

Táto relácia pojednáva o možnostiach breathariánstva, teda života bez jedenia jedla, no nie je to kompletný návod. V záujme vašej bezpečnosti, nepokúšajte sa prosím prestať jesť bez náležitého odborného vedenia. V záujme vašej bezpečnosti, nepokúšajte sa prosím prestať jesť bez náležitého odborného vedenia.

Pozývame vás teraz s nami sledovať prvú časť 4-dielneho programu: „Isabelle Hercelin: breathariánstvo ako spôsob života,“ v relácii Medzi Majstrom a žiakmi. Uplynulý rok se Isabelle Hercelin se osvobodila od potreby fyzického jídla a žije jako breathariánka. Co ji bez jídla vyživuje a drží tak mladistvou a zářivou? Jestliže více nejíte – myslím fyzické jídlo – co vás vyživuje? Co nazýváte pránou? Připadá mi těžké to vysvětlit, je to obtížné vyjádřit. Pro mě je tato energie života jako energie lásky, ale nedokážu dokonce ani popsat tuto lásku, která je ve všech věcech, ve všech situacích, ve všech emocích a ve všech vztazích – je to opravdu úžasné, naplňuje vás to. Pro Isabelle neexistuje žádné fyzické jídlo, které by bylo srovnatelné

s pocitem žití z prány. A tato láska... Pro mě tato důvěra, kterou mám v životě... Nemohu vyjádřit ten pocit. Není to snadné vyjádřit, ale naplňuje vás to 100 000 krát více a 100 000 krát lépe a je to 100 krát více uspokojující a 100 krát lépe než opravdové jídlo, i když upřímně děkuji Zemi za vše, co mi dosud dala. V průběhu historie lidstva existovalo mnoho jedinců, nezávislých na jídle, kteří spoléhali na kosmickou energii, k udržení svého fyzického těla a ducha. Pár jich také žilo po desítky let většinou z víry, lásky a úplné oddanosti k Ježíši Kristu nebo Bohu. Ne jinak tomu bylo s Isabellou. Lidé říkají, že dostáváte výživu z víry a lásky. Ano. Mohla byste říci, jak? Ano. Živí mě prostor, řekla bych, velmi rozsáhlý. Vyživuje celou mou bytost více než skutečné jídlo, které je velice omezující. Tato energie života mě spojuje se vším a vytváří pro mě tuto stravu, naplňuje mne... Co se stalo, že se Isabella

tíhlo směrem k životnímu stylu bez jídla? Je obyčejnou hospodyní v normálním rodinném životě. Narodila jsem se v Paříži, mám dva bratry a když mi bylo asi deset let, přestěhovali jsme se a žili v Bretani ve Vannes. Když mi bylo sedmnáct, opustila jsem bezpečí rodiny, abych žila se svým manželem, otcem našeho dítěte, Maevy. Jsem také babičkou malé holčičky Loly, která se narodila před pár měsíci. Nicméně od dětství Isabella měla zvláštní zkušenosti s jídlem. Vše začalo s mým narozením. Když jsem se narodila, bylo to období osvobození žen a proto jsem byla krmena z kojenecké láhve dětskou výživou, která se mnou nikdy neladila. Rodiče nevěděli, co by mi měli dát, nebyli informováni o existenci jiných možností. Tak jsem byla krmena lahví a nějakou přesunuta na pevnou stravu tak rychle, jak to bylo možné. Až na problémy s dětskou výživou se Isabella narodila s preferencí na rostlinnou stravu, což je strava, které všechny děti dávají přirozenou přednost. A tato pevná strava také

se mnou neladila,
protože si myslím, že
jsem se narodila s nelibostí
nejen k masu, rybám, mléku,
ale i ke všemu mléčnému.
Takže pro mé rodiče a mě
doby jídla
nebyly jednoduché.
Mohla jsem sedět hodiny
u talíře
a zbytek jídla
byl dán pryč do lednice
na večer k večeři
nebo dokonce na další den.
A tak to šlo
prakticky sedmnáct let.
Začala jsem reptat
když mi bylo asi patnáct.
Nejvyšší Mistryně Ching Hai
často sdělovala, že děti
mají od narození
sklon inklinovat
k vegetariánství, ke stravě
plné všech potřebných
vitaminů a minerálů.
Nicméně vzhledem
k dezinformovanosti
o takzvané „výživě“
potravin z masa,
rodiče je často nutí,
aby maso jedly
na úkor zdraví dítěte.
Když se narodí děti,
mnoho z nich
odmítá maso, ale nutíme je
a pak
po chvíli
jí maso přirozeně.
Mnoho dětí vůbec nechce
maso – když se to přihodí –
silně ho odmítají.
Pokud je vedete
vegetariánstvím od dětství,
nikdy nebudou požadovat
maso. Mnoho našich
praktikujících
mělo děti po zasvěcení
a jejich děti
jsou živeny
vegetariánskou stravou

a vyrůstají tak
silné a zdravé,
méně nemocné než jiné
děti a tak růžové,
nádherné a čisté,
jemné na pohled.
Nikdy nepoptávají maso.
Ve skutečnosti, když jim
někdo jiný dá omylem
maso, byly šokovány
a upustily ho -
pěti, šesti, čtyřleté dítě.
Rodiče Isabelly
poskytovali svým dětem
potřeby a komfort,
byl to jejich způsob
vyjadřování lásky,
ale bohužel to
zahrnovalo krmení masem
Isabelly a jejich sourozenců.
Pro mé rodiče bylo velmi
důležité,
abychom byli dobře živeni
to bylo také znakem vážnosti
a to byla také láska.
Někteří z vás budou mít
jistě takové zkušenosti.
Dáváme lásku
našim dětem,
kdy jsme schopni
přinést kus masa každý den
na stůl, ryby,
a vyvážené jídlo.
Pro ně to bylo
něco důležitého.
Byli velmi ostražití
a ujišťovali se,
že jsme nasyceni třikrát
denně a považovali to
za „vyvážený“ způsob,
který byl také považován
za „vyvážený“
ve společnosti.
Naštěstí
ve svém dospívání
Isabella našla
sílu říct „ne“
škodlivé masové stravě.
Byla jsem člověkem, který
byl velmi disciplinovaný

a tak jsem začala říkat
„Stop!“ na všechno jídlo,
které jsem neměla ráda,
asi kolem patnácti - šestnácti
let, bez znalosti,
čím bych mohla nahradit
ty věci,
které jsem neměla ráda.
Tak jsem se nějak živila
během těch let,
ale bez radosti.
Díky náhodnému setkání
Isabella objevila
chutnější a zdravější
stravu bez živočišných
produktů a poprvé
ve svém životě
si užila prosté
potěšení z jídla.
Když jsem opustila
„rodinné hnízdo“
měla jsem radost ze setkání
s dámou, která měla obchod
se zdravou rostlinnou
stravou. A tam
jsem poznala, že existuje
jiný typ potravy, který
je pro mě mnohem zdravější
a mnohem příjemnější,
což je obvykle
nazýváno „vegetariánstvím.“
A tam jsem objevila,
že „žádné maso, žádná ryba,
žádné mléko“
koresponduje se stravou,
které se říká
vegetariánská nebo
veganská. A od té doby
jsem se živila s velkým
potěšením.