

Dbamy o nasze dzieci jak tylko potrafimy. Staramy się zapewnić im szczęśliwe życie w miarę naszych możliwości. Uczymy pociechy różnych, życiowo istotnych spraw i postaw. Uczymy, że nie wolno wchodzić na jezdnię przy czerwonym świetle, bo może skończyć się to tragicznie. Uczymy języków obcych, bo to w życiu bardzo pomaga. Uczymy, że nie wolno wkładać ręki to płomienia, bo to skutkuje bolesnym oparzeniem. Uczymy, że nie można pić płynu do czyszczenia, albo rozpuszczalnika, bo tym można się otruć. Jednym słowem chcemy dla naszych dzieci jak najlepiej.

O dziwo zapominamy zwykle, że najważniejsze dla zdrowia, szczęścia i przyszłości dziecka jest to, co to dziecko je. Nie uczymy dzieci poprawnego jedzenia, bo zwykle... sami nie potrafimy! Wprawdzie, czegoś tam uczą w szkole, ale na szczęście „po łóbkach”. „Na szczęście”, ponieważ wiedza o diecie zawarta w podręcznikach szkolnych to całkowita i szkodliwa nieprawda. Skutki takiego stanu rzeczy widać na każdym kroku. Dzieciaki jedzą i piją byle, co, a podatność na reklamę młodych umysłów przebiegle wykorzystują producenci rzeczy, które w ogóle nie powinny być jądane. I dlatego mamy pochód chorób dotyczących coraz młodszych ludzi, a które niedawno były niemal nie znane. Dziś trudno znaleźć dziecko zupełnie zdrowe. Skutki węglowodanowego obłędu są coraz dotkliwsze. Coraz powszechniejsze są alergie, astmy, cukrzyce, zaburzenia przewodu pokarmowego i dziesiątki innych groźnych dolegliwości. To skutki barku wiedzy o żywieniu Człowieka. Żywieniu Optymalnym. Dziś dzieci (dorośli również) stale sięgają po rozmaite słodkości – spożycie batoników, ciastek, pieczywa, owoców, soków, cukierków, lizaków, słodkich napojów, piwa, jogurtów i kefirów owocowych jest nieprzytomnie wysokie. A częstując dziecko cukierkiem, jabłkiem – wyrządzamy mu krzywdę. Dając, w upalny dzień do picia sok, albo colę – również je krzywdzimy. I to bardzo!

Argument, „bo dzieci lubią słodczy” jest całkowicie fałszywy. Lubią - bo tak je nauczyliśmy! Niemowlęta, zaraz po odstawieniu od piersi, karmimy słodkimi odżywkami, soczkami, krowim mlekiem, słodzonymi herbatkami itp. rzeczami, które są dla nich w ogóle niejadalne! A potem dziwimy się, że mają biegunki, wzdęcia, skazy białkowe, kolki, wymiotują. Dzieci optymalnych i optymalnie żywione nigdy nie mają takich dolegliwości. A spróbujcie takiemu dzieciakowi wcisnąć jabłko, banana, albo cukierka! Wypluje od razu. A nierzadko, po prostu – zwymiotuje. Tak odrażający dla poprawnie żywionego człowieka jest ich smak. Człowiek nie rodzi się z zamiłowaniem do słodczy. Wręcz przeciwnie – został mu on sztucznie narzucony. Dopóty dopóki będziemy faszerować nasze dzieci węglowodanami (cukrami) margaryną, kurczakami i podobnymi produktami, dopóty będą chorowite, alergiczne. Będą dalej psuły im się zęby i wzrok. To nie jest jedzenie dla człowieka! A węglowodanowy obłęd jest wszechobecny – nawet w szkołach stoją automaty, w których dzieciaki mogą sobie kupić słodkie napoje i batoniki. Już chyba automat z papierosami i cygarami, byłby dla nich mniej szkodliwy!

Ale są już pierwsze oznaki poprawy. Pojawiają się optymalni, mądrzy nauczyciele, którzy na lekcjach, swoim uczniom wyjaśniają, na czym polega Żywienie Optymalne – czasem proszą nas o pomoc, której chętnie udzielamy; coraz więcej jest rodzin wielodzietnych, które w całości stosują ten rodzaj żywienia. Mamy coraz więcej optymalnych dzieci zrodzonych z optymalnych rodziców. To cieszy. Cieszy - bo są to ludzie, którzy będą żyli zdrowo, długo i szczęśliwie. Nie można nie podziwiać ich talentu do samodzielnego myślenia, bo zaczęli żywić się poprawnie, pomimo, że większość wszechobecných w mediach i publikacjach, informacji o rozmaitych „dietach” i „kuracjach żywieniowych” to kompletne i szkodliwe brednie.

I drodzy Optymalni – dobrze zapamiętajcie człowieka, który zainteresował was Żywieniem Optymalnym – To Największy Wasz Przyjaciel!

Waszak