

# Zdrowie drogą do sukcesu

Fragmenty wykładu dr. Jaromira Bertlika

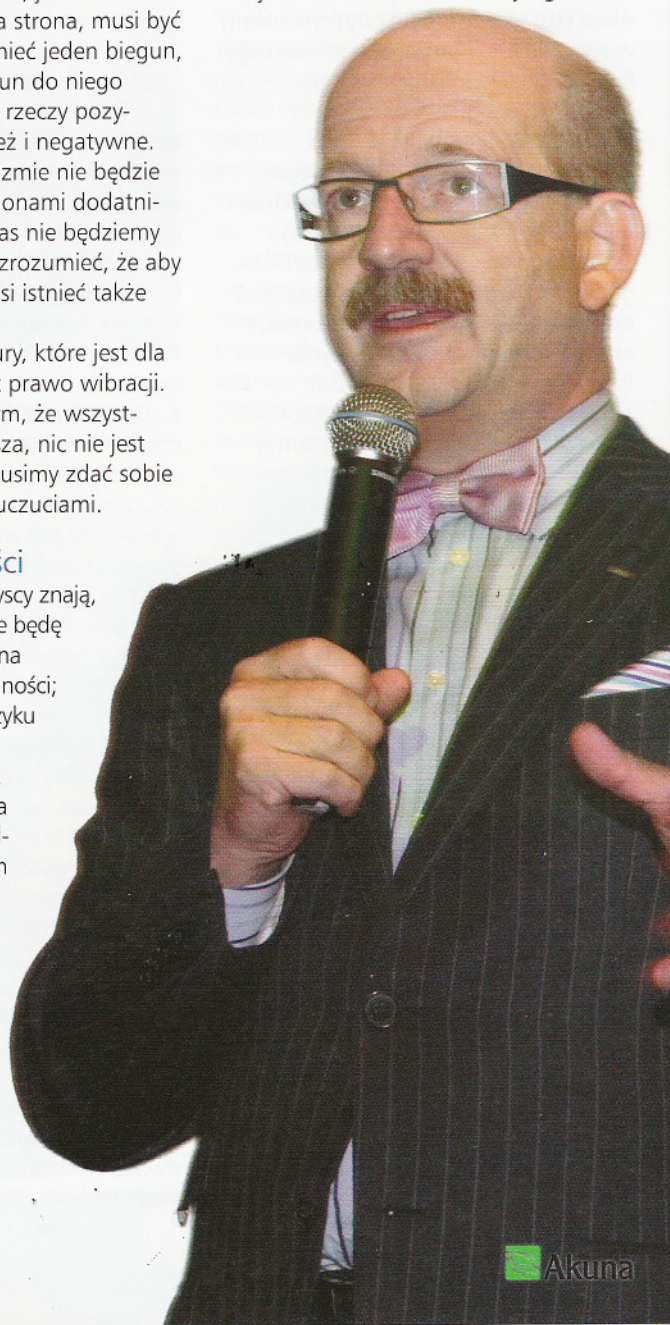
Żyjemy w świecie, którym rządzą dwie strony – jeśli jest światło, musi istnieć ciemność, jeśli jest ciepło, jest także zimno, jeżeli jest prawa strona, musi być też lewa. Aby mógł istnieć jeden biegun, musi istnieć także biegun do niego przeciwny. Jeśli istnieją rzeczy pozytywne, muszą istnieć też i negatywne. Jeżeli w naszym organizmie nie będzie równowagi pomiędzy jonami dodatnimi i ujemnymi, wówczas nie będziemy zdrowi. Musimy także zrozumieć, że aby zaistniała choroba, musi istnieć także zdrowie.

Kolejnym prawem natury, które jest dla nas bardzo ważne, jest prawo wibracji. Zasada mówi nam o tym, że wszystko na świecie się porusza, nic nie jest w stanie spoczynku. Musimy zdać sobie sprawę, iż ruchy te są uczuciami.

## Teoria względności

Teorię względności wszyscy znają, definicja to  $E = mc^2$ . Nie będę mówił o definicji Einsteina dotyczącej teorii względności; zasada ta w prostym języku tłumaczy wszystko, co się na świecie dzieje, jak świat funkcjonuje. Teoria względności jest naturalną formułą, jest prawem natury. Nic na świecie nie jest dobre lub złe, duże lub małe... póki do czegoś tego nie odniesiemy. Dla nas ważne jest, abyśmy odnosili swoją sytuację do czegoś gorszego, a będziemy czuli się lepiej. Na pewno Pań-

stwo, którzy nie macie jeszcze własnego domu, poczujecie się lepiej, jeśli odniesiecie się do osób bezdomnych. Większość ludzi nie wykorzystuje całego swojego potencjału w ciągu życia. Badania pokazują, że 80% osób nigdy nie będzie czuło się naprawdę szczęśliwymi, jeśli nie będą chcieli tego szczęścia. To jest właśnie nasz cel, my chcemy poznać przyczyny takiego stanu. Przyczyna jest bardzo prosta. Oceniamy świat, koncentrując się jedynie na rzeczach, które możemy zobaczyć lub dotknąć. Musimy spojrzeć na ten problem trochę inaczej. Wyobraźcie sobie Państwo drzewo, które składa się z dwóch części: nadziemnej i podziemnej. Wyobraźmy sobie, że to jest jabłoń i rodzi zepsute jabłka. Można wyrzucić te jabłka do śmieci i poczekać, aż drzewo zaowocuje w przyszłym roku, ale możecie być pewni, że za rok jabłka też będą zepsute. To nie jest dobra metoda. Dobry ogrodnik



zacznie zastanawiać się nad korzeniami. Jeśli ogrodnik zastanowi się nad korzeniami, wie, jak poprawić jakość jabłek. Można oczekiwać, że w przyszłym roku jabłko będzie dawać lepsze i smaczniejsze owoce. Jeśli chcecie poprawić jakość owoców, musicie najpierw poprawić jakość korzeni. Jeśli chcecie poprawić swój świat namacalny, musicie zacząć od tego, co niewidzialne.

## Zaprogramowany organizm

Teraz pokażę proces dokonywania tych zmian, jak to wszystko funkcjonuje. To jest bardzo proste, zaczyna się od tego, iż każdy z nas od dnia swoich narodzin jest w jakiś sposób zaprogramowany. Kiedy mama dawała nam pokarm z piersi, w tym czasie zmieniała też nasze pieluszki, potem nauczyła nas, jak korzystać z łazienki i myć się raz dziennie.

Dlatego zacząłem od kwestii zaprogramowania, ponieważ nasz organizm jest nastawiony tak, aby wypróżniać się po każdym posiłku. A mogę zagwarantować, że na tej sali są osoby, które wypróżniają się tylko dwa razy w tygodniu. Taka osoba czuje się ciężko, boli ją żołądek, jest zmęczona. Negatywne uczucia tworzą czyni tej osoby, a czyni, które ta osoba podejmie, doprowadzą do określonych rezultatów.

Jako że jesteśmy zaprogramowani, w ciągu naszego życia musimy ten program przywrócić i zacząć myśleć, jak to zrobić. Dlatego osoby, które wypróżniają się dwa razy w tygodniu, powinny zacząć myśleć, co zrobić, by chodzić do toalety dwa razy dziennie. Chęć uaktywnienia tego zaprogramowania kreuje nasze myśli, nasze myśli przeistaczają się później w uczucia.

W takiej sytuacji każdy musi podjąć ryzyko, a dzieje się tak w ciągu całego naszego życia.

Płacząc ryzykujesz, że ludzie uznają cię za sentymentalnego.

Jeśli kogoś kocham, ryzykuję, że ta miłość będzie nieodwzajemniona. Jeżeli żyję, ryzykuję, że pewnego dnia umrę. Strach przed

ryzykiem powoduje, że nasze działania są mało efektywne. Musimy poprawić nasze wewnętrzne ego.

Od roku 2005 do 2010 amerykański rynek płynnych suplementów wzrosło o 39,3%. Przyczyna jest taka, iż większość ludzi woli spożywać produkty płynne. Uważają, że są one smaczniejsze i są lepiej trawione niż tabletki czy kapsułki. Dlatego naszym celem jest wytwarzanie produktów w postaci płynnej.

## Jakie są przyczyny wszelkich schorzeń:

- nadmiar toksyn w organizmie (żyjemy w XXI w. i wdychamy powietrze z uprzemysłowionych miast, jemy coraz więcej pokarmów, które są przetworzone, coraz więcej barwników, a nasze organy filtrujące nie są w stanie wyeliminować wszystkich toksyn z organizmu)
- niedobór substancji odżywczych (pożywienie, które kupujemy w marketach nie jest takiej jakości, jakiej potrzebuje nasz organizm)
- chaos elektromagnetyczny (w naszym otoczeniu jest wiele urządzeń, które produkują negatywne pole elektromagnetyczne, prawie każda rodzina w dzisiejszych czasach posiada mikrofalówkę, komputer, telewizor)
- stres (każdy z nas żyje dzisiaj pod presją jakiegoś stresu; ktoś się denerwuje, bo musi stać na czerwonym świetle, inny denerwuje się, kiedy musi stać w kolejce do kasy, inna osoba stresuje się, ponieważ cierpi na poważne schorzenia – stres w dużym stopniu wpływa na niszczenie naszego organizmu, szczególnie na niszczenie jelit).

Dlatego właśnie używamy Alveo!

Alveo jest ziołowym tonikiem, który wspomaga oczyszczanie naszego organizmu. Oczyszcza nie z zewnątrz, ale od wewnątrz. Alveo dostarcza nam również energii. Możemy dłużej pracować, mamy więcej siły, aby pokonywać codzienne trudności.

Jest jednak problem, który dotyka każdego z nas. Starzejemy się. Z biegiem lat zmienia się nasze ciało, zmieniają się reakcje biochemiczne. Spowolnienie tych reakcji powoduje, że nasze ciało staje się coraz bardziej zakwaszone. A jeśli odczyn naszego organizmu jest coraz bardziej kwaśny, tworzy idealne warunki do rozwoju wszelkich stanów zapalnych.

## Jaka jest definicja zdrowia?

Zmniejszenie stanów zapalnych to biochemiczna definicja zdrowia. Zmniejszenie ilości stanów zapalnych w naszym organizmie znacznie wydłuży nam życie, spowolni również proces powstawania chorób chronicznych. A jeśli uda nam się choć trochę zmniejszyć liczbę stanów zapalnych w organizmie, na pewno będziemy się czuli lepiej.

Co to jest stan zapalny? To miejscowa ochronna reakcja tkanki na podrażnienie, skaleczenie lub infekcję, charakteryzująca się bólem, zaczerwienieniem, opuchlizną, a czasem nawet utratą funkcji.

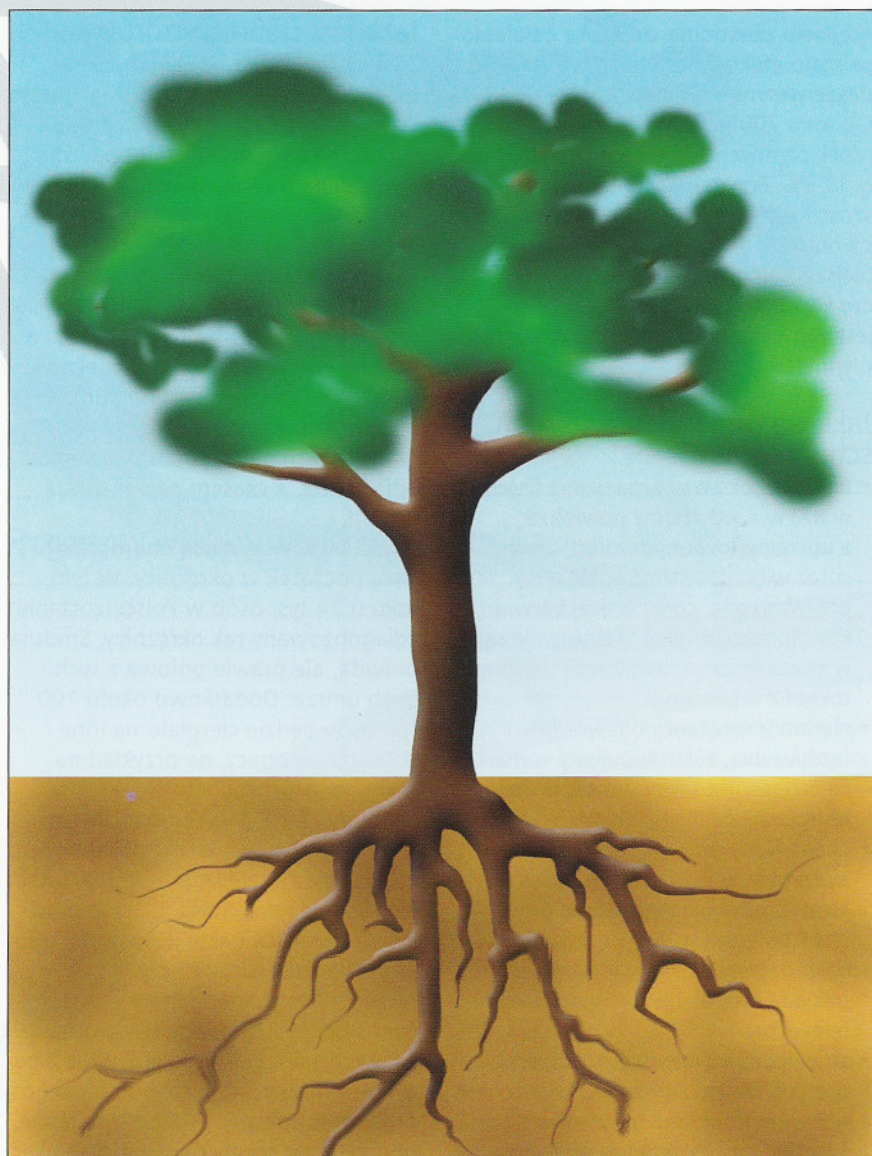
Około 90% wszystkich chorób ma swój początek w okrężnicy. W tym roku u 24 tys. osób w Polsce zostanie zdiagnozowany rak okrężnicy. Smutna prawda, ale prawie połowa z tych osób umrze. Dodatkowo około 100 tys. osób będzie cierpiało na inne choroby okrężnicy, na przykład na chorobę Crohna.

Jelito grube ma 3 m długości. W tym właśnie miejscu większość pokarmów, które jemy, zostaje przetworzona, tutaj ulegają one fermentacji. Dlatego musimy się starać, by nasze jelito grube było jak najbardziej zdrowe i czyste.

Alveo jest produktem, który w znacznym stopniu wspomaga ten proces. Jak już wcześniej powiedziałem, wraz z pożywieniem wprowadzamy do naszego organizmu toksyny. W zdrowym jelicie, poprzez jego ściany powinny przenikać tylko substancje odżywcze, a wszystkie toksyny powinny zostać wyeliminowane. Jeśli nasze jelito jest chore, to również toksyny przedostają się przez ścianki do naszego organizmu. A także dużo mikroorganizmów, jak pleśń i grzyby, które mogą wyrządzić nam wielką krzywdę.

## Niebezpieczne toksyny

Każda z komórek w naszym organizmie potrzebuje substancji odżywczych. Komórki, otrzymując substancje odżywcze, są zdolne do reakcji biochemicznych, które następnie uwalniają energię. Skutkiem każdej reakcji są również substancje odpadowe. Są one toksyczne i powinny zostać wyeliminowane z organizmu. Eliminacja tych toksyn odbywa się tak samo, jak dostarczanie składników odżywczych, do komórek są one transportowane w przestrzeniach międzykomórkowych. Jednak jeśli te toksyny zaczną kumulować się i zatykać przestrzenie między-



Jeśli ogrodnik chce poprawić jakość owoców, musi najpierw poprawić jakość korzeni.  
Jeśli chcecie poprawić swój świat namacalny, musicie zacząć od tego, co niewidzialne.

komórkowe, może to doprowadzić do problemów ze zdrowiem. Toksyny, które zalegają w przestrzeniach międzykomórkowych, zmieniają kwasowość. A w środowisku kwaśnym wszystkie mikroorganizmy, które mogą nam wyrządzić szkodę, lepiej się rozwijają. W tym właśnie momencie rozpoczyna się stan zapalny. Choroba nie występuje z dnia na dzień, jest to proces, który postępuje przez długi czas. Bardzo ważną rolę w eliminacji toksyn z naszego organizmu pełnią czerwone krwinki. Krwinki czerwone są to jednostki transportujące. Doprowadzają one substancje odżywcze do każdej komórki oraz pobierają toksyny z komórki, a następnie usuwają je z organizmu. Bardzo ważne są też białe krwinki, komórki układu odpornościowego, one dodatkowo wychwy-

tują toksyny i eliminują je z organizmu. Układ krwionośny jest niezwykle ważny dla transportowania substancji odżywczych do każdej komórki, a także tlenu i wody. Jest on też odpowiedzialny za pobieranie z komórek substancji toksycznych i transportowanie ich do naszych organów filtrujących, czyli do nerek i wątroby.

### Rola układu krwionośnego

Układ krwionośny jest rozbudowaną strukturą drobnych naczyń. Najważniejszym organem transportującym krew do każdej komórki jest serce, które działa jak pompa. Każdy z nas posiada także układ limfatyczny, który odpowiedzialny jest za usuwanie bakterii z naszego organizmu. Układ limfatyczny pełni bardzo ważną rolę dla sił obronnych naszego organizmu. Najważniejszym jednak organem są jelita. Musimy się starać, by były one tak zdrowe, jak tylko to możliwe. W jelitach znajdują się bakterie własne organizmu, które pełnią ważną funkcję w procesach fermentacyjnych. W jelitach znajduje się też pewna ilość substancji patogenicznych, jednak nie mogą one nam zaszkodzić tak długo, dopóki nie stworzymy im odpowiednich warunków. Jeżeli jednak z jakiejś przyczyny równowaga między tymi bakteriami zostanie zachwiana, np. z powodu stresu, chaosu elektromagnetycznego lub zażywania leków, wówczas bakterie te zrobią w naszym organizmie spustoszenie jak na Saharze. W takim przypadku procesy fermentacyjne nie przebiegają prawidłowo i organizm nie otrzymuje odpowiedniej ilości składników odżywczych.

### Powtórka z Alveo

To, co jemy, ma ważne znaczenie dla naszego zdrowia i może wpłynąć na to, jak się będziemy czuli przez kolejne kilkadziesiąt lat. Dlatego suplementy żywnościowe i produkty prozdrowotne mają decydujące znaczenie dla naszego zdrowia dzisiaj i w przyszłości. Potrzebne są one dla uzyskania i utrzymania tak zdrowego ciała, jak i zdrowego ducha. Każdy z nas powinien oczyszczać się także od wewnątrz. Powrócę do kwestii drzewa; jeśli chcemy mieć namacalne rezultaty, musimy zająć się najpierw tym, czego nie widać, a więc wnętrzem naszego organizmu. Alveo jest ważne dla oczyszczania naszego organizmu, dawania mu energii oraz wzmacniania odporności. Alveo pomaga dłużej cieszyć się zdrowiem, a u młodszej

generacji zapobiega rozwojowi chorób w późniejszym wieku. Ważne, abyśmy nasze dzieci nauczyli przyjmować Alveo. Preparat nie jest lekiem. Jeśli przez ostatnie 30 lat zanieczyściliśmy nasz organizm, dłużej potrwa jego oczyszczenie i poprawa naszego zdrowia. Jednak jeśli młody organizm zacznie przyjmować Alveo, w przyszłości nie będzie cierpieć z powodu jakiegś choroby. Młody człowiek będzie pił Alveo tylko w celach profilaktycznych.

## Działanie Onyx Plus

Onyx Plus jest produktem multimineralnym, również w postaci płynu. Dodatkowo zawiera mieszankę ziół, które wspomagają trawienie minerałów. Jednym z głównych minerałów zawartych w Onyx Plus jest wapń. Wapń jest odpowiedzialny za prawidłowy rozwój naszych zębów i kości, pełni również ważną rolę w innych 162 reakcjach zachodzących w naszym organizmie. Jednym z najważniejszych zadań Onyx Plus jest wyrównanie zasadowości środowiska wewnętrznego. Dlatego aby utrzymać organizm w zdrowiu, nasze środowisko wewnętrzne powinno mieć odczyn zasadowy. Onyx Plus pomaga również w transportowaniu impulsów nerwowych. Wapń i magnez współpracują ze sobą, wspomagając skurcze mięśni. Dodatkowo wapń neutralizuje kwas mlekowy po wysiłku fizycznym. Nigdzie w przyrodzie wapń nie występuje jako pierwiastek, tylko zawsze w związkach. Wapń zawsze związany jest w jakiejś soli. Każda z tych soli charakteryzuje się określonym stopniem trawienia, a także w innym stopniu rozpuszczalna jest w wodzie. Istnieją sole wapnia i magnezu, które są w bardzo małym stopniu przyswajalne przez organizm. Wapń i magnez zawarte w naszym produkcie charakteryzują się wysokim stopniem przyswajalności. To samo tyczy się rozpuszczalności soli wapnia i magnezu w wodzie. W naszym produkcie jest to 30 do 33% (dla porównania: inne sole rozpuszczają się w wodzie zaledwie w 1%).

W naszym organizmie jest bardzo ważne, aby proporcja magnezu do wapnia wynosiła dwa do jednego. Magnez bierze udział w około 300 reakcjach biochemicznych. Magnez wraz z wapniem oraz fosforem przyczynia się do budowy prawidłowych kości, wspomaga skurcze mięśni, a podczas aktywności metabolicznej powoduje, że nasz mózg lepiej funkcjonuje. Wraz

z witaminą B<sub>6</sub> powoduje lepszy metabolizm witamin. Działa także przeciwstresowo. Jest naturalną substancją przeciwbólową.

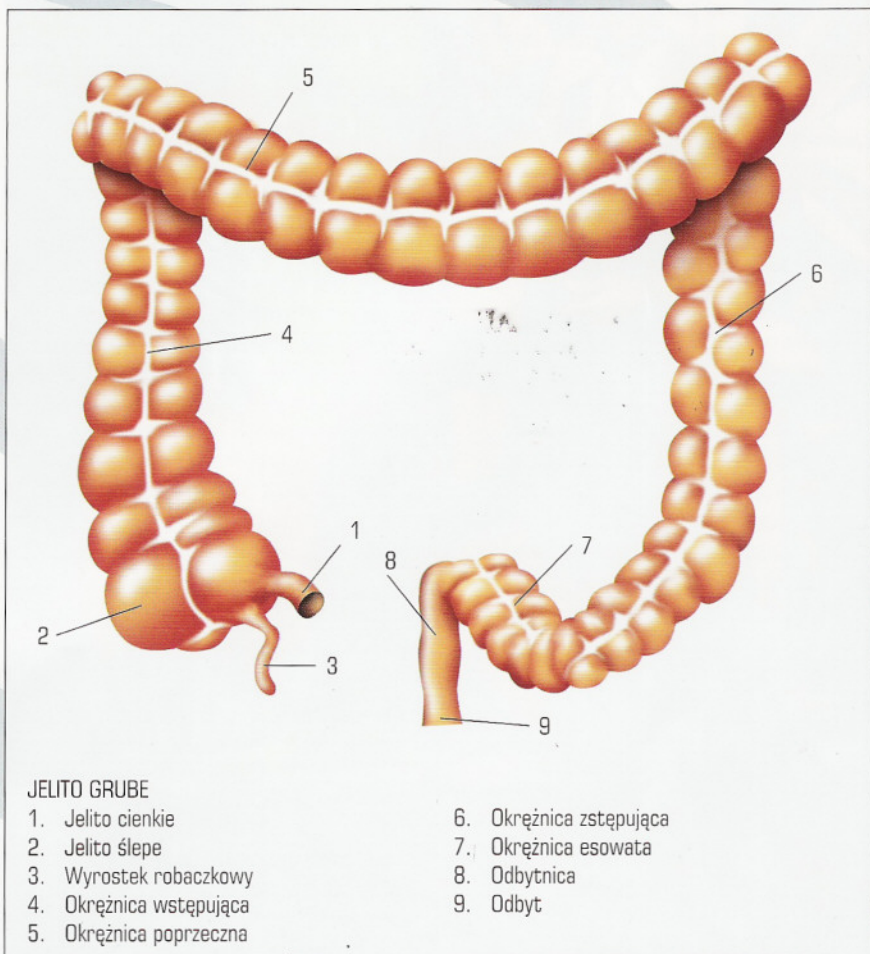
Cynk jest pierwiastkiem, który ma istotne znaczenie dla prawidłowego funkcjonowania gruczołów trzustki i prostaty oraz dla zdrowia naszej skóry. Rak prostaty jest najczęstszą przyczyną zgonów mężczyzn. Cynk wspomaga także gojenie się ran. Pomaga również w metabolizmie różnych witamin. Wszystkie wymienione minerały zapobiegają rozwojowi osteoporozy, która jest coraz częstszym schorzeniem w dzisiejszych czasach.

Dobre zdrowie powinno być przyjętym stylem życia, a nie wyjątkiem. Jeżeli chcecie być zdrowi, szczęśliwi, odnosić sukcesy, to dam Wam dobrą radę. Jedną prostą czynność, którą możecie wykonywać każdego ranka. Najpierw jednak połóżcie dłonie na piersi i każdego dnia powtarzajcie: „Jestem najlepszym człowiekiem, jakim mogę być”. A jeśli będziecie to powtarzać każdego ranka przez najbliższy miesiąc, na pewno zauważycie zmiany. I proszę nie zapomnijcie potem zażyć miarki Alveo. Wraz ze zwiększeniem świadomości poszczególnych osób, zwiększa

się również świadomość całego świata. W ten sposób możecie zmienić swoje lęki w odwagę, nienawiść w miłość i możecie także z ubóstwa przejść w stan dobrobytu. Dobrobytu nie tylko dla Państwa, ale dla wszystkich ludzi. Jeżeli przekażecie te informacje co najmniej stu osobom z Waszego otoczenia, zrozumiecie Państwo, że oferujecie tym osobom nie tylko zdrowie, ale również lepszy poziom życia. Życzę Wam dobrego życia i dużo szczęścia w życiu. Jednak najbardziej życzę Wam dobrego zdrowia.

■ Opracowała Anna Szulc

foto. Katarzyna Piotrowska, rys. Maciej Wiecezorek



### JELITO GRUBE

1. Jelito cienkie
2. Jelito ślepe
3. Wyrastek robaczkowy
4. Okrężnica wstępująca
5. Okrężnica poprzeczna

6. Okrężnica zstępująca
7. Okrężnica esowata
8. Odbytnica
9. Odbyt