

AUTOR BESTSELLERA BOSKI LEKARZ

**ANTHONY WILLIAM**

**SOK Z SELERA NACIOWEGO  
SEKRET BOSKIEGO LEKARZA**



Naturalny sposób na chroniczne dolegliwości  
i rewolucja w odżywianiu

  
STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*



# ANTHONY WILLIAM

## SOK Z SELERA NACIOWEGO SEKRET BOSKIEGO LEKARZA



Naturalny sposób na chroniczne dolegliwości  
i rewolucja w odżywianiu

Słuchaj radia Hay House  
na [www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Irena Kloskowska  
SKŁAD: Anetta Piechowska  
PROJEKT OKŁADKI: Anetta Piechowska  
TŁUMACZENIE: Juliusz Poznański

Wydanie I  
Białystok 2020  
ISBN 978-83-8171-256-2

Tytuł oryginału: *Medical Medium Celery Juice: The Most Powerful Medicine of Our Time  
Healing Millions Worldwide*

CELERY JUICE  
Copyright © 2019 by Anthony William  
Originally published in 2019 by Hay House, Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2018  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana  
ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych,  
kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Autor niniejszej pracy oświadcza, że nie należy jej traktować jako zbioru porad medycznych.  
Zaproponowane techniki nie są formą diagnozy ani leczenia dolegliwości fizycznych,  
emocjonalnych czy medycznych. Autor pragnie jedynie podzielić się z czytelnikiem  
informacjami o charakterze ogólnym, niekiedy niepotwierdzonymi, które mogą być  
częścią poszukiwania równowagi emocjonalnej i duchowej. Autor i wydawca nie ponoszą  
odpowiedzialności za ewentualne konsekwencje stosowania przez czytelnika technik  
opisanych w książce. Czytelnik powinien skonsultować swój stan zdrowia z lekarzem  
lub innym profesjonalistą przed podjęciem jakichkolwiek działań na podstawie sugestii  
zawartych w tej książce, rysunku lub płynących z nich wniosków.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](http://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGI  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

## SŁOWA UZNANIA DLA ANTHONY'EGO WILLIAMA

*Sok z selera naciowego zalewa świat. To niesamowite, jak Anthony stworzył ten ruch i przywrócił zdrowie niezliczonym osobom na całym świecie.*

– Sylvester Stallone

*Wiedza Anthony'ego na temat żywności, jej wibracji oraz interakcji z organizmem jest zdumiewająca. Z pełną swobodą i w sposób zrozumiały dla każdego wyjaśnia harmonię bądź dysharmonię związaną z wyborami żywieniowymi. Anthony ma dar. Wyświadczyć swojemu ciału przysługę i wylecz się.*

– Pharrell Williams, artysta i producent,  
dwunastokrotny laureat Grammy

*Od sześciu miesięcy codziennie rano piję sok z selera naciowego i czuję się wspaniale! Mam dużo więcej energii i lepiej trawię. Teraz nawet podróżuję z wyciskarką, by codziennie móc pić sok z selera naciowego!*

– Miranda Kerr, supermodelka o międzynarodowej  
renomie, założycielka i dyrektor generalny KORA Organics

*Anthony odmienił życie bardzo wielu osób dzięki uzdrawiającej mocy soku z selera naciowego.*

– Novak Djokovic, tenisista,  
wielokrotny lider światowych rankingów

---

Miliardom mieszkańców tej planety, zmagającym się z dowolnymi problemami zdrowotnymi – ta książka jest dla was.

Macie prawo do tego, by was wysłuchano i potraktowano poważnie.

Możecie zostać uzdrowieni.

– Anthony William, boski lekarz

---

---

Sok z selera naciowego to światło dane nam tu,  
na Ziemi; odpowiedź dana tym, którzy zwątpili.

- Anthony William, boski lekarz

---

# SPIS TREŚCI

---

## **Rozdział 1**

Dlaczego właśnie sok z selera naciowego? ..... 25

## **Rozdział 2**

Właściwości soku z selera naciowego ..... 45

## **Rozdział 3**

Ulga w cierpieniu ..... 71

## **Rozdział 4**

Jak skutecznie stosować  
sok z selera naciowego ..... 187

## **Rozdział 5**

Oczyszczanie za pomocą  
soku z selera naciowego ..... 233

## **Rozdział 6**

Odpowiedzi na pytania  
o leczenie i detoksykację ..... 243

## **Rozdział 7**

Plotki, obawy i mity ..... 265

## **Rozdział 8**

Dalsze wskazówki terapeutyczne ..... 295

## **Rozdział 9**

Alternatywy dla soku z selera naciowego ..... 309

## **Rozdział 10**

Ruch na rzecz uzdrawiania ..... 317

Podziękowania ..... 335

O Autorze ..... 342



---

Jesteś najlepszym ekspertem od własnego zdrowia,  
a twoja historia ma znaczenie – większe niż ci się wy-  
daje. Ktoś gdzieś czeka teraz, by usłyszeć twoją historię  
i odkryć to odmieniające życie lekarstwo.

– Anthony William, boski lekarz

---

## DLACZEGO WŁAŚNIE SOK Z SELERA NACIOWEGO?

---

Sok z selera naciowego pomaga milionom ludzi wrócić do zdrowia.

*Naprawdę? Sok z selera naciowego?* – mógłbyś pomyśleć, jeśli nigdy o nim nie słyszałeś, a nawet jeśli słyszałeś.

Naprawdę. Sok z selera naciowego.

Z tego zwykłego warzywa, które więdnie w mojej lodówce?

Właśnie z tego. To pomijane, niedoceniane i słabo wykorzystywane ziele (tak, ziele), które znasz z jedzonej od czasu do czasu sałatki z tuńczyka, nadzienia czy przekąski z dipem, jest potężniejsze niż ci się wydaje – o ile wiesz, jak je wykorzystywać.

Sok z selera naciowego, jako niemający sobie równych leczniczy eliksir, zalecam od kilkadziesiątu lat. Niezależnie od tego, czy ktoś szuka lekarstwa na konkretną dolegliwość, czy sekretnego toniku na podniesienie poziomu energii i odzyskanie rumieńców, sok z selera naciowego to odpowiedź na modlitwy. Przez te wszystkie lata miałem przywilej obserwować, jak całkowicie odmienia on życie ludzi.

W mojej pierwszej książce na temat zdrowia, *Boski lekarz*, zacząłem dzielić się ze światem wiedzą na temat selera naciowego.

Wspominałem o nim we wszystkich trzech poprzednich książkach, ponieważ ma on tak uniwersalne zastosowanie, że nie mogłem o nim nie wspomnieć. Skupione wokół mnie osoby, tworzące „społeczność boskiego lekarza”, zaskoczył mnie, biorąc sobie te informacje do serca. Ludzie ci, pochodzący z całego świata, doświadczywszy skuteczności soku z selera naciowego na sobie, szerzą tę wiedzę i opisują swoje historie. Dziesiątki tysięcy osób opublikowało swoje zdjęcia z „przed” i „po” – ukazujące czystsza skórę, jaśniejsze oczy, silniejsze ciała, odzyskaną witalność – które są zdumiewające. Kryjące się za nimi opowieści, opisujące sposób, w jaki sok z selera naciowego ocalił tym ludziom życie, są jeszcze bardziej wyjątkowe. Ci, którzy kiedyś cierpieli, a teraz są zdrowi, udzielili ogromnej zachęty znajomym i obcym. Zapoczątkowaliśmy pewien ruch.

Przy całej uwadze, którą skupia na sobie sok z selera naciowego, wygląda na to, że mamy do czynienia z trendem, który jest dziś i będzie także jutro. Jestem pewien, że nie jest to chwilowa moda. Nie powstał dlatego, że został sfinansowany, jak to się dzieje w przypadku trendów zdrowotnych, lecz dlatego, że ludzie wracają do zdrowia. Dziś sok z selera naciowego jest dużo bardziej przydatny niż wiele lat temu, gdy zacząłem go zalecać. W przyszłości, za kilkadziesiąt lat, będzie jeszcze bardziej niezbędny. Jeśli teraz odłożysz tę książkę i wrócisz do niej za kilka lat, nadal będzie zawierała potrzebne ci prawdy na temat uzdrawiania. Nie zostaną zdezaktualizowane przez nowe teorie dotyczące diet i odżywiania. Picie soku z selera naciowego pozostanie bardzo ważnym zabiegiem, z którego zawsze możesz korzystać dla zdrowia i witalności. Inne trendy zdrowotne przychodzą i odchodzą, ponieważ nigdy nie były tą właściwą odpowiedzią. W tym przypadku jest inaczej – informacje na temat soku z selera naciowego są prawdą nieprzemijającą.

## JAK TO SIĘ ZACZEŁO...

Bóg po raz pierwszy natchnął mnie do zalecenia soku z selera naciowego w 1975 roku, by złagodzić stan zapalny u jednej z członkiń mojej rodziny, po tym, jak doznała urazu wskutek upadku ze schodów. Wówczas się o tym soku nie słyszało. Dokładnie pamiętam również inny przypadek, a było to w roku 1977; zostałem poproszony, by pomóc przyjacielowi rodziny, który cierpiał na ostre ataki refluksu.

Między trzynastym a czternastym rokiem życia pracowałem jako magazynier w miejscowym supermarkecie. Udzielałem tam konsultacji ludziom, którzy o to prosili, i prowadziłem ich do odpowiedniej alejki, gdzie mogli znaleźć produkty pomocne na ich dolegliwości. Szef spytał mnie, co pomogłoby im jeszcze bardziej. „Wyciskarka do soków” – odpowiedziałem. Kupił więc wyciskarkę do soków.

Zawsze gdy sytuacja klienta tego wymagała – gdy cierpiał na artretyzm, podagrę, cukrzycę, miał dolegliwości ze strony układu pokarmowego lub inne objawy i dolegliwości – biegłem na dział warzywno-owocowy, chwytalem za seler, myłem go, wkładałem do wyciskarki i podawałem klientowi duży kubek czystego soku. Zazwyczaj wyciskałem magiczne pół litra soku, które klient wypijał na miejscu w alejce. Jeżeli był wrażliwy, zalecałem mu wypić kilka łyków od razu na miejscu, kilka kolejnych podczas zakupów, a resztę w samochodzie lub w domu. Mój szef nie brał za to dodatkowych pieniędzy; poinstruował kasjerów, by liczyli tylko za seler. Niektórzy klienci odczuwali ulgę w cierpieniu jeszcze przed wyjściem z supermarketu.

Nieustannie zadawano mi to samo pytanie: „Ma pan coś do pośłodzenia tego soku?”. Wielu ludzi w ogóle nie słyszało wcześniej o wyciskaniu soków, dlatego idea świeżych soków

warzywnych, a zwłaszcza świeżego soku z selera naciowego, była im zupełnie obca. Ci, którzy się z nią zetknęli, prosili o marchew, jabłko albo buraka do smaku. Wówczas odpowiadałem: „To mijaloby się z celem. Zakłóciłoby mechanizm leczniczy – działanie klasterowych soli sodowych (więcej na ten temat w dalszej części książki).

Niekiedy rodzice podawali ten sok również swoim dzieciom. Gdy dziecko kaszłało, przynosiłem nieco soku z selera naciowego, jego mama zaś dawała mu go do wypicia. Rodzice ufali mi, ponieważ widzieli jego skuteczność. Sok z selera naciowego to tak silne lekarstwo, że jeśli jakieś dziecko krzyczało albo płakało po zjedzeniu słodyczy podczas zakupów, a ja przyniosłem rodzicom trochę soku, by podali go dziecku, to nagle się uspokajało i czuło się szczęśliwe. Sok z selera naciowego świetnie stabilizuje wahania poziomu cukru we krwi.

Nieustannie biegałem tam i z powrotem, by utrzymywać wyciskarkę w czystości i przygotowywać więcej soku z selera naciowego. To plus czas poświęcany przeze mnie na skromne konsultacje zdrowotne dla klientów sprawiło, że mój szef musiał przenieść na kogoś innego mój zakres obowiązków, czyli wykładanie towarów na półki. Był w tym bardzo wyrozumiały. Powiedział, że nigdy dotąd nie zamawiał takich ilości selera naciowego.

Kilkanaście lat później zacząłem wygłaszać wykłady w sklepach ze zdrową żywnością w różnych częściach kraju. Stawałem przez audytorium liczącym od 50 do 500 osób i opowiadałem o silnych właściwościach leczniczych czystego soku z selera naciowego. Było to w latach dziewięćdziesiątych ubiegłego stulecia. Bardzo niewiele osób było wtedy posiadaczami wyciskarki do soków, więc pokazywałem, jak wycisnąć sok z selera naciowego za pomocą blendera poprzez zmiksowanie pokrojonego w małe

kawałki selera i odcisnięcie soku. Jeśli ktoś nie miał ani wyciskarki, ani blendera, wówczas mówiłem, by przeżuwał łydgi selera naciowego i wypluwał pulpę. Nie była to idealna metoda – nie każdy dawał radę przeżuwać tak duże ilości selera naciowego – ale lepszy rydz niż nic. Aby nie nadwyręzać mięśni szczęki, doradzałem, by przeżuwali mniejsze porcje w ciągu całego dnia.

Gdy mówiłem o soku z selera naciowego, ludziom opadały szczęki – wówczas nie był to bowiem popularny surowiec do wyciskania soku. Sok wyciskało się wtedy z buraków, marchwi i jabłek, niekiedy dodawano ogórka, choć czasami zdarzało się, że również selera naciowego. Ale sok z samego selera naciowego? Dla ludzi nie miało to sensu. Nie wydawał się nawet apetyczny.

W końcu jednak dotarło do ludzi, że seler naciowy jest zdrowy, ponieważ usłyszeli, że można kroić go w małe kawałki i dodawać do sałatek i zup. Niektórzy opisywali zdrowy bulion selerowo-marchwiowy, który przyrządzały ich babcie. Inni słyszeli nawet, że seler naciowy wykorzystywano w celach medycznych w starożytności – należy tu jednak zaznaczyć, że gdy słyszymy o historii stosowania selera w różnych kulturach, w większości przypadków jest mowa o *selerze korzeniowym*, a to zupełnie inna roślina. Naprawdę: seler naciowy i seler korzeniowy to dwie różne rośliny z tej samej rodziny. Seler korzeniowy, którego wygląd często jest porównywany do rzepy, nie nadaje się do wyciskania soku; jedynym sposobem na skorzystanie z jego wartości odżywczych jest ugotowanie. Na surowo jest ciężkostrawny. Ale i ugotowany nie da ci tego, co da ci sok z selera naciowego.

Niezależnie od tego, co ludzie myśleli na temat selera naciowego – a spójrzmy prawdzie w oczy: nikt za bardzo o nim nie myślał – pomysł picia *soku* był czymś zupełnie nowym, gdy zaczynałem

zalecać jego stosowanie. Seler naciowy i sok z niego to dwie różne koncepcje o całkowicie odmiennym znaczeniu. Świeżego soku z selera naciowego nigdy nie wykorzystywano w celach medycznych, a już na pewno nie w takich ilościach. Jeśli ktoś wycisnął sok z całego selera naciowego, to tylko dlatego, że wiały w lodówce i trzeba było go zużyć, zanim przestanie nadawać się do użytku. Najprawdopodobniej dodawał kilka marchewek albo jabłko.

Gdy więc zalecałem sok z selera naciowego, spotykałem się ze sporym sceptycyzmem. Najczęściej zadawano mi pytanie: „Sok... z selera?”. Ludzie tak mocno wierzyli, że seler naciowy jest najlepszy w kawałkach jako przekąska z dipem albo jako jeden z wielu składników potraw, że niekiedy przekonanie kogokolwiek, iż zwykły sok z selera naciowego ma leczniczą moc, wydawało się zadaniem graniczącym z cudem. Lekarze i terapeuci całkowicie odrzucali taką możliwość.

Tymczasem obserwowane przeze mnie rezultaty u osób, które wzięły to na serio, były naprawdę imponujące. Podróżowałem, kontynuując pokazywanie ludziom w małych i dużych sklepach ze zdrową żywnością, kameralnych kinach, a nawet salkach parafialnych, jak przyrządzać sok z selera naciowego, i przekazując im informacje na temat jego leczniczych właściwości na wszystko, co im dolega, łącznie z informacjami zawartymi w książkach z serii *Boski lekarz*.

We wczesnych latach dziewięćdziesiątych ubiegłego stulecia po jednej z prezentacji na temat blendowania selera naciowego i odsączania soku, podczas której przedstawiłem coś w rodzaju rozprawy o jego właściwościach, podeszła do mnie pani pod trzydziestkę.

– Jestem uzależniona – powiedziała. – Od wszystkiego. Taką mam osobowość.

– Niech więc pani pije litr soku z selera naciowego raz dziennie – odpowiedziałem.

Miesiąc później byłem tam ponownie z kolejnym wykładem. Z grona osiemdziesięciu czy dziewięćdziesięciu osób znów wyłoniła się owa młoda kobieta i podeszła do mnie.

– Pamięta mnie pan? – zapytała.

– Miała pani problem z uzależnieniami – odparłem. – Jak się pani miewa?

– Wyleczył mnie pan z nich – odpowiedziała.

– Tak?

– Tak – potwierdziła. – Zalecił mi pan picie soku z selera naciowego.

– To *ten sok* panią uleczył, nie ja – stwierdziłem. – Proszę nadal go pić.

– Dotąd, od wczesnego dzieciństwa, nie było w moim życiu miesiąca bez cierpienia – wyznała. – Już zawsze będę go piła.

W ciągu tych wielu lat przekonałem się, że sok z selera naciowego istotnie ma specjalną zdolność do zatrzymywania błędnych kół. Niezależnie od tego, czy uzależnienie dotyczyło żywności, na przykład ciast, ciastek i chipsów albo ogólnego przejadania się, czy też używek lub narkotyków, leków na receptę, gniewu, palenia czy czegokolwiek innego, osoba uzależniona często najpierw miała lęk bądź depresję. Jeśli zaś do uzależnienia nie prowadziły lęk albo depresja, to pojawiały się one jako następstwo uzależnienia. Mechanizm złożony z myśli i uczuć prowadzących do konkretnych zachowań oraz zachowań prowadzących do konkretnych myśli i uczuć może wydawać się niepowstrzymany. Sok z selera naciowego przerywa to błędne koło, przynosząc natychmiastową ulgę od uzależnienia, lęku i depresji, i pomagając odzyskać grunt pod nogami.

Sceptycy jednak zawsze się znajdują. Podczas moich wykładów wzrok słuchaczy często mówił: *Seler? Jak to możliwe? Przecież jest bezwartościowy.* Czasami niektórzy się śmiali (i nadal się



śmieją, chociaż coraz trudniej śmiać się z soku z selera naciowego, ponieważ coraz więcej osób upublicznia historię swojego wyleczenia). Niektórzy słuchacze moich wykładów czy pacjenci przychodzący do mojego gabinetu nie chcieli słyszeć o niczym innym niż sok marchwiowy bądź lekarstwa na receptę.

Inni byli otwarci i mówili: „Jestem chory. Przechodzę przez piekło. Ledwo się tu przywlokłem. Czuję się tak źle, że ledwo trzymam się na nogach”. Od tamtej pory jedno się jednak nie zmieniło: gdy ktoś choruje, korzysta z możliwości, z których w innych okolicznościach nigdy by nie skorzystał.

– Czego pan próbował? – pytałem.

– Wszystkiego. Nic nie pomogło. Spróbuję czegokolwiek – słyszałem w odpowiedzi.

Zalecałem więc sok z selera naciowego.

– Dobrze – odpowiadały nieliczne dzielne dusze. – Nie wydaje mi się, żeby miał mi pomóc ani żeby mi smakował, ale spróbuję.

Ludzkie pragnienie powrotu do zdrowia jest tak silne, że ludzie przełamują wszystkie bariery, korzystając z możliwości oferowanych poza obszarem medycyny konwencjonalnej, a nawet alternatywnej, byle tylko sobie pomóc. Osoby sumiennie stosujące sok z selera naciowego osiągały wspaniałe rezultaty. Ci, którzy przestrzegali wskazówek zamieszczonych w tej książce, czyniąc picie pół litra soku z selera naciowego na czczo częścią swojej codzienności, byli zszokowani rezultatami. W końcu zaczęli wracać do zdrowia i doświadczać dobrostanu, o jakim nikomu się nie śniło. Było to sekretne lekarstwo, które zalecałem rok po roku. Do późnych lat dziewięćdziesiątych ubiegłego stulecia obserwowałem skuteczność soku z selera naciowego u tysięcy osób. Nie było objawu, dolegliwości, choroby czy zaburzenia, na które by nie pomógł. Nigdy nie zawodził.

Mijały lata, a ja wciąż zalecałem sok z selera naciowego. Jednocześnie tworzyła się społeczność boskiego lekarza. Dobre wyciskarki i bary sokowe stawały się coraz popularniejsze, dzięki czemu sok z selera naciowego był coraz łatwiej dostępny. Między okresem, gdy jako dziecko zacząłem zalecać sok z selera naciowego a rokiem 2015, gdy zacząłem wydawać książki, udzieliłem porad zdrowotnych setkom tysięcy ludzi, a sok z selera naciowego był podstawowym aspektem wyzdrowienia bardzo wielu osób.

Wraz z serią książek *Boski lekarz* pojawili się nowi członkowie wspomnianej społeczności. Sok z selera naciowego zawsze był prawdą, którą mogłem oferować ludziom, dlatego pisałem o nim we wszystkich swoich książkach. Był aż tak uniwersalny i ważny. Teraz, gdy technologia poszła naprzód, a czytelnicy mieli okazję ten sok wypróbować i odnieść z niego korzyści, zyskali możliwość publikowania swoich historii w Internecie oraz kontaktować się z innymi i wzajemnie się inspirować. Wraz ze wzrostem liczby osób wypróbujących sok z selera naciowego i dzielących się swoimi doświadczeniami ruch selerowy nabierał rozpędu.

Nagle większa liczba osób zaczęła pytać w barach sokowych o sok z selera naciowego. Ekspedienci pytali ze zdumieniem: „Z samego selera?”. Mimo że byli przyzwyczajeni do przyrządzania wielu rozmaitych soków przez wiele godzin dziennie od wielu lat, nigdy nie spotkali się z takimi zamówieniami i nie mogli zrozumieć, dlaczego wszyscy o to proszą. Osoby samodzielnie przyrządzające z selera naciowego zaopatrywały się w surowiec, dlatego zaczął szybko znikać z półek sklepów spożywczych. Podobnie zszokowani nagłym zapotrzebowaniem na selera naciowego byli managerowie odpowiadający za zaopatrzenie w warzywa i owoce. Sok z selera naciowego skutecznie pomagał ludziom, więc zapotrzebowanie rosło.

Obecnie sok z selera naciowego wreszcie ugruntował swoją pozycję – a wszystko dzięki swej skuteczności. Wszedł do menu sokowego i został bohaterem licznych artykułów prasowych. Bardzo to pokrzepiające, że pomaga on coraz większej liczbie ludzi, jednak wraz z całą skupianą na nim uwagą pojawiły się błędne informacje na jego temat. Najbardziej zdezorientowane były osoby potrzebujące pomocy w określeniu, w które informacje na temat soku z selera naciowego powinny wierzyć i za którymi poradami podążać. Moim celem w tej książce jest dostarczenie jasnego przewodnika na temat soku z selera naciowego, przewodnika pochodzącego z pierwotnego źródła – takiego, który odpowiada na możliwie największą liczbę pytań i omawia jego lecznicze właściwości jak żadna inna publikacja do tej pory, abyś mógł ruszyć naprzód, mając pewność i jasność.

## ZREWIDUJMY POGLĄDY

Zanim przejdziemy do omówienia cudownych właściwości soku z selera naciowego i sposobu jego stosowania, tak aby był jak najskuteczniejszy, musimy poświęcić kilka chwil samemu selerowi naciowemu. Nie ma on najlepszej reputacji. Uważamy, że się przydaje: że to smaczny wehikuł dla masła orzechowego i rodzyneków, chrupiący dodatek do sałatki jajecznej, dobry składnik wywaru, przybranie do pieczonych skrzydełek z kurczaka albo koktajlu Krwawa Mary. Słyszymy o modelkach jedzących seler naciowy w celu kontrolowania wagi ciała. Sądzimy, że jest dość zdrowy, głównie z uwagi na jego niską kaloryczność, a nawet że jest pożywny, o ile mieliśmy szczęście spróbować bulionu warzywnego u dziadków. Gdybyś nagle stał się członkiem grupy poszukującej nowego wspaniałego lekarstwa, zapewne wyruszyłbyś do dżungli.

Seler naciowy nawet nie przyszedłby ci na myśl, chociaż jest on jednym z najwspanialszych płodów ziemi.

Rozumiem powody, dla których tak trudno uwierzyć, że sok z selera naciowego jest aż tak bardzo korzystny dla zdrowia. Chodzi o ten zwykły zielony pęczek, który mijaliśmy miliony razy w supermarkecie? Ten, który zapominaliśmy zużyć do końca, ponieważ zazwyczaj potrzebowaliśmy tylko łydę albo dwie? Tak, seler naciowy to nieodkryte *cudowne* pożywienie. Jeżeli zdecydujesz się zostać przy swoim zdaniu o selerze naciowym jako skromnym dodatku do potraw – jeżeli naprawdę nie dostrzeżesz, czym on jest i czego może dokonać – sok z selera naciowego mimo wszystko zadziała i ci pomoże. Kłopot jedynie w tym, abyś zbyt wcześnie z niego nie zrezygnował. Jak miałby ci pomóc, skoro nie dasz mu uczciwej szansy? Odstawiając go jako zbyt proste rozwiązanie, przerywasz proces leczenia. Jeżeli uważasz go jedynie za irytujący składnik sałatki z tuńczyka, odsuwasz od siebie niezwyczajną szansę.

Chcąc zrozumieć, dlaczego warto spróbować soku z selera naciowego więcej niż raz czy dwa razy, należy spojrzeć na niego w zupełnie nowym świetle. Musimy wiedzieć, że kryje w sobie wielką moc i może nam pomóc w wejściu na zupełnie nowy poziom w sferze zdrowia. Patrzenie na seler naciowy bez poszanowania przekłada się na nieposzanowanie procesu leczenia, a to nie w porządku wobec ciebie. Uczono nas szacunku wobec siebie i innych – to element życia na tym świecie. Najważniejszy szacunek, jaki możemy okazać, dotyczy tego cudownego zieleń, będącego istnym eliksirem zdrowia, ponieważ jest to równoznaczne ze stwierdzeniem: „Chcę leczyć”. Mówisz wówczas: „Pragnę, aby moi bliscy wrócili do zdrowia”.

Zdrowej osobie łatwo zachować sceptycyzm czy rezerwę wobec soku z selera naciowego. Jeżeli jest tak w twoim przypadku

i czujesz, że go nie potrzebujesz, to przynajmniej weź pod uwagę historie tych, którzy dzięki niemu wrócili do zdrowia. Pomyśl o ludziach, którzy cierpieli i którym sok z selera naciowego dosłownie uratował życie; o tych, którzy zmagali się z chorobami przewlekłymi, ale wyzdrowieli dzięki sokowi z selera naciowego; albo o doświadczeniach osób, które ocaliły zdrowie swoich dzieci, innych członków rodziny i znajomych. Pomyśl o tych, dla których sok z selera naciowego stał się podstawowym narzędziem służącym pozbyciu się najpaskudniejszych chorób skórnych, strasznych migren czy potwornego zmęczenia, które nie dawały im żyć. Miej proszę otwarte serce wobec osób stosujących sok z selera naciowego w celach leczniczych.

Nikt nie ma gwarancji, że nigdy nie zachoruje albo nie będzie miał takich czy innych dolegliwości. Już w chwili przyjścia na ten świat mamy toksyny i patogeny w organizmie, a na co dzień stykamy się z kolejnymi. Nawet pozytywne myślenie i starania, by być najlepszą wersją siebie i przyciągać tylko dobro, nie uchronią nas przed różnymi przeszkodami leżącymi na naszej życiowej drodze. Czasami wступujemy w dziurę, potykamy się i upadamy. Wtedy jednym z naszych najlepszych sprzymierzeńców jest sok z selera naciowego. Pamiętaj, że gdybyś podupał na zdrowiu, zawsze możesz po niego sięgnąć. Możesz również stosować go w celach profilaktycznych. Brak wyraźnych objawów chorobowych nie oznacza automatycznie, że jesteś całkowicie zdrowy. Lepiej, żebyś nie czekał, aż w dalszej przyszłości poważnie zachorujesz i dopiero w tym stanie z konieczności docenisz wartość soku z selera naciowego. Do tego czasu będziesz mógł bardzo wiele dla siebie zdziałać. Sok z selera naciowego jest dla ciebie dostępny już teraz jako środek profilaktyczny, jako istotny sposób na utrzymanie zdrowia fizycznego i mentalnego. Skorzystanie z niego już dziś i stosowanie go na co dzień

przedłuży ci życie, a przecież każda chwila jest bezcenna. Sok z selera naciowego to jeden z najlepszych sposobów na zapewnienie sobie siły i zdrowia. Daj mu szansę, a zadziała dla ciebie tak, jak nic innego ani nikt inny nigdy dotąd.

Tej iście królewskiej rośliny, która może przywrócić ci zdrowie, nie musisz szukać na Amazonie. Masz ją tuż pod nosem. Seler naciowy to cud, który leży cierpliwie na półce sklepowej, czekając na swój świetlany dzień i wypełnienie przeznaczonej mu roli. Trzeba tylko go dostrzec, wycisnąć sok i wypić na czczo (pamiętaj, że zawsze gdy mówimy o soku z selera naciowego, mówimy o czystym soku bez żadnych dodatków, pitym na pusty żołądek; gdy dotrzesz do końca książki, będziesz ekspertem od przyczyn, dla których jest to konieczne). Dziś wreszcie może zostać uznana moc soku z selera naciowego, która pomoże ci iść naprzód i prosperować.

## JAK KORZYSTAĆ Z TEJ KSIĄŻKI

Celem tej książki jest wzniesienie globalnego ruchu selerowego oraz ugaszenie ognia przewlekłych chorób i dolegliwości. Ma za zadanie dostarczyć realne, mocne, fundamentalne narzędzie miliardom ludzi na całym świecie, cierpiącym z powodu długotrwałych problemów zdrowotnych. Zgadza się: miliardom. I nie mówimy o zaledwie połowie cierpiących. Niemal trzy czwarte ziemskiej populacji zmagają się z co najmniej jedną uporczywą dolegliwością lub chorobą, zaś u reszty pojawią się dolegliwości lub choroby, jeśli utrzymają się dzisiejsze tendencje. Jeżeli nie zainterweniujemy, to wkrótce każdy na tej planecie będzie cierpiał na chorobę przewlekłą. Przeznaczeniem soku z selera naciowego jest stać się taką interwencją, pierwszym możliwym

krokiem w kierunku poprawy stanu zdrowia. Książka ta udzieli ci odpowiedzi na wszystkie pytania dotyczące soku z selera naciowego, abyś mógł wyleczyć się z choroby przewlekłej, uchronić rodzinę i znajomych przed zachorowaniem, czy dać komuś bliskiemu szansę na powrót do zdrowia.

Na początek, w kolejnym rozdziale, omówimy zalety soku z selera naciowego. Dowiesz się, z czego wynikają jego cenne właściwości. Przeczytasz o zwalczających patogeny klasterowych solach sodowych, kojących jelita enzymach trawiennych, równowążących układ hormonalny hormonach roślinnych, podnoszącej odporność witaminie C oraz wielu innych czynnikach. Odkrycie tego, co sok z selera naciowego ma do zaoferowania, wzmocni twoją motywację do trwałego korzystania z jego dobrodziejstw. Zrozumienie potrzeb organizmu i jego mechanizmów naprawczych uruchomi proces uzdrawiania.

Jeżeli cierpisz z powodu jakiejś dolegliwości bądź choroby, to w sposób szczególny zainteresuje cię rozdział 3, „Ulga w cierpieniu”. Poznasz prawdziwe przyczyny licznych problemów zdrowotnych i odkryjesz, dlaczego sok z selera naciowego jest skuteczny w przypadku każdego z nich. Zawsze powtarzam, że rozwiązanie zagadki dręczącego nas problemu to klucz do pozbycia się go.

W rozdziale 4, „Jak skutecznie stosować sok z selera naciowego”, znajdziesz wskazówki na temat przyrządzania soku z selera naciowego, zalecanej wielkości spożycia (również u dzieci) oraz właściwej pory. Na przykład wypijanie pewnej porcji tu i ówdzie, wprowadzie do pewnego stopnia pomoże, jednak nie będzie miało znaczącego wpływu na zdrowie. Organizmy większości ludzi są na tyle obciążone, że sporadycznie wypijane małe porcje nie pomogą. Potrzebne są precyzyjne wskazówki dotyczące czasu spożycia i wielkości porcji, i to właśnie znajdziesz

w rozdziale 4. To jeszcze nie wszystko. Zawarłem w nim bowiem wiele innych wskazówek i odpowiedzi na pytania, w tym: jak włączyć picie soku z selera naciowego w harmonogram ćwiczeń lub suplementacji, jak wybrać odpowiednią wyciskarkę, czy można pić sok z selera naciowego w okresie ciąży bądź karmienia piersią, dlaczego należy oddzielać sok od błonnika zawartego w łodygach selera naciowego, by wydobyć jego prawdziwy potencjał, i z jakiego powodu tak ważne jest picie soku z selera naciowego na pusty żołądek. Rozdział 4 to źródło bardzo ważnych informacji, mam więc nadzieję, że będziesz do niego co jakiś czas wracał.

W rozdziale 5 omówimy oczyszczanie za pomocą soku z selera naciowego. Jeżeli szukasz prostego schematu, który pomoże ci konsekwentnie pić sok z selera naciowego, to opisany w tym rozdziale zestaw kilku codziennych kroków sprawi, że będzie on dla ciebie jeszcze skuteczniejszy. Oczyszczanie to opiera się na informacjach zawartych w mojej poprzedniej książce, *Oczyszczanie wątroby według boskiego lekarza*, jeśli więc ją czytałeś, kroki te będą dla ciebie czymś zupełnie naturalnym.

Rozdział 6, „Odpowiedzi na pytania o leczenie i detoksykację”, mówi o tym, jak długo należy stosować sok z selera naciowego, tak aby był skuteczny, i jak wpływa na organizm, gdy ten poddany jest jego działaniu. Na tym polu istnieje wiele nieporozumień; umiejętność interpretowania reakcji organizmu na sok z selera naciowego jest bardzo ważna. Dotyczy to zwłaszcza osób korzystających z soku z selera naciowego po raz pierwszy, ponieważ mogą one obserwować u siebie reakcje wynikających z leczenia – sok ten bowiem zabija mikroorganizmy chorobotwórcze i oczyszcza organizm. Może to być przyczyną na przykład dziwnego smaku w ustach, niecodziennego zapachu ciała albo częstszego oddawania moczu. Jest to normalne i leczenie



trwa nadal. Podobnie jest z osobami niedoświadczającymi tego typu reakcji leczniczych. Zadaniem tego rozdziału jest pomóc ci zrozumieć własny proces leczenia i zapewnić wsparcie.

W rozdziale 7, „Plotki, obawy i mity”, omówimy wszystko to, o czym mowa w jego tytule. Ruch selerowy jest czysty i uczciwy – sok z selera naciowego stał się tak bardzo popularny tylko dlatego, że ludzie przekonali się na własnej skórze o jego skuteczności i te wdzięczne dusze zdecydowały się szerzyć dobre słowo na jego temat. Sok ten odniósł sukces, ponieważ daje wyraźne rezultaty. Oznacza to, że osoby powiązane z trendami finansowanymi, a zatem nastawionymi na czerpanie zysków, mogą postrzegać go jako zagrożenie, natomiast osoby podchodzące do życia ze sceptycyzmem odnoszą się do jego popularności nieufnie. W rezultacie wokół soku z selera naciowego narosło nieco nieporozumień i wątpliwości. Celem tego rozdziału jest ich wyjaśnienie. Sięgnij po zawarte w nim informacje, jeżeli chcesz uspokoić własny umysł albo być przygotowanym na pytania ze strony innych.

Niezależnie od tego, jakiej diety przestrzegasz – niskowęglowodanowej, wysokotłuszczowej, wysokobiałkowej, wegańskiej, ketogenicznej czy paleo – albo w jakie sposoby leczenia wierzysz – medycynę ajurwedyjską, tradycyjną medycynę chińską, medycynę konwencjonalną, medycynę alternatywną czy funkcjonalną – sok z selera naciowego współdziała z nimi i powinien być częścią twojego życia. Jeżeli będziesz stosował go bardzo długo, może przynieść jeszcze lepsze rezultaty. Jeżeli zechcesz przenieść swoje leczenie na wyższy poziom, to więcej pomysłów znajdziesz w rozdziale 8, „Dalsze wskazówki terapeutyczne”. Sok z selera naciowego to niewiarygodne lekarstwo, które może zainicjować powrót do zdrowia; przy wszystkich istniejących modach i trendach żaden inny środek leczniczy nie trafi tak celnie w samo sedno problemu ani nie zadziała tak mocno

i szybko jak sok z selera naciowego. Samodzielnie może przynieść rezultaty po raz pierwszy w dziesięcio-, piętnasto- czy dwudziestoletniej historii choroby. Sok z selera naciowego to jednocześnie jedyne fundamentalne narzędzie służące stabilizowaniu organizmu i rozpoczynaniu procesu leczenia. Istnieje więcej prawdziwych i skutecznych wskazówek zdrowotnych na temat soku z selera naciowego. Gdy skupiał on na sobie coraz więcej uwagi, jednocześnie narastało wokół niego coraz więcej nieporozumień. Inne wskazówki zdrowotne, których potrzebujesz w celu poprawy stanu zdrowia – prawdziwe wskazówki, a nie tylko teorie czy trendy – często ulegały zatraceniu, ponieważ pewne platformy próbowały ogłosić sok z selera naciowego własnym remedium. To krzywda wyrządzana matkom, ojcom, dzieciom, dziadkom, studentom czy profesjonalistom, którym właśnie postawiono diagnozę, i którzy chcieliby wiedzieć, co jeszcze im pomoże. Jeżeli chcesz czynić postępy podczas całego okresu powrotu do zdrowia, to poza wiedzą na temat soku z selera naciowego będziesz potrzebował więcej informacji wspierających proces leczenia: informacji pochodzących z tego samego źródła, co te dotyczące soku z selera naciowego. Znajdziesz je w rozdziale 8. Chcę bardzo mocno podkreślić, że ruch selerowy wywodzi się właśnie z tego źródła; pochodzą z niego również inne zawarte w tym rozdziale informacje zdrowotne wspierające i uzupełniające proces leczenia.

Rozumiem, że seler naciowy i sok z selera naciowego nie zawsze są dostępne. Zdarza się, że burza niszczy uprawy albo podróżujesz bez wyciskarki i nie masz gdzie kupić soku z selera naciowego. W rozdziale 9 przedstawiam rozwiązania alternatywne wobec soku z selera naciowego, z których można skorzystać w razie potrzeby. Poznasz kilka rozwiązań, które pomogą ci do czasu odzyskania dostępu do soku z selera naciowego.

Jeżeli zastanawiasz się, gdzie są dowody na to, iż sok z selera naciowego rzeczywiście jest aż tak cennym lekarstwem, to w rozdziale 10, „Ruch na rzecz uzdrawiania”, znajdziesz wyjaśnienie, skąd czerpię te informacje. Możesz także zapoznać się z relacjami milionów osób z całego świata, które piją sok z selera naciowego i czują się coraz lepiej. Zapytaj ich o szczegóły, przeczytaj gotowe relacje albo po prostu spróbuj sam. Otrzymasz przekonujący dowód na moc soku z selera naciowego.

## ZWYCIĘSKA POSTAWA

Sok z selera naciowego jest dobry w każdym momencie życia. Ludzie podejmują coraz to inne decyzje żywieniowe, nieustannie zmieniają diety, przeskakując od jednego do drugiego modnego planu żywieniowego, albo trwają przy własnych przyzwyczajeniach, którymi nie rządzą żadne reguły. Zawsze gdy coś jesz, możesz włączyć do posiłku sok z selera naciowego. To zawsze zwycięska postawa, ponieważ jest to właściwa reakcja na pozytywne rezultaty, która nie ma nic wspólnego z żadnym systemem przekonań.

Ludzie, którzy uczynili picie soku z selera naciowego częścią swojego życia, są nie tylko zdrowsi fizycznie, ale również mają w sobie więcej wewnętrznego światła. Pamiętaj, sok z selera naciowego to światło samo w sobie, które otrzymaliśmy tu, na Ziemi, jako odpowiedź dla tych, którzy z jakichś powodów przestali ich szukać. Jeżeli sok z selera naciowego to dla ciebie nowość – witaj. Jeżeli jesteś jedną z osób, które zaświeciły swoim światłem i szerzą dobre słowo na temat soku z selera naciowego – dziękuję ci. Każdy czytelnik – czy to nowicjusz w picciu

soku z selera naciowego, czy już jego stary druh – jest ważnym członkiem tego ruchu uzdrawiania.

Pisząc w książce *Uzdrawiająca żywność boskiego lekarza*, że „mógłbym pisać bez końca o korzystnym działaniu soku z tego warzywa na różne rodzaje chorób. Sok z selera naciowego jest najlepszym uzdrawiającym tonikiem wszech czasów”<sup>\*</sup>, mówiłem bardzo poważnie. Oto cała książka na ten temat. Zawiera ona mnóstwo nowych informacji o soku z selera naciowego i wiele odpowiedzi na pytania. Mam nadzieję, że posłuży wam wszystkim.

---

<sup>\*</sup> Anthony William, *Uzdrawiająca żywność boskiego lekarza*, przeł. Anna Jurga, Wydawnictwo Studio Astropsychologii, Białystok 2017 (przyp. tłum.).

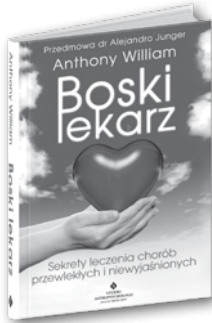


ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

## BOSKI LEKARZ Anthony William



Czy jesteś zdezorientowany przez sprzeczne zalecenia lekarzy? Czy rosnący odsetek zachorowań na nowotwory i inne schorzenia powoduje u Ciebie niepokój i potrzebę zabezpieczenia się przed chorobą? Autor pomógł dziesiątkom tysięcy ludzi pozbyć się dolegliwości, które zostały błędnie zdiagnozowane. Robi to poprzez słuchanie boskiego głosu, który ujawnia, co leży u podstaw bólu lub choroby. Podaje naturalne sposoby zwalczania kilkudziesięciu chorób i ukrytych epidemii, takich jak: fibromialgia, wypalenie nadnerczy, zaburzenia równowagi hormonalnej, choroba Hashimoto. Prezentuje zasady profilaktyki i regeneracji przy schorzeniach neurodegeneracyjnych, depresji, przewlekłych zapaleniach oraz metody przywrócenia równowagi duchowej. Cała prawda o uzdrawianiu.

## UZDRAWIAJĄCA ŻYWNOSĆ BOSKIEGO LEKARZA Anthony William



Odżywasz się zdrowo, ale to nie pomaga? Boisz się chorób lub chcesz wyzdrowieć? Jeśli tak, powinieneś sięgnąć po publikację autora międzynarodowych bestsellerów. Dowiesz się z niej jak cebula może zapewnić Ci świeży oddech oraz czemu minimalna ilość fig to 9. Poznasz cytrynowe panaceum na złe wieści i odmładzające właściwości szparagów. Autor zdradzi Ci również elementy wspólne pomiędzy awokado a kobiecym mlekiem. Proponowane pokarmy pozwolą Ci się pozbyć nowotworów, cukrzycy, choroby Alzheimera, schorzeń autoimmunologicznych czy dolegliwości serca. Dowiesz się, co jeść, aby wyeliminować chroniczne zmęczenie, stany zapalne, zamglone umysłu oraz boreliozę. Wyeliminujesz bezpłodność, kamienie żółciowe i problemy z tarczycą. Jedzenie zamiast leczenia!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

[www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) tel. 85 654 78 35



# STUDIUM PSYCHOLOGII PSYCHOTRONICZNEJ

BIĄŁYSTOK ☉ WARSZAWA ☉ CZĘSTOCHOWA



Wiesz, jak ważny jest dla Ciebie rozwój duchowy (osobisty).  
Masz chęć pomagania sobie i innym.  
Zależy Ci na pogłębieniu wiedzy,  
którą zdobyłeś wcześniej z książek lub kursów.

Zapraszamy do szkoły na kierunki:

- ✓ **MISTRZOWSKA SZTUKA WRÓŻENIA**
- ✓ **ODNOWA PSYCHOBIOLOGICZNA**
- ✓ **PSYCHOLOGIA PSYCHOTRONICZNA**
- ✓ **TERAPIE NATURALNE**

**Dzięki szkole:**

- rozwiniesz intuicję, zdolność jasnowidzenia i nawiązywania kontaktów z duchowymi przewodnikami;
- nauczysz się stosować w praktyce astrologię, numerologię, runy, Tarot, hipnozę;
- otrzymasz z rąk mistrzów umiejętności korzystania z najważniejszych działów wiedzy ezoterycznej;
- stworzysz zdrowe warunki życia dla siebie i swoich bliskich zgodnie z zasadami medycyny chińskiej, feng shui czy radiestezji.

## Twój czas na rozwój



[www.studiumzycia.pl](http://www.studiumzycia.pl), tel. 609 602 624

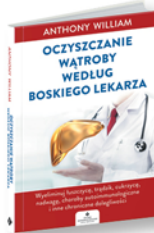
15-762 Białystok, ul. Antoniuk Fabryczny 55/19.

Warszawa tel. 601 334 441, Częstochowa tel. 500 280 080

Inne książki Autora:



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)



**Anthony William**, autor licznych bestsellerów *New York Timesa*, przyszedł na świat z wyjątkową umiejętnością: potrafi przekraczać czystą biologię naszego organizmu, uzupełniając szereg informacji, często wybiegających poza stan wiedzy współczesnej nauki. Dzięki niezwyklej trafności diagnoz i dużej skuteczności terapii zaskarbił sobie zaufanie i oddanie milionów pacjentów, w tym wielu gwiazd filmu, piosenkarzy, milionerów, sportowców i popularnych pisarzy.

Autor, inicjator globalnego ruchu selerowego, prezentuje niezwykle właściwości soku z selera naciowego, który ma leczniczy wpływ na cały organizm:

- oczyszcza jelita i usuwa zaburzenia trawienia;
- równoważy poziom cukru we krwi, ciśnienie krwi, wagę ciała i funkcje nadnerczy;
- neutralizuje i usuwa toksyny z mózgu i jelit;
- przywraca zdrowie osobom cierpiącym na powszechne dolegliwości i choroby przewlekłe oraz te, o nieznaney przyczynie, do których zalicza się m.in. zespół chronicznego zmęczenia, zaburzenia pracy umyśtu, trądzik, egzema, uzależnienia, ADHD, choroby tarczycy, cukrzyca, zespół rozrostu bakteryjnego jelita cienkiego, zaburzenia odżywiania, choroby autoimmunologiczne, borelioza i problemy ze wzrokiem.

### Sok z selera naciowego – wybór ekspertów!

Patroni:

