

Wywiad z Alexem Malinskym

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 10:56 - Poprawiony sobota, 24 grudnia 2011 14:26

Wywiad z Alexem Malinskym

Tłumaczył: Aleksander Kwiatkowski

Pytanko No.1.

Kim ty tak naprawdę jesteś, jako persona witarianizmu?

Odp: Tym samym co ty, próbuję osiągnąć pewne cele na tej ?ożywczej? planecie.

Pytanko No.2.

Co cię najbardziej fascynuje w tym ożywionym bycie?

Odp: Przebudzić się skoro świt, zobaczyć zaranie wschodu słońca . Uwielbiam również zbierać moje własną żywność oraz przygotowywać witariańskie dania.

Pytanko No.3.

Czy masz w planie na zawsze pozostać w tym swoim Raw Guru biznesie?

Odp: Mam nadzieję, że tak. Wkrótce zacznę sprzedaż egzotycznych, dzikich i wyszukanych artykułów spożywczych, opiszę to w książce. Moją misją jest założenie ośrodka rekreacyjnego z witariańską kafejką i restauracją.

Pytanko No.4.

Jeżeli miałbyś nieograniczone możliwości oraz mógłbyś zrobić wszystko na tym świecie, co to miało by być?

Odp: Chciałbym latać! Chciałbym poczuć powiew na ciele oraz widzieć wszystko tak jak ptaki, i jeszcze więcej!

Pytanko No.5.

Co według ciebie jest najpiękniejsze na Ziemi?

Odp: Słońce i nieboskłon. Na nieboskłonie można znaleźć mnóstwo emanujących kolorów, to właśnie światło słoneczne działa kojąco i odmaładzająco.

Pytanko No.6.

Jakie są twoje ulubione emocje a jakie te najmniej lubiane?

Odp:Z ulubionych to ZACHWYT a z najmniej lubianych to beznadziejność.

Pytanko No.7.

Surowe, pełne artykuły spożywcze, o co w tym wszystkim chodzi?

Odp: Myślę, że to jest pewnego rodzaju utrzymanie kontaktu duchowego oraz powrót do naszego naturalnego jestestwa.

Pytanko No.8.

Jak czujesz, kto lub co jest tobie najbliższe?

Odp: Moja mama. Ona właśnie, bardzo mi pomogła w tej ?podróży? poprzez swoją mądrość życiową oraz wsparcie.

Pytanko No.9.

Jaki aspekt w żywności jest dla Ciebie najważniejszy? Czy coś więcej niż proste odżywianie?

Odp: Woda życia! Posiada energię podawaną nam przez Słońce!

Pytanko No.10.

Co dla Ciebie tak naprawdę oznacza wyrażenie "raw guru" oraz dlaczego wybrałeś taką ksywkę?

Odp: Ta ksywka została mi nadana podczas jednego z serii wykładów Davida Wolfiego. Po jednym takim spotkaniu, ludzie zebrali się dookoła mnie i zaczęli mi zadawać całe "naręcza" pytań na temat surowej żywności np. gdzie można dostać te egzotyczne artykuły itd. Jedna z osób nazwała mnie wtedy guru of raw foods (guru surowego jedzonka), zmodyfikowałem to do rawguru :)

Pytanko No.11.

Ludzie uwielbiają Twoją żywność! W czym leży sekret?

Odp: Sekret znajduje się w świeżych produktach, uwielbiam równowagę smaków i

tekstury.

Pytanko No.12.

Widać po tobie, że cieszysz się wspaniałym zdrowiem. Jak uważasz, jaki jest ten najważniejszy aspekt odżywiania witariańskiego dla rozwijających się nastolatków?

Odp: Dostarczanie różnorodnych artykułów oraz wiele innych działań wychodzących poza surową dietę. Surowa żywność to tylko jedno z wielu ogniw w łańcuchu i nie wolno wszystkiego podczepiać pod surowe odżywianie. Po prostu, cieszymy się życiem takim jakie ono jest. A dzisiejszy dzionek to ten najlepszy dzień!

Pytanko No.13.

Ostatnio było mnóstwo w prasie o tym, że surowa żywność jest niekompletna. Czy osobiście pobierasz suplementy z witaminą B12 lub inne suplementy?

Odp: Myślę, że każda dieta może być niepełna jeżeli dana osoba nie jest świadoma co się dzieje w jej ustroju. Ludzie przeważnie jedzą ponad miarę, przejadają się, a to może występować na każdej diecie, ale problemy ujawnią się szybciej kiedy będzie się o nich wiedziało. Poprzednio pobierałem suplementy z witaminą B12 ale stwierdziłem, że już więcej ich nie potrzebuję. Uważam, że dostarczanie dobrej jakości tego ?kurzu? na talerzu za każdym razem, i w ten oto sposób, dostarczamy probiotyków to może nas niesamowicie wspomagać.

Pytanko No.14.

Jakie metody relaksacyjne zwykle używasz wtedy gdy jesteś zestresowany?

Odp: Pijam wtedy sporo płynów, kładę się i słucham kojącej muzyczki (dźwiękowych wibracji).

Pytanko No.15.

Opisz swój najlepszy jak do tej pory dzień.

Odp: Kojący sen, to jest to co najlepsze!

Natomiast podążając myślami w przeszłość, najlepszy dzień miałem wtedy gdy byłem w Maui. To jest uzdrowisko, a tego dnia przyjemny, lekki deszczyk obudził mnie, wzięłem pod nim prysznic i to pod gołym niebem, w balsku słońca, następnie napiłem się soku z młodego kokosa. Kiedy poszedłem na farmę Stefana (gospodarstwo specjalizujące się w egzotycznych, organicznych owocach i warzywach) zobaczyłem jak rosną te egzotyczne owoce, posmakowałem ich prosto z drzewa. To było jak przebłysk! Wszystko perfekcyjne! Chciałbym to przeżyć raz jeszcze nie licząc się z kosztami!

Pytanko No.16.

**Czy zamierzasz zacząć witaliańską grupę wspierania anonimowych czekoladoholiców?
Taka obsesja nie jest zbyt zdrowa, nieprawdaż!**

Odp: Brzmi nieźle, dobry pomysł. Czekolada jest pokarmem bogów. Czekolada może być uzależniająca, masło migdałowe również. Uważam, że wszystko powinno być spożywane z umiarkowaniem, umiar zawsze wskazany.

//

Pytanko No.17.

Teraz, tak na zakończenie, jakieś mądre, oświecające powiedzonko?

Odp: Nie słuchaj wymysłów innych, słuchaj własnych zmysłów.

Nie obawiaj się próbować nowych rzeczy ale nie lukruj badziewia.

Życzę wspaniałego dnia!