

<i>Táto relácia</i>	Jednoho dne	nepřímé výhody,
<i>pojednáva o možnostiach</i>	v červenci roku 2001,	ktorá vychází
<i>breathariánstva,</i>	zatímco byla jeho	z přesvědčení člověka,
<i>teda života bez jedenia jedla,</i>	rodina na dovolené,	a která se stane částí jeho
<i>no nie je to kompletný návod.</i>	se rozhodl pro experiment	instinktu jako forma
<i>V záujme vašej bezpečnosti,</i>	zcela přestat jíst.	naprogramování z prostředí.
<i>nepokúšajte sa prosím</i>	Co je to, co člověk	U každého je to jiné.
<i>prestať jesť bez náležitého</i>	potřebuje k životu?	Při pohledu na tento proces,
<i>odborného vedenia.</i>	Jaký druh látek	zvláště když jsem žil
<i>V záujme vašej bezpečnosti,</i>	tělo potřebuje,	bez jídla, jsem dospěl
<i>nepokúšajte sa prosím</i>	aby normálně fungovalo?	k závěru, že co člověk
<i>prestať jesť bez náležitého</i>	Z mého zkoumání	opravdu potřebuje k životu,
<i>odborného vedenia.</i>	a ze zkušeností na těle,	je jen jedna věc:
Pozývame vás teraz	to závisí téměř zcela	vůli přežít.
sledovať s nami 2. časť	na osobním přesvědčení.	Tato vůle je ale důsledkem
z nášho 3-dielneho programu	Protože čemu člověk věří,	důvěry ve vlastní
„Joachim Werdin:	konkrétně, pokud je k té víře	vnitřní sílu člověka,
skúsenosti	emocionálně velmi připoután,	ve vlastní Já, v část vědomí,
s breathariánskym životom“ –	někdy za ni dokonce i bojuje.	ktoré stvořilo mysl a tělo,
v relácii	Čili je to silná vizualizace,	což nazýváme „člověk.“
<i>Medzi Majstrom a žiakmi.</i>	ktorou naprogramuje	Takže pokud má člověk vůli,
Seznamte se s Joachimem	vlastní instinkt.	cítí vlastní vnitřní sílu,
Werdinem, bývalým polským	Instinkt je něco,	že je skutečně zdrojem
breathariánem, který zasvětil	co nemyslí,	svého těla a myslí.
svůj život sdílení a šíření	ale přesně funguje	Na základě tohoto pak
informací o lidském zdraví,	podle programů,	udělá rozhodnutí,
zvláště o breathariánském	ktoré si člověk vytvořil sám	například,
životním stylu.	nebo mu je	že bude žít bez jídla a pití
Joachim žil nezávisle	naprogramovalo prostředí.	a to je pro něj dost,
na jídle téměř dva roky.	Existuje nějaký druh	aby z toho žil.

Tělo a mysl žije a funguje, protože on sám se tak rozhodl. Podobně jako jiní jednotlivci, kteří přešli na životní styl nezávislý na jídle, také Joachim prošel přechodovým stádiem, ve kterém se jeho tělo čistilo a přeprogramovalo. Pokud se týká příznaků - příznaky nebo reakce těla, reakce mysli na odnětí potravy – existuje jich mnoho, jsou jich desítky, jsou velmi individuální a záleží na osobě. Jsou přítomny ze začátku, v prvních pár dnech, pár týdnech. Jsou stejné jako ty, které se vyskytují během uzdravujícího půstu. Když se člověk vzdá jídla, počet příznaků a jejich intenzita záleží na tom, jak bylo	kontaminováno lidské tělo chemickými látkami, které jedl ve vodě, v jídle, ve vzduchu, který dýchá. Protože, když se člověk vzdá jídla, tělo automaticky a okamžitě přepne na čistící proces. Čistící proces je na to, aby se tělo zbavilo všeho, co je zbytečné a škodí mu. Proces čistění je prvním krokem směrem k obnovení lidského těla k jeho ideálnímu stavu. Důsledkem toho přicházejí takzvané příznaky, které jsou nepříjemné. Některé ze společných, které bych mohl jmenovat, je bolest hlavy, závratě, pocity hladu, pocity suchosti, vyrážka, horečka... Je jich mnoho. Je to také velmi individuální. Od lidí, kteří necítí nic – cítí se dokonale dobře po celý čas –	až k lidem, kteří téměř ztrácí vědomí, cítí se na omdlení nebo téměř umírají. Je to velmi osobní přechod pro každého. Jakmile začne jedinec s životním stylem bez jídla, je to signál pro tělo, aby se začalo opravovat, protože se již dále nebude zabývat denním zpracováváním fyzické potravy. Ve stručnosti, příznaky se objeví, protože tělo se samo léčí, a to jak tělo tak i mysl. Většina lidí má nějaké příznaky způsobené očistou. Tyto příznaky jsou způsobené skutečností, že vnitřní lidské orgány se mění – to znamená že jsou trochu pozměněny. Mimo jiné se zmenšují – žaludek, střeva – což způsobuje změnu průtoku krve. Přísun kyslíku je jiný,
--	--	---

svaly začnou jinak pracovat, což způsobuje bolest. Jsou to jednotlivé procesy. Mimo jiné to závisí na tom, kolik tuku člověk má a čím se převážně stravoval, každý případ bude jiný. Možná se vyskytnou jiné příznaky, které nesouvisí s fyzickou kondicí člověka nebo genetickou výbavou. Jeden z nejčastějších společných příznaků, který se vyskytuje v netropickém pásmu nebo v nesubtropickém – u lidí, kteří se postí a zkouší přejít do inedie, je pocit chladu. Prsty jsou studené – nohy, ruce, nos, uši – obecně cítí chlad a zmenšují se. Je to proces, který se vyskytuje zejména v raném stadiu půstu nebo přechodu na inedii. Ve skutečnosti je to dáno tím, že v lidském	hormonálním systému probíhají velké a rychlé změny, které způsobují narušení krevního oběhu a zkracování svalů včetně narušení toku elektriny v nervech. Nejjednodušší způsob, jak zvládnout tento příznak, přesunout se do tropického klima. Obecně platí, že klima, které je mimo tropické a subtropické pásmo, není vhodné pro lidský život. Je to klima, ve kterém může lidstvo žít jen během léta. Samozřejmě, že můžeme v tomto klimatu žít, protože umíme skladovat potravu, protože ji převážíme. Ale opravdu, toto klima není vhodné pro normální lidský život. Na rozdíl od jiných příznaků, s pocitem chladu je snadné se vypořádat.	Joachim doporučil několik praktických způsobů. Člověk se může vypořádat s tímto příznakem bez ohledu na to, kde žije, dokonce třeba například člověk, který žije v Mongolsku, kde je v zimě -40 stupňů Celsia, přestává konzumovat jídlo, může to zvládnout pomocí energetického cvičení. Jedná se o cvičení, které se provádí fyzicky, když se člověk soustředí na tok energie v celém těle a tato koncentrace na průtok energie má za následek pohyb těla. Některé z těchto cvičení byly vyvinuty do systémů které jsou vyučovány, jako je Čchi-kung, Tai-Čchi. Nicméně člověk nepotřebuje provádět energetizující cvičení. Stačí, když se zaměří na energii, kterou
--	--	---

produkuje skrze pocit	na styl bez jídla,	stát se nezávislým na jídle.
svého vlastního smyslu	na inedii,	Pokud člověk není schopen
vnitřní síly	po nějaké	zdotat strach,
a pak ji rozvede	době tyto příznaky	nedoporučuje
do celého těla.	a problémy	přijetí tohoto životního
Může si představit světlo	zcela zmizí	stylu, protože to přinese
nebo teplo a rozvést ho.	a člověk necítí chlad	pouze poškození.
Je-li zaměřen,	bez ohledu na teplotu.	Joachim doporučuje
začíná cítit,	Ale jak jsem se již	k vyřešení strachu
že jeho tělo chce	zmínit, pro toho, kdo	a pokračování
vykonávat některé	chce pokračovat v životě	v přechodovém procesu
specifické pohyby, čímž	nezávislém na jídle	duchovní cvičení,
se zaměřuje na energii	nebo inedii, je snazší	což přemůže strach:
a tělo vykonává pohyby	být v tropickém klimatu.	Sedněte si nebo lehněte
a člověk dokonce	V této knize	do relaxační polohy
zažívá silnější proudění	„Životní styl bez jídla,“	a ztište se.
energie.	Joachim zmiňuje	Dýchejte volně a klidně,
To mu automaticky	další příznaky, se kterými	soustředíte se
přivodí pocit tepla.	se člověk může setkat	na pocit Lásky,
Jsou také jiná	během procesu přechodu,	který je vaším zdrojem
energetická cvičení,	kdy se stává breathariánem.	a který z vás
jako třeba použití vody.	Patří mezi ně strach,	přirozeně vyzařuje.
Když si dá horkou sprchu,	slabost, dehydratace,	Pocitujte, že jste ve středu
nejdřív velmi horkou	nevolnost a zvracení, úbytek	bytosti, kterou jste,
a pak velmi studenou,	hmotnosti, bolest, horečka,	je přítomen zdroj
zase horkou, pak studenou –	uvolnění zubů, vypadávání	vašeho života.
střídavou sprchu.	vlasů a otoky kloubů.	Tento zdroj vždy
Po nějaké době,	Joachim je přesvědčen,	vyzařuje tak intenzivně,
jestliže člověk	že pokud jde o strach,	jak mu vaše mysl dovolí.
změní životní styl	je největší překážkou	Takže to nyní nechte,

at' se naplno projeví.	Tato cvičení by se měly	jakýmikoli různými způsoby.
At' září jako slunce,	cvičit každý den,	To je důvod,
a zahřeje vás i okolí.	s výjimkou případu, kdy tělo	proč je v takových situacích
Úplně se jí poddejte	potřebuje odpočinek,	lépe tělu pomáhat pústem.
a pociťujte Lásku.	kterého lze dosáhnout jen	Začít jíst, když nastane
Pociťujte, pociťujte...	pomocí spánku.	tato situace, znamená
jak Láska přemáhá vás	Joachim vysvětlil,	zastavit čištění
i všechno kolem vás.	že nevolnost a zvracení	a tím i hojení.
Nevytvářejte Lásku.	jsou důsledky toho,	Během přechodového
nevytvářejte nic,	že se tělo samo čistí	procesu zažil Joachim
čeho jste zdrojem –	od nahromaděných toxinů:	fyzickou bolest,
Láska se projeví sama,	V procesu rozpouštění	ve které musel vyhledat
pokud jí to jen dovolíte.	a vylučování	odbornou pomoc.
Podobně jako pocity chladu,	starých zhuštěných	Ze začátku během období,
pocit tělesné slabosti	nahromaděných toxinů	kdy jsem nejedl –
je jedním z nejčastějších	a nadbytku tuku,	byl to, myslím, čtvrtý měsíc,
společných příznaků,	tělo uvolňuje	něco se stalo
ačkoli to neznamená,	do krve různé látky.	s mým tělem
že každý, kdo prochází	Krev obíhá celým tělem,	a začal jsem tady
procesem k nezávislosti	prochází také	a tady, všude
na jídle,	přes mozkové centrum,	cítit bolest...
to bude prožívat.	které kontroluje	Šel jsem do nemocnice,
Joachim doporučuje	nevolnost a reakce zvracení.	aby mi dali nějaké
na překonání těchto	Takže toxiny obíhající	prášky proti bolesti,
pocitů slabosti	v krvi způsobují	protože bolest byla
mírná tělesná	nepříjemné příznaky	neuvěřitelně silná.
energetizující cvičení,	jako bolest, nevolnost	Dali mi tuto medicínu
jako také izometrické	nebo dokonce zvracení...	a řekli mi, že mi ledvinový
cvičení, jógu, čchi kung	Tělo otevře všechny tyto	kámen ucpal močovod.
a tai-čchi.	věci a zkouší se jich zbavit	Tak jsem zjistil,

že jsem měl ledvinové
kameny, které se po čtyřech
měsících života bez jídla
rozhodly opustit
mé ledviny.

Poté, co už mi dali
medicínu – lék proti
bolesti a na uklidnění,
mě také snímkovali
a řekli, že ve skutečnosti
to nebyl kámen,
že to byl nějaký „gel“,
který byl vidět
na jednom snímku,
ale příště to bylo pryč,
zmizel sám.

Podle Joachima
se příznaky liší
u různých lidí.
Obecně platí,
že příznaky
odejdou samy, když
se tělo úplně vyčistí.
Joachim doporučuje osobě,
která prochází přechodovým
procesem k nezávislosti
na jídle zachovat pozitivní
stav mysli a
obraz fyzického zdraví
a pohody.

Takže nejlepší postup
je jen na to čekat
a nedovolit strachu, aby
narušil tento proces.
Pre kontakt na Joachima
Werdina a pre viac
informácií navštívte prosím:

<http://inedia.info>

alebo napíšte email na:

jmw@niejedzenie.info