

Lidia Aleksandra Szadkowska

Jak wyleczyć nieuleczalne choroby?

ZŁOTE
MYŚLI

**Mój skuteczny sposób
na reumatoidalne
zapalenie stawów i prawie
wszystkie choroby**



Niniejszy ebook jest **własnością prywatną**.

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część, nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie, oraz odsprzedaży zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

© Copyright for Polish edition by ZloteMysli.pl

Data: 18.01.2007

Tytuł: Jak wyleczyć nieuleczalne choroby?

Autor: Lidia Aleksandra Szadkowska

Wydanie II

ISBN: 978-83-7521-004-0

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Sylwia Fortuna

Skład: Anna Popis-Witkowska

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli

Netina Sp. z o. o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: www.ZloteMysli.pl

EMAIL: kontakt@zlotemysli.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

SPIS TREŚCI

<u>Wstęp</u>	5
<u>Nasze zdrowie w naszych rękach</u>	7
<u>Decyzja należy do nas</u>	10
<u>Dlaczego zdecydowałam się na zmianę sposobu odżywiania</u>	12
<u>Sceptycyzm może szkodzić Tobie i innym</u>	15
<u>Za późno</u>	16
<u>Najlepszym doradcą własny rozsądek</u>	18
<u>Diagnoza i początek leczenia specjalistycznego</u>	20
<u>Postanowiłam zmienić przychodnię</u>	24
<u>Jednak szpital</u>	26
<u>Efekty dalszego leczenia</u>	28
<u>Miłe spotkanie w odpowiednim czasie</u>	30
<u>Dłużej już tego nie zniosę</u>	36
<u>Co jest przyczyną moich cierpień?!!!</u>	38
<u>Boże! Jeżeli jesteś – powiedz mi, co ja mam zrobić?!</u>	42
<u>Na początku pomogły mi witaminy</u>	47
<u>Antybiotyki szkodzą, zwłaszcza w nadmiarze</u>	49
<u>Mamo, nie ratuj nas!</u>	54
<u>Skąd te wszystkie choroby?</u>	56
<u>Okrucieństwo wobec zwierząt uderza w nas</u>	59
<u>Czy krowa zawsze „daje” mleko?</u>	62
<u>Nie będę jadł szynki z pupy świnki!</u>	63
<u>Czy człowiek powinien pić mleko, czy też nie?</u>	65
<u>Organizm sam próbuje sobie poradzić z toksynami</u>	67
<u>Co więc powinniśmy jadać?</u>	72
<u>Co mi uświadomiła makrobiotyka</u>	76
<u>Jelita - to tu jest początek prawie każdej choroby</u>	78
<u>Soki i owoce to wspaniała kuracja</u>	80
<u>Co pokolenie, to słabsze, a czasem dzieci rodzą się już z chorobami</u>	82
<u>Ruch to bardzo ważny lek na r.z.s. i inne dolegliwości</u>	85
<u>Koniecznym trzeba zadbać o miejsce pracy i snu</u>	89
<u>Przyroda zawsze wskazuje nam miejsca napromieniowane</u>	92
<u>Moje dalsze doświadczenia radiestezyjne</u>	95
<u>Pierwsze kroki w „nowej” kuchni</u>	100
<u>Lepiej cukru nie używać</u>	103
<u>Zdrowa żywność, ale nie do końca</u>	108
<u>Jak przyrządzić zdrowe potrawy, podobne w smaku do tradycyjnych</u>	110
<u>Nie tak trudno gotować inaczej</u>	114
<u>Obce białko to główna przyczyna chorób reumatycznych</u>	117

<u>Niepotrzebne obawy o rozwój hormonalny moich dzieci</u>	119
<u>Szkoda, że wcześniej nie potrafiłam rozumieć swoich dzieci</u>	122
<u>Wiedza o zdrowiu leży na półkach</u>	125
<u>Żaden lekarz nie poparł mojej decyzji</u>	127
<u>Co jest najważniejsze dla zdrowia człowieka?</u>	130
<u>Powietrze</u>	131
<u>Woda</u>	133
<u>Odżywianie</u>	134
<u>Słońce</u>	135
<u>Ruch</u>	136
<u>Zdrowe środowisko</u>	137
<u>Unikanie toksycznych związków chemicznych w mieszkaniach</u>	138
<u>Czy grozi mi deficyt witaminy B12?</u>	140
<u>Witamina B12</u>	140
<u>Przepisy zdrowej kuchni</u>	148
<u>Gomasio</u>	148
<u>Spirygne</u>	148
<u>Masło orzechowe, sezamowe, słonecznikowe</u>	149
<u>„Masło” czosnkowe</u>	149
<u>Zamiast masła</u>	149
<u>Pasta z drożdży</u>	150
<u>Pasta z kaszy jaglanej</u>	150
<u>Pasta z ryżu</u>	150
<u>Paszty jarskie (bez pieczenia w piekarniku)</u>	151
<u>Paszтет z kaszy gryczanej</u>	151
<u>Powidła śliwkowe</u>	151
<u>Pasta orzechowo-kakaowa</u>	151
<u>Majonez z ryżu</u>	152
<u>Makowiec</u>	152
<u>Ciasto daktylowo-pomarańczowe</u>	153
<u>Szarlotka</u>	153
<u>Ciasto pieczone na patyku</u>	154
<u>Snak amarantusowy z orzechami</u>	154
<u>Keks z kaszy jaglanej</u>	154
<u>Wywar z lukrecji</u>	154
<u>Przyprawy</u>	155
<u>Bibliografia</u>	157

Wstęp

Książkę tę kieruję do wszystkich, którzy cenią własne zdrowie i życie. Do ludzi, którzy poszukują ratunku dla siebie w innym sposobie leczenia. Do wszystkich leczących się z ciężkich schorzeń bez większego efektu, wciąż wierzących, że leki chemiczne są w stanie przywrócić im zdrowie i sprawność ruchową. Pragnę poprzez tę książkę, na ile to jest możliwe uświadomić, że poprzez samo łykanie tabletek zdrowia raczej nie doczekają. Opowiadam o swoich doświadczeniach fizycznych i emocjonalnych wynikających zarówno z choroby rozpoznanej jako reumatoidalne zapalenie stawów, jak i bezsilności wobec braku nadziei na lepsze samopoczucie, oraz o wpływie odżywiania na kondycję zdrowotną człowieka. Są to moje doświadczenia zdobyte przez okres wielu lat, które mogą być wskazówką dla innych pragnących poprawy zdrowia.

Adresuję ją tym, którym nie daje się nadziei na poprawę kondycji i lepsze samopoczucie, nie mówiąc już o całkowitym wyleczeniu. Także tym, którzy większość swego czasu poświęcają na wizyty w przychodni i pilnowanie godzin przyjmowania leków, a niewiele na normalną egzystencję.

Opowiadam w jaki sposób szukałam ratunku dla siebie i zrozumienia przyczyn tej i innych chorób. Mam nadzieję, że mój przykład oparty na wnioskach, jakie wyciągnęłam z własnych problemów zdrowotnych, ze sposobów leczenia i szukania na własną rękę możliwości wyjścia z tej, uznanej przez świat medyczny za nieuleczalną choroby, będzie wskazówką dla innych pragnących odzyskać zdrowie i sprawność fizyczną i psychiczną. Mam nadzieję, że te wszystkie wiadomości, które chcę przekazać są na tyle ważne ile jest warte życie człowieka i każdej istoty na ziemi.

Jak wygrałam z reumatoidalnym zapaleniem stawów...
...I odkryłam skuteczny sposób na prawie wszystkie choroby.

Nasze zdrowie w naszych rękach

Życie człowieka i każdej istoty na ziemi jest najcenniejszym darem od natury. Gdybyśmy chcieli to uszanować i umiejętnie wpisywać się w jej strukturę, uniknęlibyśmy wielu niepotrzebnych cierpień. Wiele zależy od człowieka. Jeśli tylko zechcemy, możemy żyć długo w zdrowiu, dobrej kondycji fizycznej i psychicznej. To my sami jesteśmy kowalami własnego zdrowia i szczęścia, i od nas zależy, jakie ono będzie.

Warto nauczyć się słuchać własnego organizmu, bo on zawsze daje sygnały, gdy dzieje się z nim coś niedobrego. Jeśli prowadzimy nieodpowiedni tryb życia i nieodpowiednio się odżywiamy, na pewno bardzo szybko da nam o tym znać w postaci dyskomfortu psychicznego lub fizycznego, a potem w postaci choroby. Słuchając tych sygnałów będziemy świadomi, co jest przyczyną własnych niedomagań. Warto wiedzieć, co je powoduje, by w razie potrzeby zastosować środki zaradcze. Jeśli nie zna się przyczyny choroby, pozostaje wówczas tylko leczenie objawowe, ale takie leczenie nie daje oczekiwanych efektów.

Jeżeli człowiek źle traktuje swoje ciało i sam nie potrafi zrozumieć, co ewentualnie może mu szkodzić, to i lekarz też nie będzie mógł zbyt wiele pomóc. Pozostanie mu rozpoznać chorobę tylko na podstawie objawów.

Medycyna z reguły nie docieka przyczyn powstania choroby. Leczy tylko jej skutki. Przyjmuje zazwyczaj, że chorobę powodują wirusy

i bakterie. Jest to prawdą, tylko, że my tym bakteriom i wirusom stwarzamy idealne warunki do życia w naszym organizmie. Nasz ustrój nie może sobie poradzić z wydalaniem niestrawnych resztek pokarmowych. Zalegają w naszym organizmie, stwarzając im w ten sposób idealne warunki do rozwoju.

Lekarz więc leczy nas objawowo antybiotykami i różnymi innymi tabletkami. Nie szczędzi się ich również nawet malutkim dzieciom. Choroba jednak trwa nadal, jej przyczyn się nie usuwa, a poprzez łykanie różnych leków, swój stan zdrowotny jeszcze pogarszamy. Leki chemiczne dodatkowo zatrują nasz ustrój, który nie dość, że stara się pokonać chorobę, to musi jeszcze zwalczać skutki uboczne farmaceutyków. Osłabia się system immunologiczny. Organizm coraz gorzej sobie radzi i wciąż dochodzą nowe problemy zdrowotne.

Dzisiejszy przemysł dostarcza nam „najlepszego pożywienia” w postaci produktów gotowych, lub szybkich dań składających się głównie z mięsa i nabiału, „najlepszych leków”, „najlepszych udogodnień cywilizacyjnych”. Chętnie z tego korzystamy, bo jest to wygodne i bardzo ciekawe, wszystkiego próbujemy, zachłystujemy się nowościami.

Gonimy więc za karierą, komfortem, pieniędzmi a przestajemy się liczyć z własnymi naturalnymi potrzebami takimi, jak np. kontakt z przyrodą czy drugim człowiekiem, potrzebą bycia razem z rodziną lub przyjaciółmi, koniecznością wyciszenia się i dogonienia własnych myśli. Brakuje już czasu na zadbanie o własną kondycję zarówno psychiczną jak i fizyczną, czyli o normalne życie. A bywa i tak, że najzwyczajniej w świecie nie chce nam się zadbać samemu o siebie, bo w razie bólu czy choroby łatwiej jest łyknąć tabletkę, a odpowiedzialność za swoje zdrowie zrzucić na lekarzy.

Współczesne odżywianie, skutki cywilizacji i nasza postawa wobec życia, często bywa zgubna dla nas samych. W efekcie mamy coraz mniej czasu na cieszenie się nim, jesteśmy coraz bardziej tym zmęczeni i zagubieni, a później refleksja - po co to wszystko? O co tu chodzi, bo właściwie życie tak szybko upływa, kondycja byle jaka, czegoś zaczyna brakować...

Decyzja należy do nas

Odpowiedni styl życia i sposób odżywiania ma ogromne znaczenie w życiu człowieka. Można żyć wiele lat w zdrowiu i dobrej kondycji, jeśli tylko odpowiednio o to zadbamy. Można słuchać rad naukowców, lekarzy, dietetyków, czy innych doradców, ale ostateczna decyzja zawsze należy do nas. W końcu to my sami obieramy taki, a nie inny styl życia, to my łykamy przepisane nam leki, a w razie konieczności poddajemy się różnym zabiegom i operacjom. W efekcie sami ponosimy tego konsekwencje.

Gdy zachorowałam 13 lat temu, wiadomości na temat prawidłowego odżywiania, naturalnego leczenia i swojego miejsca w przyrodzie miałam niewiele. Żyłam tak samo jak inni, sposób odżywiania przyjął taki sam jak moi rodzice i większość ludzi sądząc, że jest jak najbardziej odpowiedni. Teraz wiem, że ani dla mnie, ani też dla wielu z nas nie jest korzystny, a wręcz szkodliwy. Lata doświadczeń przekonały mnie, że zarówno sposób życia, jak i pokarm który spożywamy jest wyznacznikiem naszego zdrowia, samopoczucia, długości i jakości życia.

Przez cały czas mojej choroby wiele zrozumiałam i wiele się nauczyłam. Dziś nie jestem przekonana czy to moje r.z.s. jest chorobą samą z siebie, czy też zostało wywołane tzw. kompleksowym leczeniem. Z pewnością jednak, nie jest to choroba, o której mogę powiedzieć „przyczyna nieznana”.

Wiedza o zdrowym sposobie życia, odpowiednim odżywianiu, leczeniu metodami naturalnymi, leczeniu dietą, jest każdemu potrzebna. Także wiedza o prawach natury i sposobie życia, jakie

nam wyznacza, bo my wszyscy też jesteśmy częścią tej natury. Tak samo, jak rośliny, zwierzęta, wiatr, deszcz, słońce itd., a nieprzestrzeganie jej praw obraca się przeciw nam. Dlatego tak trudno jest nam utrzymać się w zdrowiu i dobrej kondycji fizycznej i psychicznej do końca swego życia.

No cóż, przyznaję, że chociaż byłam dość trudną i zbuntowaną pacjentką, to ulegałam sugestii medycznej i dostosowywałam się do zaleceń. Jednocześnie broniłam się później przed lekami coraz to silniejszymi i mogącymi przynieść pozytywne efekty leczenia.