

AUTOR BESTSELLERA BOSKI LEKARZ

**ANTHONY WILLIAM**

# **SOK Z SELERA NACIOWEGO SEKRET BOSKIEGO LEKARZA**



**Naturalny sposób na chroniczne dolegliwości  
i rewolucja w odżywianiu**



**STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII**  
*jeszcze lepsze jutro*

**SOK Z SELERA NACIOWEGO  
SEKRET BOSKIEGO LEKARZA**

# ANTHONY WILLIAM

## SOK Z SELERA NACIOWEGO SEKRET BOSKIEGO LEKARZA



Naturalny sposób na chroniczne dolegliwości  
i rewolucja w odżywianiu

Słuchaj radia Hay House  
na [www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Irena Kloskowska  
SKŁAD: Anetta Piechowska  
PROJEKT OKŁADKI: Anetta Piechowska  
TŁUMACZENIE: Juliusz Poznański

Wydanie I  
Białystok 2020  
ISBN 978-83-8171-212-5

Tytuł oryginału: *Medical Medium Celery Juice: The Most Powerful Medicine of Our Time  
Healing Millions Worldwide*

CELERY JUICE  
Copyright © 2019 by Anthony William  
Originally published in 2019 by Hay House, Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2018  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana  
ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych,  
kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Autor niniejszej pracy oświadcza, że nie należy jej traktować jako zbioru porad medycznych.  
Zaproponowane techniki nie są formą diagnozy ani leczenia dolegliwości fizycznych,  
emocjonalnych czy medycznych. Autor pragnie jedynie podzielić się z czytelnikiem  
informacjami o charakterze ogólnym, niekiedy niepotwierdzonymi, które mogą być  
częścią poszukiwania równowagi emocjonalnej i duchowej. Autor i wydawca nie ponoszą  
odpowiedzialności za ewentualne konsekwencje stosowania przez czytelnika technik  
opisanych w książce. Czytelnik powinien skonsultować swój stan zdrowia z lekarzem  
lub innym profesjonalistą przed podjęciem jakichkolwiek działań na podstawie sugestii  
zawartych w tej książce, rysunku lub płynących z nich wniosków.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](http://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

# SPIS TREŚCI

---

## **Rozdział 1**

Dlaczego właśnie sok z selera naciowego? ..... 25

## **Rozdział 2**

Właściwości soku z selera naciowego ..... 45

## **Rozdział 3**

Ulga w cierpieniu ..... 71

## **Rozdział 4**

Jak skutecznie stosować  
sok z selera naciowego ..... 187

## **Rozdział 5**

Oczyszczanie za pomocą  
soku z selera naciowego ..... 233

## **Rozdział 6**

Odpowiedzi na pytania  
o leczenie i detoksykację ..... 243

## **Rozdział 7**

Płotki, obawy i mity ..... 265

## **Rozdział 8**

Dalsze wskazówki terapeutyczne ..... 295

## **Rozdział 9**

Alternatywy dla soku z selera naciowego ..... 309

## **Rozdział 10**

Ruch na rzecz uzdrawiania ..... 317

Podziękowania ..... 335

O Autorze ..... 342

## WŁAŚCIWOŚCI SOKU Z SELERA NACIOWEGO

---

Seler naciowy to *terra incognita*. Nie przeprowadzono jeszcze wystarczająco dużo badań nad wpływem regularnej konsumpcji selera naciowego na zdrowie człowieka, byśmy poznali wszystkie jego właściwości, dlatego nikt nie zdaje sobie sprawy, z jak potężną bombą odżywczą mamy do czynienia.

Tyle na temat samego selera naciowego. Rozumiesz więc, że skoro sam seler naciowy nie został należycie przebadany, to sok z selera naciowego – do niedawna uważany za bezwartościowy – tym bardziej. Świat nauki ignoruje zarówno selera naciowego, jak i sok z niego jako jedno i to samo. Jeśli rzeczywiście przeprowadzono te rzadkie badania naukowe nad selerem naciowym, to argumentuje się, że wystarczy wskazać na substancje odżywcze zawarte w świeżo wyciśniętym soku z selera naciowego. Nic bardziej błędnego. Sok z selera naciowego to ekstrakt ziołowy, który jest czymś więcej niż cały seler. Zasługuje na odrębne badania w celu stwierdzenia i udokumentowania jego unikalnych właściwości leczniczych.

W chwili pisania tej książki świat nadal czeka na rygorystyczne, recenzowane badania naukowe nad skutkami picia pół litra soku z selera naciowego dziennie na czczo. Gdy naukowcy wreszcie się tego podejmą, podstawowe znaczenie będzie miało odpowiednie skonstruowanie badań. Pokusa, by posłużyć się metodą podwójnie ślepej próby, mogłaby skłonić techników do zmiany smaku lub koloru soku, żeby badani nie wiedzieli, co piją, ani badacze – co tamtym podają. Dodatki te zanieczyściłyby sok, a tym samym osłabiłyby jego potencjał. Albo próbowaliby poradzić sobie z tym problemem poprzez podawanie badanym tabletek z ekstraktem z selera naciowego. Powtórzę; to nie byłoby to samo, co pół litra soku z selera naciowego. Gdyby na podstawie wyników badań zespół badawczy wątpił w skuteczność soku z selera naciowego, bardzo uważnie przyjrzyj się przyjętej metodologii. Zadowalające będą jedynie najwyższe standardy.

Przedmiotem wszystkich badań nad selerem naciowym, o których się słyszy, są łodygi, liście, nasiona lub proszek selerowy rozproszony w wodzie. Żaden z tych produktów nie ma takiego działania leczniczego, jak świeżo wyciśnięty sok z selera naciowego. Co więcej, badania nie skupiają się na leczeniu chorób u ludzi. Niektóre z badań dotyczą konserwowania mięsa, dlatego są wyrwane z kontekstu, by ludzie zamartwiali się z powodu azotanów i azotynów (uspokoisz się dzięki lekturze rozdziału 7, „Plotki, obawy i mity”). Badania dotyczące zdrowia w większości przypadków przeprowadzane są na gryzoniach. Pamiętaj, że poddawanie badaniom łodyg selera naciowego nie oznacza, że badany jest sok. Powtórzę: one nie są tym samym – różnią jak niebo i ziemia. Być może ciężko to przełknąć (że się tak wyrażę), ale naprawdę bardzo się różnią. Jedzenie łodyg selera naciowego ani nie daje nam takich ilości substancji

odżywczych, ani nie wydobywa z selera naciowego jego potencjału, jak czyni to wyciskanie z niego soku.

Badania medyczne i inne badania naukowe kiedyś wezmą pod uwagę miliony ludzi, którzy wyleczyli się sokiem z selera naciowego – tych, którzy podnieśli swój poziom energii i poprawili kondycję psychofizyczną, pozbyli się chorób przewlekłych i o ostrym przebiegu, i odzyskali życie. Kiedyś naukowcy odkrywają, że sok z selera naciowego to nie modny kaprys, lecz – obiektywnie rzecz biorąc – lekarstwo naszych czasów.

Zanim to jednak nastąpi, naukowcy zapewne zasieją strach wokół idei picia soku z selera naciowego, że niby coś jest z nim nie w porządku. Ten świat czasami się cofa. Zawsze należy pamiętać, że badania naukowe są rzeczą zacząć, ale nie można stawiać ich ponad ludźmi. Nauka to świat ludzkich dążeń, a nie w pełni niezależny, obiektywny proces, który czasami idealizujemy. Naukowcy podlegają ogromnej presji. Aby prowadzić badania, laboratoria potrzebują pieniędzy, te zaś nie zawsze pochodzą z najuczciwszych czy bezstronnych źródeł. Finansowanie i lokowanie kapitału mogą wpływać na wyniki badań i ich interpretację (więcej na ten temat w rozdziale 10, „Ruch na rzecz uzdrawiania”).

Świeży sok z selera naciowego to prosty środek, a nie gigantycznie dochodowy czy skalowalny, i zagraża status quo dochodowych produktów medycznych, dlatego najprawdopodobniej jakaś grupa interesu sfinansuje badania naukowe, których celem będzie wykazanie jakiegoś problemu dotyczącego soku z selera naciowego, by dzięki temu spróbować powstrzymać i zlikwidować ruch selerowy. Świat przemysłu nie lubi „niesfornych” metod leczenia chorób, które są naprawdę skuteczne – *nie-sfornych* w sensie: niemożliwych do opatentowania i niezwiązanych z systemem walutowym. Soku z selera naciowego nie



da się zmienić w tabletki, zapakować w buteleczki i wzbronić ludziom dostępu, dopóki nie zapłacą za niego ogromnych sum pieniędzy. Nie żeby to kogokolwiek powstrzymało. Nadal istnieje sporo osób próbujących dorobić się na selerze naciowym i soku z niego, nie rozumiejących, jak bardzo służy on osobom z chorobami przewlekłymi – zasługującym na to, by w końcu dostać nadzieję i uzdrowienie.

W końcu ludzie zwrócą się z powrotem ku prawdzie. Odkryją, że mimo całego tego zgiełku sok z selera naciowego – prawdziwy, czysty, świeży sok, a nie żadne alternatywne formy – działa. Przekonają się, że wszelkie obawy były całkowicie nieuzasadnione i że sok ten jest i zawsze będzie cudownym lekarstwem.

Odkryją również, że sok z selera naciowego pomaga w powrocie do zdrowia z bardzo konkretnych powodów: są nimi najważniejsze składniki odpowiedzialne za ów globalny ruch uzdrawiania. Zauważysz, że wielu dietetyków będzie twierdziło, iż powodem, dla którego sok z selera naciowego pomaga tak wielu osobom, jest wysoka zawartość witamin A i K. Owszem, zawiera on te witaminy – podobnie jak właściwie wszystkie warzywa i zioła. A jednak te inne produkty nie sprawiają, że ludzie w cudowny sposób wracają do zdrowia. Te statystyki same w sobie nie tłumaczą, dlaczego to ziołowe lekarstwo odmienia ludzkie życie – i z tego powodu sceptycy są tak bardzo zdezorientowani. Sok z selera naciowego ma pewne właściwości, których nikt jeszcze nie poznał. Przyjrzymy się nim.

## KLASTEROWE SOLE SODOWE

W tej książce często będzie mowa o sodzie, najczęściej o *klasterowych solach sodowych*. Jeżeli masz nieciekawe doświadczenia

z sodem i samo to słowo cię niepokoi, to zapewniam cię, że sól zawarty w soku z selera naciowego jest korzystny dla zdrowia. Nawet jeśli jesteś na diecie niskosodowej, możesz pić sok z selera naciowego. W niczym nie przypomina on potraw solonych solą kuchenną ani nawet tą zdrowszą – solą himalajską czy celtycką solą morską. Twój organizm nie postrzega zwykłej soli dodawanej do żywności jako sprzymierzeńca, natomiast przyjmuje sól zawarty w soku z selera naciowego jako przyjaciela.

Sok z selera naciowego jest po twojej stronie. W rzeczywistości wypłukuje skryzalizowane toksyczne sole zalegające w narządach od wielu lat. Gdybyś wykonał badanie krwi na zawartość sodu podczas kuracji sokiem z selera naciowego, okazałoby się, że masz podwyższony poziom sodu. Badanie to bowiem wykazałoby te stare toksyczne sole zbierane przez sok z selera naciowego i wydalane. Istnieje też prawdopodobieństwo, że nie ograniczyłeś spożycia soli, stąd takie wyniki. Badanie krwi nie jest wystarczająco wyrafinowane, by wychwycić różnicę.

Badanie krwi mogłoby wykryć również nieco sodu pochodzącego z soku z selera naciowego, jednak jest to sól pochodzenia roślinnego, zwany przeze mnie *sodem makro*, który jest całkowicie zdrowy i potrzebny. Jest tak korzystny, że nie winduje wyników badań krwi – oznacza to, że jeżeli badanie krwi wykazuje podwyższony poziom sodu, to przyczyną nie jest sól zawarty w soku z selera naciowego. Za podwyższony poziom sodu nie odpowiadają również klasterowe sole sodowe zawarte w soku z selera naciowego. Badanie krwi nie jest na tyle czułe, by je wykryć; badania nie są ukierunkowane na ich wykrywanie, ponieważ sole te są podgrupą związków sodu, której nauka jeszcze nie odkryła.

Tak więc sól makro zawarty w soku z selera naciowego jedynie stabilizuje krew; nie podwyższa poziomu sodu oznaczanego

w badaniu krwi. Podsumujmy: osiągnięcie stabilnych wyników badań poziomu sodu może trochę potrwać, ewentualnie wskazania mogą być zmienne, ponieważ:

- łatwo przesadzić ze spożyciem soli, gdyż występuje praktycznie wszędzie, to zaś na pewno zostanie wykazane w wynikach badań krwi;
- sok z selera naciowego okresowo wypłukuje złogi starych, toksycznych soli, jako że dogłębnie oczyszcza organy, co prowadzi do błędnej interpretacji wyników badań krwi.

Zawarte w soku z selera naciowego złożone struktury korzystnego sodu przewyższają inne jego rodzaje i mają odmienne zadania i obowiązki. To całkowicie inna „marka i model” sodu. Służy jako podstawowy składnik neuroprzekaźników – albo lepiej: to najważniejszy neuroprzekaźnik. Z tego powodu sok z selera naciowego jest najsilniejszym napojem elektrolitycznym na tej planecie. Nic go pod tym względem nie przewyższa ani nawet mu nie dorównuje.

Porozmawiajmy bardziej szczegółowo na temat nieodkrytej jeszcze podgrupy związków sodu zawartych w soku z selera naciowego, zwanych przeze mnie *klasterowymi solami sodowymi*. Słowa „sole” i „sodowe” mogą wydawać się zbędne, jednak informują, że chodzi tu o sole mineralne gromadzące się wokół sodu makro zawartego w soku z selera naciowego. Inaczej mówiąc, klasterowe sole sodowe to odrębna grupa substancji czynnych, otaczających sól zawarty w soku z selera naciowego i tworzących pewną strukturę, przypominającą nasz Układ Słoneczny. W skład tych żywych, poruszających się klasterów wchodzi również pierwiastki śladowe. Niektóre z nich są bezpośrednio związane z klasterowymi solami sodowymi, inne natomiast swobodnie poruszają się wewnątrz klasterów.

Wewnątrz tych klasterów znajduje się przeznaczona dla nas informacja. To rzadkość. Rośliny w większości dbają tylko o siebie (tak jak czasami niektórzy ludzie, prawda?). Zadaniem zawartych w nich informacji jest przeżycie rośliny w jej środowisku, pozyskiwanie substancji odżywczych oraz przetrwanie. Seler naciowy jest inny. Niektóre z zawartych w nim informacji przeznaczone są dla nas lub dla jedzących je zwierząt. Klasterowe sole sodowe nie służą mu jako mechanizm obronny ani jako substancja wspomagająca jego kondycję w okresie wzrostu; nie podtrzymują życia tej rośliny. Przeznaczone są dla nas. Klasterowe sole sodowe zawierają informacje służące naszemu dobrostanowi, które są aktywowane po znalezieniu się w naszym organizmie. Pochodzą one z samej rośliny (ziela) oraz ze słońca w okresie jej wzrostu. To informacje na temat przyświecającego roślinie celu i sposobu, w jaki może ona pomóc stworzeniu w jej konsumpcji; informacje na temat skomplikowanego zadania w postaci przedłużenia nam życia. Nawet jeśli seler uprawiany jest na jałowej glebie, to i tak zawiera klasterowe sole sodowe.

Wszystkie sole są inne. Chociaż łatwo uwierzyć, że sól to sól, niezależnie od tego, czy znajduje się w oceanie, roślinie, glebie skale czy jeziorze słonym, to jednak nieprawda. Gdyby w laboratorium chemicznym spojrzeć właściwie na sól zawarty w soku z selera naciowego, okazałoby się, że występuje on w postaci różnych soli. Laborant odkryłby, że sole te gromadzą się nawzajem wokół siebie, działając jako jedność – jako sól niespotykany w żadnym innym ziele, warzywie ani mineralu. Nawet sól oceaniczna nie zachowuje się tak, jak ta występująca w tym skromnym ziele.

Przemierzające krwiobieg i przepływające przez organy klasterowe sole sodowe występujące w soku z selera naciowego

mają zdolność neutralizacji toksyn. Oznacza to, że gdy klasterowe sole sodowe wchodzą z nimi w kontakt, rozbrajają tych awanturników, przekształcając ich w bardziej przyjazne, akceptowalne przez organizm i nietoksyczne substancje, aby nie uszkadzały komórek ani organów.

Toksyczne metale ciężkie to szczególny rodzaj toksyn, którymi zajmują się klasterowe sole sodowe. Metale ciężkie mają niszczycielski, aktywny ładunek elektryczny, przez który uszkadzają komórki wątroby, mózgu i inne komórki organizmu. Klasterowe sole sodowe neutralizują ten ładunek, dezaktywując metale i czyniąc je mniej agresywnymi; rozbrajają one zwłaszcza miedź, rtęć i aluminium.

Klasterowe sole sodowe zwalczają również niepożądane bakterie i wirusy (o tej właściwości porozmawiamy szczegółowo w kolejnym rozdziale). Sprytne mikroorganizmy, na przykład paciorkowce, nie mogą się na nie uodpornić tak jak na antybiotyki farmaceutyczne, dlatego klasterowe sole sodowe działają przez cały czas, gdy pijesz sok z selera naciowego. Minerale zawarte w tym soku hamują nadmierne namnażanie się bakterii, grzybów i wirusów, przemierzając jelito cienkie i okrężnicę, a nawet wtedy, gdy przenikają do krwiobiegu, a stamtąd poprzez żyłę wrotną do wątroby. Ich niezwykle skuteczne działanie antyseptyczne wynika ze stymulacji całego układu odpornościowego.

Te sole mineralne wspomagają również wątrobę w produkcji żółci. Czynią to w dwojnasób: po pierwsze – sole klasterowe wnikają do żółci i w ten sposób ją wzmacniają, po drugie – sok z selera naciowego odnawia wątrobę w ogóle, dzięki czemu może ona funkcjonować prawidłowo i wydajniej produkować żółć. To jeden z aspektów, który sprawia, że sok z selera naciowego ma tak wyjątkowy wpływ na wątrobę.

Podsumowując: sól zawarty w soku z selera naciowego zawieszony jest w żywej wodzie znajdującej się w selerze. W wodzie tej występują klasterowe sole sodowe, ściśle związane z sodem. Sole te otaczają i podtrzymują sól; same również są związkami sodu. Te różne postacie sodu tworzą jedność, lecz występują również pojedynczo. Tak wygląda struktura soku z selera naciowego. W ramach badań medycznych ani innych badań naukowych jeszcze nie została poznana, ponieważ nie wychodzą one poza stwierdzenie „seler naciowy zawiera sól”. To nie takie proste. Powierzchnowa analiza wykaże zawartość soli. Natomiast dogłębna analiza pozwoliłaby wyodrębnić i zidentyfikować różne postacie sodu występujące w soku z selera naciowego. Wówczas naukowcy zbliżyliby się do poznania wpływu klasterowych soli sodowych na nasze zdrowie.

Nie musisz czekać kilkadziesiąt lat na wnioski medyczne – już masz je w rękach. W książce tej znajdziesz informacje na temat wielu zaskakujących i silnych właściwości klasterowych soli sodowych, zwłaszcza w kolejnym rozdziale, „Ulga w cierpieniu”.

## KOFAKTOROWE PIERWIĄSTKI ŚLADOWE MIKRO

Przed chwilą wspomniałem, że częścią klasterów tworzonych przez klasterowe sole sodowe są pierwiastki śladowe. Ściśle mówiąc, nazywam je *kofaktorowymi pierwiastkami śladowymi mikro*. Te nieodkryte pierwiastki śladowe – z których część związana jest z solami klasterowymi, a część pływa swobodnie pośród żywych substancji – mają bardzo korzystny wpływ na trawienie. To jednak nie wszystko, ponieważ pomagają one również przywrócić pewien brakujący aspekt kwasu solnego, dotąd niewykryty przez naukę. Tak – kwas solny występujący w żołądku to

w rzeczywistości mieszanina złożona z siedmiu kwasów, zaś sok z selera naciowego pomaga przywrócić brakujące kwasy. Przebiega to następująco: kofaktorowe pierwiastki śladowe mikro odnawiają nabłonek gruczołowy żołądka, wnikając w komórki gruczołów i odżywiając je, dzięki czemu otrzymują one nową energię, by mogły prawidłowo funkcjonować (praca komórek gruczołów żołądka zależy ściśle od minerałów, z których są zbudowane). Dzięki temu gruczoły żołądka są w stanie produkować pełną, siedmiokwasową mieszaninę w jej najsilniejszej formie, co pozwala sokowi żołądkowemu zabijać bezproduktywne mikroorganizmy znajdujące się w żołądku, dwunastnicy i dalej aż do jelita cienkiego. Nie należy tego mylić ze zdolnością samych klasterowych soli sodowych do zabijania patogenów – sole te wędrują wzdłuż przewodu pokarmowego i na bieżąco unieszkodliwiają bakterie i wirusy. Kofaktorowe pierwiastki śladowe pomagają żołądkowi produkować lepszy kwas solny, by żołądek mógł sam się bronić. To właśnie sprawia, że soki trawienne mają większą zdolność zabijania bezproduktywnych mikroorganizmów występujących w jelitach.

Inne części naszego organizmu również mają własne układy odpornościowe i im również pomagają kofaktorowe pierwiastki śladowe. Wzmacniają one na przykład układ odpornościowy wątroby, dodając sił limfocytom (białym krwinkom) w ich walce z intruzami takimi jak paciorkowce. Poza tym wątroba wykorzystuje pierwiastki śladowe zawarte w soku z selera naciowego do produkcji broni chemicznej, która kategorycznie rozprawia się z bezproduktywnymi mikroorganizmami – działa bowiem defensywnie, a nie tylko ofensywnie.

## ULGA W CIERPIENIU

---

W rozdziale tym znajdziesz zaawansowane informacje na temat przyczyn, dla których ludzie chorują oraz jak mogą w końcu zaznać ulgi.

Etykiety przypinane objawom, dolegliwościom, zaburzeniom i chorobom – zwłaszcza przewlekłym – często nie zawsze mówią zbyt wiele na temat stojącej za nimi przyczyny. Głównie dlatego, że pozostaje ona nieznaną albo teoretyczną, a medycyna i inne nauki nadal szukają odpowiedzi. Zmagania z problemami zdrowotnymi to męczące doświadczenie. Od fizycznego czy mentalnego cierpienia większa jest tylko udręka w postaci utraty zaufania do własnego organizmu oraz kontakt z osobami nierozumiejącymi twojego cierpienia, umniejszającymi je albo nawet podważającymi. Istnieje wiele sprzecznych, dezorientujących informacji, które sprawiają, że ludzie zastanawiają się, czy przypadkiem nie zasłużyli na swoją chorobę, czy nie przywołali jej negatywnymi myślami albo czy nie wywołali jej w sobie w celu zwrócenia na siebie uwagi innych. Prawda jest taka: stawienie czoła izolacji i brakowi szacunku przy jednoczesnym



poszukiwaniu odpowiedzi i rozwiązaniu zagadki wymaga ogromnej siły. Celem tego rozdziału jest rozwiązanie zagadki oraz uprawomocnienie prawdziwych przyczyn i doświadczeń chorób przewlekłych (na miarę jego skromnej objętości), a także prezentacja spostrzeżeń na temat sposobu, w jaki sok z selera naciowego łagodzi konkretne problemy zdrowotne bądź im zapobiega. Ten rozdział to świadectwo. Twoje cierpienie jest rzeczywiste, nie zasługujesz na nie, a twój organizm cię nie zawiodł. Możesz wyzdrowieć dzięki odpowiednim informacjom.

Wielu czytelników jest nieświadoma roli książek z serii *Boski lekarz*, jaką odgrywają one w demystyfikacji chorób przewlekłych i zagadkowych. Aktualnie tysiące lekarzy w całych Stanach Zjednoczonych, o reszcie świata nie wspominając, w swoich gabinetach korzystają z tych książek jako źródeł informacji, by pomagać swoim pacjentom. Wzięło to początek stąd, że od wielu lat pacjenci przynosili je do gabinetów lekarskich, mówili lekarzom o zaobserwowanej poprawie i prosili ich, by w swojej praktyce korzystali z zawartych w nich informacji. Przez wiele lat przed publikacją swoich książek współpracowałem z lekarzami, dostarczając im zaawansowanych informacji medycznych, które pomagały im w leczeniu pacjentów cierpiących na choroby przewlekłe i zagadkowe.

Jeżeli twojej głównej dolegliwości nie ma na liście zamieszczonej w tym rozdziale, nie wpadaj w panikę. Chciałbym móc uwzględnić tu wszystkich. Więcej wyjaśnień dotyczących objawów i chorób, często bardziej szczegółowych, wraz z poradami na temat ich leczenia, znajdziesz w pozostałych książkach z serii *Boski lekarz*. Poza tym nie jest tak, że sok z selera naciowego nie pomoże ci tylko dlatego, że twój problem zdrowotny nie znalazł się na wspomnianej liście. Czytaj dalej. Na tej liście znajdziesz przynajmniej jeden z występujących u ciebie objawów, a zajęcie

się nim postawi cię na drodze ku polepszeniu ogólnego stanu zdrowia.

A teraz do rzeczy. Za chwilę poznasz prawdziwe przyczyny ponad 100 objawów i dolegliwości. Większość z nich będzie zaskakująca, jeżeli do tej pory zazwyczaj słyszałeś określenia „idiopatyczny” (czyli samoistny) lub „przyczyna nieznaną” i nie rozumiałeś, dlaczego: bołą cię stawy, twoją matkę rozkładało zmęczenie przez część twojego dzieciństwa, twoja siostra miała problemy z poczęciem dziecka, dlaczego twojemu wujkowi dokuczają dzwonienie w uszach, u twojego kuzyna zdiagnozowano wiele chorób autoimmunologicznych, a twoja siostrzenica ma problemy ze snem. Omawiając wszystkie te przypadki, wykażę, w jaki sposób sok z selera naciowego sobie z nimi radzi, tak aby pomóc tobie i twoim bliskim wrócić do zdrowia.

## UZALEŻNIENIE

Do uzależnień często przyczynia się brak substancji odżywczych. Dysfunkcyjna wątroba, która nie jest w stanie przetwarzać substancji odżywczych i odpowiednio ich dostarczać z krwiobiegiem do mózgu i reszty organizmu, to pokaźna część uzależnienia. Kolejną jest wysoki poziom metali ciężkich – takich jak rtęć, miedź i aluminium – w wątrobie i mózgu. Do uzależnienia mogą się również przyczyniać: poczucie przymusu emocjonalnego, stresy, kompromisy, szkody, rany i urazy. Rozwiązaniem na to wszystko jest sok z selera naciowego.

Sok z selera naciowego stabilizuje wszystkie aspekty pracy wątroby, w tym wchłanianie glukozy. Oto ważny powód, dla którego jest to tak ważne: większość ludzi zmagająca się z zachowaniami związanymi z uzależnieniami cierpi również na

insulinooporność. Sok z selera naciowego pomaga złagodzić insulinooporność oraz pomaga komórkom otworzyć się i pobierać glukozę bez konieczności polegania wyłącznie na insulinie.

Sok z selera naciowego odżywia mózg, regenerując neurony i uzupełniając neuroprzekaźniki. Pomaga neutralizować, unieszkodliwiać i eliminować z mózgu toksyczne metale ciężkie, a także wyplukiwać zeń produkty uboczne powstające w wyniku interakcji między metalami ciężkimi. Hormony roślinne występujące w soku z selera naciowego chronią komórki mózgu – opóźniając ich obumieranie, a nawet wspomagając powstawanie nowych – tak aby osoba doświadczająca cierpień emocjonalnych mogła odnaleźć równowagę i ukojenie. Co więcej, hormony roślinne zawarte w soku z selera naciowego usprawniają, wzmacniają i ożywiają nadnercza, równoważąc ich funkcjonowanie w przypadku nadczynności bądź niedoczynności, by przeciwdziałać zachowaniom związanym z uzależnieniami.

Kolejnym korzystnym działaniem soku z selera naciowego jest alkalizacja krwi i całego organizmu, czyli redukcja kwasicy, co samo w sobie minimalizuje impulsy skłaniające do zachowań związanych z uzależnieniami, redukując uczucie przymusu, by sięgnąć po papierosa czy kolejny kawałek czekolady. Sok z selera naciowego wypłukuje z organizmu resztki leków i innych farmaceutyków, silnie związanych z cierpieniem wynikającym z uzależnienia – wypłukuje je z wątroby i krwiobiegu, dzięki czemu obniża prawdopodobieństwo powrotu do nałogu.

## KOMPLIKACJE ZWIĄZANE Z NADNERCZAMI

Wyczerpanie, obciążenie, osłabienie i choroby nadnerczy

Sok z selera naciowego pomaga leczyć wszelkie dysfunkcje nadnerczy dzięki regeneracji tkanki tych gruczołów, niezależnie od tego, czy dotknęła je choroba, czy podlegały nieustannemu stresowi z powodu funkcjonowania organizmu w trybie „walcz lub uciekaj”. Świat nauki jest nieświadomy, jak wiele nadnercza dla nas robią i ile produkują różnych mieszanek hormonów, które wspierają wszystko, co w życiu robimy. Nadnercza to nasi najważniejsi producenci hormonów – ważniejsi niż układ rozrodczy. Zawsze gdy przeżywasz problemy; gdy doświadczasz miłości, radości i szczęścia; gdy wykonujesz proste czynności, takie jak pójście do łazienki, wzięcie prysznic, mycie zębów czy jedzenie i trawienie bądź cokolwiek innego – nadnercza w tym uczestniczą, produkując unikalną mieszankę hormonów, która pomaga nam funkcjonować.

Nadnercza to gruczoł parzysty – mamy prawe i lewe nadnercze. Obydwa produkują odmienne rodzaje hormonów. Zazwyczaj jedno z nich jest silniejsze, a drugie słabsze – z przeciążenia, dlatego produkuje mniej adrenaliny, zmuszając drugi gruczoł do „brania nadgodzin”, wskutek czego on również się osłabia. Substancje zawarte w soku z selera naciowego mają zdolność do wnikania w nadnercza i nasycania ich tkanki, wzmacniając ich komórki w każdym aspekcie – leczą je, pielęgnują i rozpieszczają. Klasterowe sole sodowe powinien być nazwać chyba „nadnerczowymi solami sodowymi”, ponieważ znakomicie je regenerują. Klasterowe sole sodowe to dla nadnerczy istny cud. Sól morską i górską często ogłasza się korzystnymi dla naszego zdrowia – uważamy je za najlepsze. Owszem,

to sole wysokiej jakości. Mimo to jednak zawarty w nich sód nie ma właściwości leczniczych – sole te nie działają tak, jak klasterowe sole sodowe występujące w soku z selera naciowego. Pierwiastki śladowe związane są z klasterowymi solami sodowymi w sposób niespotykany w innych produktach. Klasterowe sole sodowe przywracają życie komórkom nadnerczy i sprzyjają błyskawicznemu powstawaniu nowych komórek – silnych i zdrowych.

Sok z selera naciowego równoważy nadnercza, dzięki czemu słabsze dogania silniejsze; wspomaga również ich wzajemną komunikację – to dotąd nierozpoznany naukowo aspekt ich funkcjonowania. Dochodzi do niej dzięki silnym elektrolitom zawartym w soku z selera naciowego: sole mineralne wnikają do jednego z nadnerczy, opuszczają je w krwiobiegu, a następnie wnikają do drugiego, niosąc informację wyniesioną z pierwszego.

Więcej na temat wyczerpania nadnerczy znajdziesz w sekcji „Wyczerpanie” znajdującej się w tym rozdziale oraz w rozdziale poświęconym temu zagadnieniu w książce *Boski lekarz*. Znajdziesz tam również informacje dotyczące 56 unikalnych mieszanek adrenalinowych, które na co dzień wychodzą naprzeciw naszym potrzebom. Sok z selera naciowego to błogosławieństwo, dzięki któremu możemy regenerować nadnercza, by nie paść ofiarą komplikacji, dysfunkcji czy choroby.

## CHOROBA ALZHEIMERA, DEMENCJA I PROBLEMY Z PAMIĘCIĄ

Problemy z pamięcią mogą przybierać różne postacie: trudności z dostępem do zasobów pamięci długotrwałej, zaburzeń pamięci krótkotrwałej, a nawet naprzemiennie jednych i drugich. Nie

mówimy tu o tych dniach, gdy jesteś bardzo zajęty i zapodzie-  
 wasz pewne przedmioty albo nie pamiętasz, gdzie zaparkowałeś  
 na zatłoczonym parkingu centrum handlowego – chociaż sok  
 z selera naciowego pomaga również w przypadku obciążenia  
 nadmiarem obowiązków, gdy mając bardzo stresujący dzień,  
 starasz się pamiętać o pięćdziesięciu rzeczach naraz. Gdy mó-  
 wimy o poważnych problemach z pamięcią, takich jak choro-  
 ba Alzheimera czy demencja, mamy na myśli toksyczne metale  
 ciężkie w mózgu, z których najpowszechniejsze są tu rtęć i alu-  
 minium, a tuż za nimi plasują się miedź, nikiel, kadm, ołów  
 i arsen. Każda osoba ma inną ilość metali ciężkich w mózgu  
 w różnych kombinacjach procentowych: niektóre się mieszają,  
 inne tylko się ze sobą stykają, a jeszcze inne tworzą stopy.

Do zaburzeń pamięci dochodzi głównie podczas utleniania się  
 metali ciężkich. Utlenianie metali prowadzi do utraty ładunku  
 elektrycznego. Można to porównać do łąt rdzy na karoserii, która  
 w tych miejscach staje się łamliwa i się wybrzusza. Dosłownie  
 to samo dzieje się w mózgu, aczkolwiek w skali mikroskopowej,  
 a nawet nanoskopowej. Jedną z głównych przyczyn tej reakcji ok-  
 sydacyjnej jest wysoki poziom tłuszczu we krwi – pochodzących  
 ze zdrowych *lub* niezdrowych tłuszczów. Niezależnie do tego, czy  
 dieta obfituje w wysoko jakościowe oleje, orzechy, pestki, awoka-  
 do, sery, jajka, kurczaki, ryby i wołowinę, czy w tłuszcze utwar-  
 dzone, ciasta, ciastka, pączki i inne smażone potrawy, dostający  
 się do krwioobiegu tłuszcz prowadzi do tego rodzaju reakcji oksy-  
 dacyjnej z nagromadzonymi w mózgu metalami ciężkimi. Zaczy-  
 nają one się „rozkładać” – nie w sensie pozytywnym. Rdzewieją,  
 zmieniają formę i kształt, pękają, a nawet – działając wspólnie  
 – rozprzestrzeniają się. Sok z selera naciowego, jako najlepsze źró-  
 dło elektrolitów dostępne na tej planecie – nic go nie przewyższa  
 ani nawet mu nie dorównuje – pomaga usuwać szkody.

## PRZEPIS NA WODĘ IMBIROWĄ

Na 1 porcję

2-5 cm świeżego  
korzenia imbiru  
½ cytryny (opcjonalnie)  
2 szklanki (pół litra)  
wody  
2 łyżeczki surowego  
miodu (opcjonalnie)

Zetrzyj na tarce imbir do wody i ewentualnie dodaj świeżo wyciśniętego soku z połowy cytryny (alternatywnie: pokrój imbir w małe kawałeczki i wyciśnij za pomocą praski do czosnku; pamiętaj, by po wyciśnięciu soku wybrać pulpę z praski, drobno posiekać i również wrzucić do wody).

Odstaw wodę na 15 minut, a najlepiej na dłużej (możesz nawet zostawić ją w lodówce na całą noc).

Odcedź. Jeśli chcesz, dodaj surowego miodu. Pij ciepły, zimny albo o temperaturze pokojowej, na czczo.

### WSKAZÓWKA

Zamiast ścierać imbir na tarce, pokrój go na małe kawałeczki i wyciśnij w prasce do czosnku – zadziała to jak mini wyciskarka. Pamiętaj, by po wyciśnięciu soku wybrać pulpę z praski, drobno posiekać i również wrzucić do wody.

Inne książki Autora:



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)



**Anthony William**, autor licznych bestsellerów *New York Timesa*, przyszedł na świat z wyjątkową umiejętnością: potrafi przekraczać czystą biologię naszego organizmu, uzupełniając szereg informacji, często wybiegających poza stan wiedzy współczesnej nauki. Dzięki niezwyklej trafności diagnoz i dużej skuteczności terapii zaskarbił sobie zaufanie i oddanie milionów pacjentów, w tym wielu gwiazd filmu, piosenkarzy, milionerów, sportowców i popularnych pisarzy.

Autor, inicjator globalnego ruchu selerowego, prezentuje niezwykle właściwości soku z selera naciowego, który ma leczniczy wpływ na cały organizm:

- oczyszcza jelita i usuwa zaburzenia trawienia;
- równoważy poziom cukru we krwi, ciśnienie krwi, wagę ciała i funkcje nadnerczy;
- neutralizuje i usuwa toksyny z mózgu i jelit;
- przywraca zdrowie osobom cierpiącym na powszechne dolegliwości i choroby przewlekłe oraz te, o nieznaney przyczynie, do których zalicza się m.in. zespół chronicznego zmęczenia, zaburzenia pracy umysłu, trądzik, egzema, uzależnienia, ADHD, choroby tarczycy, cukrzyca, zespół rozrostu bakteryjnego jelita cienkiego, zaburzenia odżywiania, choroby autoimmunologiczne, borelioza i problemy ze wzrokiem.

### Sok z selera naciowego – wybór ekspertów!

Patroni:

MIESIĘCZNIK  
**SZAMAN**  
CZŁOWIEK • ZDROWIE • NATURA

Porady  Fit

 SZTUKATER.PL

 grella.pl

 Talizman.pl  
SKLEP ZE SZCZĘŚCIEM

 Psychotronika.pl  
Pierwszy polski portal psychotroniczny

Cena: 59,50 zł

ISBN: 978-83-8171-212-5



9 788381 712125