

Zdrowie z natury



Renata Zarzycka

Noni

Polinezyjski
sekret
zdrowia

vital
GWARANCJA ZDROWIA



Renata Zarzycka

Noni

Polinezyjski
sekret
zdrowia

The logo for Vital, featuring the word "vital" in a stylized, lowercase, black font. The letter "i" has a unique shape with a dot above it. Below the word "vital" is the tagline "GWARANCJA ZDROWIA" in a smaller, uppercase, sans-serif font.

GWARANCJA ZDROWIA

REDAKCJA: Magdalena Madura
SKŁAD: Iga Figlewska
PROJEKT OKŁADKI: Iga Figlewska

Wydanie I
Białystok 2018
ISBN 978-83-65846-40-2

www.renatazarzycka.pl

© Copyright for this edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2016
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.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



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.vitalni24.pl – detal
strona wydawnictwa: www.wydawnictwovital.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.odzywianie24.pl

PRINTED IN POLAND



Spis treści

<i>Dedykacja</i>	7
<i>Podziękowanie</i>	9
<i>Wstęp</i>	11
W poszukiwaniu owocu noni	15
Na plantacji drzewek noni	17
Tropem historii o uzdrawiającej mocy owocu noni	23
Lecznicza roślina wszech czasów	29
Lekarze, badania naukowe i doświadczenia	37
Synergizm podstawą działania składników noni	43
Damnacanthal jako regulator systemu kontroli podziałów komórkowych	47
Serotonina zwana hormonem szczęścia	50
Skopoletyna zawarta w owocu noni	55
Życiodajny tlenek azotu (NO)	55
L-glutation – „enzym młodości”	60
„Polinezyjska penicylina” i fitoncydy	62
Interferon, zakażenia wirusowe i proces starzenia się organizmu	63
Rola bioflawonoidów zawartych w surowych owocach ...	65
Pomoc w przystosowaniu się organizmu, czyli noni jako adaptogen	68
Noni posiada klucz, który otwiera drzwi do komórki	71
Porządki we własnym domu	73
Idealna kombinacja składników NONI-PPT „wysprząta i przewietrzy organizm”	74

„Wmieszać w coś”, czyli stosowanie z ziołami i innymi suplementami oraz lekami	75
Zadziwiające działanie soku z noni	76
Pozytywne działanie uboczne	77
Dawkowanie noni	79
Kuracja w beznadziejnych przypadkach	81
Jak długo stosować sok z noni?	83
Roślinny bioenergoterapeuta	86
Co z bioenergią roślin?	87
Noni a rak	91
Historia z życia wzięta – rak	102
Noni a cukrzyca	105
Noni pobudza wytwarzanie insuliny i glukagonu	107
Noni jako „klucz”, wprowadzający glukozę do wnętrza komórki	108
Śpiączka cukrzycowa i działanie noni	108
Historie ludzi stosujących kurację z noni	111
Z mojej praktyki	111
Z moich doświadczeń	122
Jakie noni kupić?	129
Procesy przetwarzania owocu noni	129
<i>Bibliografia</i>	137



Dedykacja

Pragnę zadedykować tę książkę wszystkim, którzy konsultowali się ze mną od początku 1998 roku.

Od Was nauczyłam się bardzo wiele. Inspirowaliście mnie do poszerzania swojej wiedzy, do poszukiwania przyczyn chorób i wspólnego rozwiązywania wyzwań, przed jakimi stawaliśmy.

Dziękuję za Wasze zaufanie, jakim mnie obdarzyliście, za Waszą inteligencję, dzięki której razem uczyliśmy się jak coraz skuteczniej pomagać i uzdrawiać swoje organizmy. Jestem Wam wdzięczna również za stosowanie się do moich zaleceń oraz dzielenie się ich efektami i feedback o Waszym zdrowiu.

Doceniam Waszą wolę walki i przesyłam błogosławieństwo dla wszystkich uzdrowionych, jak również dla tych, którzy potrzebują dziś skutecznej pomocy.

Tę książkę dedykuję osobom, które inspirowały mnie podczas długoletniej pracy w medycynie naturalnej i coachingu zdrowia, a szczególnie mojej mamie **Józefie Wasiak**, za pomoc i jej wniesiony trud w wychowywanie moich dzieci, kiedy to podróżowałam na Polinezję Francuską. Dedykuję ją również mojemu wnusowi Szymkowi, aby umiał dbać o zdrowie. Nie byłabym tu, gdzie jestem bez Was wszystkich. Dziękuję.

Renata Zarzycka



Podziękowanie

Chciałabym wyrazić wdzięczność mojej cudownej rodzinie, wspierającej mnie w pracy z ludźmi, potrzebującymi porady, których konsultowałam od 1998 roku. Dziękuję moim dzieciom **Agnieszce, Adamowi** i **Michałowi** za to, że zawsze słuchały cierpliwie moich próśb i były samodzielne oraz za to, że pomagały mi w technicznych sprawach z dziedziny informatyki i elektroniki.

Mojemu byłemu mężowi Piotrowi, dziękuję za cenną pomoc w opiekowaniu się całym domem podczas mojej całodziennej pracy od świtu do późnej nocy. Pracowałam z pasją prowadząc terapie zdrowotne, odpowiadając na liczne e-mail i telefony oraz pisząc kolejne strony w swoich internetowych serwisach. Tym samym zbierałam liczne informacje i feedback na temat skuteczności i uzdrawiających mocy owocu noni.

Szczególne podziękowanie należy się mojej mamie **Józefie Wasiak**, która namawiała mnie gorąco do zajęcia się poradnictwem zdrowotnym, do pracy w branży medycyny naturalnej i wierzyła, że to będzie dziedzina, którą całym sercem pokocham. Jej wiara w moje możliwości była wyjątkowa. Bez wszystkich najbliższych mojemu sercu osób, książka ta nie mogłaby powstać.



Wstęp

Na naszej planecie pozostało mało dziewiczych miejsc, gdzie nie sięga cywilizacja i masowa turystyka. Niewątpliwie jednym z nich jest Polinezja Francuska. I choć jest to niezwykle atrakcyjny turystycznie zakątek, odległość od kontynentów (Ameryka Południowa i Australia) jest na tyle duża, że liczba docierających tam zwiedzających jest ograniczona.

Na Polinezję Francuską najłatwiej dostać się samolotem. Przelot z różnych kontynentów trwa wiele godzin.

Przybywający na te tereny europejscy turyści, mają sporą odległość do pokonania, gdyż Polinezja Francuska to po prostu antypody Europy.

Polinezja to miejsce, które rozświetlone zostało przez niezwykle piękno krajobrazu. O bajecznej wyspie Bora-Bora mówi się często, że to raj na ziemi. Panujący tam niezwykle klimat powoduje, iż tutejsza roślinność zachwyca wszystkich przybywających. Wulkaniczna gleba, bogata w mikro- i makroelementy, rodzi niezwyklej urody rośliny i kwiaty. Są one istotnym elementem kultury polinezyjskiej. Kobiety i mężczyźni odżywiający się nimi mają silne, zdrowe organizmy, co przejawia się, choćby wizualnie, w pięknych, bujnych i puszystych włosach. Kultura wytworzona na tamtych terenach jest ekscytująca dla mieszkańców wszystkich pięciu kontynentów, zwłaszcza tych najbardziej oddalonych.

Owoce, które tam dojrzewają, smakują wyjątkowo. Tak soczystych ananasów, o niezwyklej aromacie i smaku, jak na sąsiadującej z Tahiti wyspie Moorea, nie jadłam nigdzie na świecie. Bogactwo ryb i innych stworzeń z czystych wód Pa-

cyfiku, wyławianych do celów kulinarnych, jest oszałamiające. Przyrządzone w tradycyjny polinezyjski sposób smakują wybornie. Zaś legendarna uroda mieszkańców, pogodne usposobienie i ich gościnność powodują, że oczarowani przybysze chcą tam wracać po raz kolejny i kolejny...

Polinezja Francuska przyciąga od wieków. W przeszłości wielu żeglarzy, po zejściu z okrętu na stały ląd, zostawało już tam na zawsze. Obecnie to nie żeglarze, ale turyści, zachwyceni pięknem wysp, archipelagów i bogatą paletą barw oceanicznej wody, zaczynającą się od jasnej zieleni, przez wszystkie kolory turkusowego i niebieskiego, aż do ciemnego granatu, chcą tu pozostać albo przynajmniej wrócić następnym razem.

Brak industrializacji wysp spowodował, że prędzej trafimy tu na rekina czy płaszczkę w wodzie niż na jakiś wieżowiec na lądzie. Pływanie w Pacyfiku z rekinami i zabawy z płaszczkami należą na Bora-Bora do atrakcji turystycznych. Mimo że na wyspach istnieje infrastruktura turystyczna, można stwierdzić, że Polinezja Francuska wciąż pozostaje obszarem niemal dziewiczym.

Polinezja Francuska może pochwalić się jeszcze jednym cudem natury. Jest nim drzewo rodzące owoce noni (*Morinda citrifolia*), posiadające cenne, lecznicze właściwości. To właśnie wiadomości o tym owocu, przyciągnęły mnie w to miejsce.

Polinezja to nie jedyne miejsce na ziemi, gdzie rośnie noni. Duże uprawy znajdują się również na Hawajach. Owoc noni spotykałam również w Ameryce Południowej w Hondurasie, Natomiast ja, dzięki uprzejmości biura podróży Logos Travel Marek Śliwka i dzięki cudownej przewodniczce Beacie Radeckiej, 2 marca 2007 roku, mogłam odwiedzić plantację owocu noni na Tahiti.

W tej książce chcę opowiedzieć o owocu noni i produkowanym z niego soku. Pragnę przedstawić jego niezwykle walory zdrowotne, które zaprezentowano mi na Tahiti, a które potem potwierdziły się w mojej wieloletniej praktyce zawodowej -

w tym w pracy na bazie soku noni (od 2002 roku). Wiele z tych informacji może wywołać zdumienie, stąd już na wstępie mogę zapewnić, że podaję same fakty, a nie przypuszczenia czy fantazje. Mam nadzieję, że wiadomości zawarte w tej książce przysłużą się skutecznie do utrzymania zdrowia dla Czytelników i ich najbliższych. Być może w wielu przypadkach, będą także pomocą w powrocie do zdrowia.

Warto przy tym pamiętać, że na stan naszego umysłu wpływać mogą różne substancje, dzięki którym myślimy pozytywnie lub pesymistycznie, a nasze ciało nieświadomie podąża za naszymi myślami chorując lub trzymając się w zdrowiu i młodości. Stąd leczenie samego ciała, nie zawsze daje nam prawdziwe i skuteczne wyzdrowienie.

Uzdrowiając umysł spożywaniem odpowiedniego pokarmu bogatego w serotoninę np. soku z owocu noni, pracując nad pozytywnym myśleniem z wiarą i wizją zdrowia, nasze ciało wraz z wyzwalanymi przez umysł emocjami, podąży za naszymi myślami i pobudzi wiele procesów naprawczych do działania.

Wiedząc, że w dużym stopniu to nie ciało stwarza chorobę, lecz nieszczęśliwy umysł, możemy świadomie zadbać o zmianę nastroju – dysharmonii ducha, czyli o nasze pozytywne emocje, wizualizację zdrowego ciała, o nadzieję i wiarę w wyzdrowienie. Możemy wytworzyć optymistyczne myśli wdzięczności i szczęścia, dodając do tego jeden z najlepszych składników światowej medycyny naturalnej, uzdrawiający ciało i duszę, jakim jest owoc noni.



UWAGA!

Książka ma charakter wyłącznie informacyjny, jej celem jest promocja profilaktyki i utrzymanie zdrowia. W żadnym wypadku nie może zastąpić diagnozy lekarza. Aby walczyć z chorobą, należy ją dobrze poznać, jej skutki, jak i jej liczne, możliwe przyczyny, które tkwiły w organizmie wiele dni, miesięcy, a nawet lat.

Zgodnie z zasadami **7 zasad Huny** określającej podstawy wytwarzania sił życiowych, choroby pokazują nam zakłócenia w naszych relacjach. Być może osoba chora obraziła członka rodziny, przodka lub ducha. Aby poprawić stan umysłu, choroby te leczy się ziołami, rytuałami wybaczenia (ho'oponopono) i tajemną wiedzą Kahunów - polinezyjskich uzdrowicieli, wdług których życie w duchu Huny, prowadzi do harmonii ciała, duszy i ducha. Dziś wiedzę tę wykorzystuje się w coachingu zdrowia i NLP, czyli w pozytywnej psychologii poszukującej rozwiązań.

Noni nie jest lekiem farmakologicznym. Należy do grupy składników pokarmowych, podobnie jak inne owoce. Spożywamy je zgodnie z pragnieniem organizmu i stosujemy tyle, ile potrzebujemy.

Publikacja zawiera informacje, które pozyskałam od mieszkańców wysp Polinezji Francuskiej, gdzie odbyłam podróż w 2007 roku. To także moje przemyślenia wynikające z wieloletniego doświadczenia, książka przedstawia mój osobisty pogląd w tej sprawie.

Autorka nie ponosi żadnej odpowiedzialności za skutki i efekty samodzielnych terapii sokiem z owoców noni.

Renata Zarzycka

doradca żywieniowy, coach zdrowia, Coach ICI