadité a hlavně dlouhodobé řešení. Tím je keramický adventní věnec. Nazdobený dle ročního období (podzim, jaro, Velikonoce...) může být vkusným doplňkem domova po celý rok a nejen na Vánoce. Ke zdobení lze použít jak sušené, tak čerstvé květiny (lze do něj jako do vázy nalít vodu). Barevné provedení je „džínová“ (na obrázku), světle a tmavo hnědá a bílá.

Objednat si jej můžete i na dobírku za 399 Kč (cena je včetně balného a poštovného) na telefonu **603 204 985**, nebo e-mailem: [daghalasova.keramika@centrum.cz](mailto:daghalasova.keramika@centrum.cz)  
Přejeme mírem a pokojem provoněné svátky.

## » Festival alpinismu s Messnerem

Účast největší současné alpinistické osobnosti Reinholda Messnera bude ozdobou Smíchovského festivalu alpinismu, který se uskuteční od 20. do 22. listopadu v pražském Národním domě na Smíchově. Pochopitelně, že na této akci nebude chybět pražský primátor Pavel Bém, který spolu se starostou Prahy 5 Milanem Jančíkem, převzal nad touto akcí záštitu. ■



1. VELETRH SPOTŘEBNÍHO ZBOŽÍ

**STŘÍBRNÉ VÁNOČNÍ DNY**

10. – 13. 12. 2009

PRAŽSKÝ VELETRŽNÍ AREÁL LETĚNANY

**KUPON NA 50% SLEVU NA VSTUP**  
U POKLADNY VYMĚKTE ZA ZLEVNĚNOU VSTUPENKU

Parkování zdarma!

**ABF**  
[www.vanocni.dny.cz](http://www.vanocni.dny.cz)

Grand express