

Wywiad z PAUL NISON

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 11:29 - Poprawiony czwartek, 14 listopada 2013 10:57

Wywiad z PAUL NISON

Tłumaczył: Aleksander Kwiatkowski

Pytanko 1

Jakie są podstawowe artykuły w twojej diecie? Twoje ulubione produkty? Jeżeli miałbyś spożywać termicznie zniszczone pożywienie co to miałyby być?

Odp: Ogórki, awokado, duriiany (rościany) itd.. Nie podejrzewam żebym kiedykolwiek zajadał się termicznie zniszczonym pożywieniem?! Poprzednio uwielbiałem pizzę. Obecnie jestem kuchmistrem witaliańskim i mogę przyrządzić wszelkie witaliańskie odpowiedniki dań termicznie zniszczonych.

Pytanko 2

Czy kiedykolwiek miałeś objawy choroby psychicznej, jeżeli tak, w jaki sposób dieta surowej żywności usuwa to, czy wszystkie symptomy chorób psychicznych mogą być likwidowane przez dietę surowej żywności?

Odp: Nie, nie miałem żadnych tego typu objawów ale znam ludzi którzy wyleczyli tego rodzaju dolegliwości właśnie poprzez dietę surowej żywności. O ile wiem to ?E-3 Life? jest znakomitym produktem na leczenie tego typu problemów. [od tłumacza: są to ekstrakty z glonów i innych organicznych produktów więcej na stronie internetowej: <http://www.e3live.com/>

Od tłumacza: Na powyższej stronie informacje o witaminie B12 mogą być nieaktualne, zobacz rozdział 23, opracowanie o witaminie B12 w glonach : [wszystko o witaminie B12](#)

Pytanko 3

Czy możesz opisać na czym polega uczucie prawdziwego głodu? Oraz w jaki sposób przezwyciężyć nawyk przejadania się szczególnie suszonymi i tłustymi owocami?

Odp: Prawdziwy głód występuje wtedy gdy niejedzenie powoduje szkodliwe problemy zdrowotne powstałe w wyniku niedoboru lub braku pożywienia. To jest śmiertelne gdy dana osoba nadal nie będzie jadła. Obecnie większość ludzi odczuje głodu ale to nie jest prawdziwy głód. Istnieją dwa sposoby aby pozbyć się nawyku przejadania to po pierwsze mieć dostęp do najwyższej jakości produktów (organiczne rosnące na dobrze zmineralizowanych glebach), po drugie odbudować / odnowić więź duchową z Bogiem.

Pytanko 4

Podczas twojej witaliańskiej podróży o jakich najbardziej interesujących a zarazem inspirujących historiach uwieczonych sukcesem słyszałeś?

Odp: O wielu słyszałem. Słyszałem o ludziach którzy wyleczyli się z wielu rodzajów chorób. Najbardziej inspirująca to jak dla mnie zawsze te najnowsze. Najlepiej pamiętam ostatnie, t.j. pamiętam radość jaka przebija od tych ludzi po walce z chorobą. Jeden chłopak który przyszedł porozmawiać ze mną. On był bardzo chory i przestraszony. Powiedziałem aby zgłosił się do Instytutu Hipokratesa na Florydzie. Na początku nie chciał się tam udać ale po kilku tygodniach widziałem że przyszedł. To była już inna osoba. Zdrowy, szczęśliwy. Coś niesamowitego!!!

Pytanko 5

Czy zmieniałeś swoje nawyki żywieniowe będąc już na diecie surowej żywności?

Odp: Tak, teraz jadam mniej i bardziej prosto.

Pytanko 6

Jaką poradę dałbyś osobom cierpiącym na nowotwory np. żołądka, osobom które nadal są na typowej standardowej diecie t.j. poniżej 60% surowego?

Odp: Każdemu z podejrzeniem o raka to polecałbym Dr. Freda Bisci. Dr. Bisci jest na diecie witariańskiej od ponad 50 lat (rok 2004). Moim zdaniem jest on najlepszym żywieniowcem/dietetykiem na świecie. Ma największe osiągnięcia od innych, wiem również że zajmuje się leczeniem nowotworów.

Pytanko 7

Co myślisz o kobiecej miesiączce (krwawieniach miesięczkowych)? Czy to jest naturalne czy nienaturalne, a kiedy organizm kobiety jest zdrowy czy to wszystko powinno zaniknąć?

//

Odp: Krwawienie jest możliwe aby zupełnie zanikło. Ale czy to oznacza żeby być zdrową kobietą, nie wiem. U niektórych kobiet skraca się lecz nie zanika. Znam wiele kobiet które nadal mają krwawienie miesięczkowe i są zdrowe. Jedno co wiem na pewno to że gdy kobieta spożywa surowe, świeże i organiczne pożywienie krwawienie zmniejsza się i może zanikać zupełnie. Ale to znów nie oznacza że taka kobieta staje się bezpłodna. To jedynie oznacza że nie występuje krwawienie (a jedynie śluz) a cały cykl jest w normie.

Pytanko 8

Czy jest możliwa zmiana struktury kości twarzy zgodnie z naszym genetycznym potencjałem t.j. cechami wrodzonymi? Czy widziałeś zastanawiające tego typu przykłady oprócz siebie samego? Jaki okres jest wymagany aby to nastąpiło, albo jest to tylko iluzją tworzona przez zdrowszą skórę, oczy, włosy i nie dotyczy to głębszych zmian w kościach? Czy surowe produkty pochodzenia zwierzęcego są niezbędne aby to się stało?

Odp: Wszystko możliwe. Uważam że nie mamy potrzeby spożywać produktów pochodzenia zwierzęcego.

Pytanko 9

Ile światła słonecznego jest wymagane aby dostarczyć odpowiedniej ilości witaminy D?

Odp: Co najmniej 1 godzinę dziennie tak myślę. Zbyt wielu wegetarian i niewegetarian nie otrzymuje wystarczającej ilości witaminy D szczególnie osoby mieszkające bardziej na północ. Polecam pobieranie (przez okres zimowy) suplementu z witaminą D.

Pytanko 10

Jaką poradę dietetyczną masz dla wegan t.j. odnośnie ewentualnych niedoborów, czy to ma być niedobór witaminy D, A, B12, B complex, Omega-3 w formie DHA, żelaza, wapnia, cynku czy innych składników?

Odp: Wapń, cynk, żelazo, witaminy z grupy B to nie ma problemów na diecie surowej żywności. Natomiast witamina D oraz B12 można również uzyskać ale jest trudniej. Polecam suplementację aby nie było wątpliwości.

Pytanko 11

Czy mógłbyś coś powiedzieć o swoich obecnych planach nad którymi pracujesz lub dopracowywujesz?

Odp: Niedługo ukaze się moja nowa książka t.j. ?Ulcerative colitis and Crohn?s disease with natural diet?. Pracuję również nad aspektami leczenia emocjonalno-duchowego. Ludzie powinni uzmysłowić sobie że nasze ciało to nie tylko ciało fizyczne. Na mojej stronie: <http://www.rawveganbooks.com/>

Można dostać najwspanialsze książki, nazywam to lapidarnie biblinym fundamentem w kierunku wolności.

Pytanko 12

Czy chciałbyś coś jeszcze dodać?

Odp: Tak, ważne jest nie tylko jakie pożywienie spożywamy, wg. mnie jest również bardzo ważne aby każdy rozbudowywał osobistą więź z Bogiem. Kiedy wspominam o Bogu to ludzie z wielu rzeczy robią Boga. Ja mam na myśli jedno, to że Bóg nas stworzył. Polecam gorąco zapoznać się z Biblią chociaż jeden raz w życiu aby zobaczyć co mam na myśli. Uważam że Biblia jest najlepszą książką o zdrowiu jaka kiedykolwiek została przez ludzi napisana oraz jest wiele innych, równie bardzo ważnych rzeczy o których ludzie zapominają.

Wywiad z PAUL NISON

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 11:29 - Poprawiony czwartek, 14 listopada 2013 10:57

A dla ciebie Alex życzę wytrwałości w tej wspaniałej działalności.

Paul Nison.