

# »Teško gleda dede s trebuhu«

**F**ranc Žehelj se je pred tremi leti zaradi težav s srcem in ožiljem moral znebiti odvečnih kilogramov. Sestra mu je za rojstni dan podarila Zeleni kozarec za pitje vode. Na začetku je na skrivaj pil vodo iz kozarca – Morda pa le deluje, si je mislil. In v šestih mesecih je res izgubil trinajst kilogramov, ne da bi se pri tem držal kakršne koli diete. Tudi danes ohranja težo s pitjem vode iz Zelenega kozarca, kakršne ročno izdeluje Rogaška steklarska šola, Vili Poznik pa nato v svojem laboratoriju v Celju vanje vseva posebne informacije za hujšanje.

Zaradi slabega počutja je Franc pred tremi leti odšel k zdravniku. Bolela ga je leva stran v predelu srca, še posebej pri telesni dejavnosti, tako da je tam pogosto držal roko. Na začetku je upal, da so to samo razbolene mišice, kot ga je potolažil nek prijatelj, a ker ga le ni nehalo boleti, je stopil k zdravniku. Ta ga je opozoril, da mora, preden kakor koli začnejo zdraviti srce, najprej shujšati. Teh tal je namreč malo čez sto kilogramov.

Opozorilo je Franc vzel resno in začel razmišljati, kako bi se znebil odvečne teže. Sam pravi, da nagnjenosti k debelosti ni podedoval od družine, saj sta bila oba starša suha in tudi sam je bil v mladih letih vitkega stasa. A več desetletij zakonskega življenja z dobro kuhinjo je naredilo svoje.

Da mora Franc najprej shujšati, šele potem ga bodo zdravili, je zvedela tudi njegova sestra. Zaupala mu je, da pozna družino, ki izdeluje poseben Zeleni informirani kozarec, iz katerega mora piti vodo, da bo shujšal. Franc ji ni verjel, a je že čez nekaj dni držal kozarec v roki, ki ga je dobil kot darilo za rojstni dan.

»Od tega dogodka je zdaj dve leti in

*»Na ekranu sem videl svoje žile. Bila je vsepovsod tema, žalost.«*

pol. Vzel sem kozarec in na začetku pil iz njega na skrivaj. Nikomur nisem povedal. Mislim sem si, da je pa v tem morda le kaj resnice. Ko sem začel piti iz tega kozarca, sem opazil, da sem postal bolj žejen, čeprav sem tudi že prej rad pil vodo. Žena je opazila, da kozarec uporabljam in me spodbudila, naj kar pijem naprej. V šestih mesecih sem shujšal 13 kilogramov,« se spominja Franc, ki se pri tem ni držal nobene diete in je jedel normalno naprej. Sam ne verjame v nobeno dieto in preštevanje kalorij. Verjame pa, da mu voda iz kozarca res pomaga huj-

šati, v kar se je osebno prepričal. Ko so ga prijatelji in znanci pobarali, kako mu je uspelo toliko shujšati, jim je povedal, da pije vodo iz posebnega kozarca, a večina mu ni verjela.

## OPERACIJA OŽILJA

Operaciji ožilja se kljub zmanjšani teži in boljšemu počutju ni mogel ogniti. Ko se je nekoč v avtomobilu sam vračal domov iz Celja, je začutil nenadno bolečino pri srcu. Zvečer je sedel na kavču in se tako slabo počutil, da ni mogel več dvigniti niti kozarca. Prišel je sin in ga takoj odpeljal v bolnišnico.

»Ne vem, kaj bi bilo z menoj, če me ne bi tako hitro odpeljal,« se spominja Franc. V bolnišnico je prišel na velikonočne praznike in tam ostal tri tedne. Na

### Franc Žehelj

*Spol:* moški

*Starost:* triinsedemdeset let

*Diagnoza:* čezmerna teža, arterioskleroza

*Znaki:* bolečine v levem predelu v območju srca, hitra utrujenost, debelost

*Zdravljenje:* pitje vode iz Zelenega kozarca, bioenergija, operacija ožilja in obvodi

*Počutje danes:* nima več aritmije, zvišanega krvnega pritiska in holesterola. Skrbi za težo. Je dejaven, dobre volje in v oporo ženi Kristini.



Foto Andreja Pajkovec

pregledu so ugotovili, da ima povsem zamašeno ožilje.

»Na ekranu sem videl svoje žile. Bila je vsepovsod tema, žalost. Zdravnik je rekel, da mi nima kaj delati. Vse je črno, polno. Povedal mi je, da moram na operacijo ožilja. Kdo? Jaz? Seveda niso hoteli o tem z menoj razpravljati. Bil sem vse-skozi pod nadzorom, vsak dan sem imel po dva ali tri močne napade. Célo telo se mi je tako treslo, da sem komaj lahko pozvonil sestri po pomoč.

Tretji teden so me že operirali v Mariborski bolnišnici. Ko so mi zvečer pred operacijo moški pravili, da me bodo odprli s »cirkularko«, sem si mislil, da so nori. Vgradili so mi tri obvoje. Operacija je trajala šest ur. Po operaciji nas je bilo v sobi šest, od tega so bili kar štirje Prekmurci. Bolezni srca in ožilja so namreč še zlasti značilne za Prekmurje, kjer radi posegajo po svinjskem mesu. V bolnišnici nisem imel s seboj Zelenega kozarca. Noben zdravnik mi ni več rekel,

da moram še shujšati. Ko sem se vrnil domov, sem imel 75 šivov, ki so mi jih čez deset dni v ambulanti pobrali ven.«

## SRČNA ARITMIJA JE IZGINILA

Po vrnitvi domov je Franc odšel na okrevanje v zdravilišče v Radence, vzel s sabo Zeleni kozarec, ki je postal njegov stalni spremljevalec in za katerega pravi, da je ni stvari, ki bi jo zamenjal zanj. V zdravilišče je prišel s popolnoma zmedeno srčno aritmijo. Deset dni so ga zdravili, a žal neuspešno. Domov se je vrnil z neurejeno aritmijo. Malo se mu je sicer umirila, saj je užival tudi cel kupček zdravil za umiritev.

»Odšel sem h kardiologu v Maribor in ta mi je predlagal poseben postopek za ureditev aritmije, pri katerem gredo menda s posebno napravo v ožilje in na srcu nekaj popravijo. Prijavil sem se za poseg in čez šest mesecev naj bi bil na vrsti. Tudi osebna zdravnica mi je svetovala, naj grem na ta poseg. Ko pa sem prišel na vrsto, sem poklical v bolnišnico, da se slabo počutim in ne morem priti. Poseg so preložili za pol leta.«

## NAMESTO POSEGA BIOENERGIJA

V tem času je Franc začel hoditi k družini Poznik v Celje na bioenergijske terapije po Domančičevi metodi, ki jih opravljata Poznikov sin in hčerka. Po vsaki terapiji se je počutil bolj čil in vitalen. Ko je letos prišel spet na pregled h kardiologu, je ta presenečeno odkril, da nima več srčne aritmije. Izginil je tudi visok krvni tlak, poleg tega tudi nima več povišanega holesterola in sladkorja. Trenutno tehta 91 kilogramov, prej pa je jih imel 105.

Danes se Franc počuti zelo dobro. Je lahko telesno normalno dejaven, rad kaj postori na vrtu. Veliko zaslug pri tem ima družina Poznik, kamor se občasno z ženo zatečeta tudi na bioenergijsko terapijo. Oba z ženo se po teh terapijah počutita kot prenovljena in se dobre vo-

lje ter z veseljem do življenja vračata nazaj domov v Maribor. Poznike zelo rada obiščeta, že ko se sprehodita okrog njihove hiše, jima odleže, se smeji Franc, ki ves čas skrbno pazi, da mu trebuh ne zraste, saj »težko gleda dede s trebuhu«.

Njegov recept za ohranjanje teže je preprost: kadar koli se udeleži kakšne pojedine, samo poveča pitje vode in pravi, da se v treh dneh zagotovo znebi treh kilogramov. Ob tem, da seveda v zmer-nih količinah uživa zajtrk, kosilo in večerjo. Še zlasti pa mu tekne sadje, ki si ga utrga na domačem vrtu.

*»Opažam, da po pitju vode iz Zelenega kozarca nisem več tako lačen. Pojem pol manj hrane kot prej.«*

»Sicer pa opažam, da po pitju vode iz Zelenega kozarca nisem več tako lačen. Pojem pol manj hrane kot prej. Za večerjo mi zadostuje, da pojem košček kruha in sira, popijem malo kave in to je vse. Kadar koli me malo napenja v trebuhu, zagotovo popijem še enkrat več vode. V povprečju spijem liter vode iz Zelenega kozarca na dan, zjutraj, opoldne in popoldne,« pravi Franc, s katerim smo se pogovarjali ravno v času praznovanja njegovega rojstnega dne, ki se vsako leto raztegne na več dni. Veliko njegovih prijateljev že ima doma Poznikove informirane kozarce in ko pride Franc k njim na obisk, mu vselej postrežejo kar z vodo iz Zelenega kozarca. Vedo namreč, da ima to od vseh pijač najraje.

Tudi žena Kristina je shujšala s pomočjo Poznikovega informiranega kozarca. Zdaj redno uporablja Modri kozarec, ki pospešuje čiščenje telesa, krepi imunsko odpornost in veliko pripomore k njegemu dobremu počutju. Opaža tudi, da rože čudovito cvetijo, če jih zaliva z vodo iz modrega vrča, ki zmanjšuje genotoksičnost vode. In tudi hrana je veliko okusnejša, če jo pripravi z vodo iz modrega vrča.

Andreja Paljevč ❄️

### WWW.E-KNJIGARNA.SI

Spletna knjigarna, kjer najdete številne domače in tuje knjižne uspešnice, ki vas bodo popeljale do uspeha in odličnosti.

### WWW.SKRVNOSTI-SVETA.COM

Naročite se na Brezplačni e-mesečnik *Skrvnosti Sveta* in si zagotovite svoj delček skrivnostnega, neraziskanega in nenavadnega!

### WWW.BOGATENJE.NET

Vaša pravica je biti bogat. Odkrijte skrivnosti bogatih in preko seminarjev ter knjig obogatite svoje življenje in življenja vaših najbližjih!

### WWW.OSEBNA-RAST.COM

Si želite napredovati na svojem osebnem, družinskem in poklicnem področju?

Nova knjiga Roya Goreye *Več daš, več imaš!*, vam bo razkrila pot do navdušenja, sreče, zdravja, uspeha in obilja.

Brezplačni elektronski mesečnik *Koraki do uspeha* navdušuje že več kot 3.000 bralcev. Zakaj še niste vi med naročniki?

Udeležite se izjemnih seminarjev s področja motivacije, osebne rasti, bogatenja in retorike.

Za več informacij, naročila in prijave pokličite na telefon: 051-605-717!