

Ekstraklasa Optymalnych

Restauracja – klub SAMI SWOI jest, od dłuższego czasu, miejscem wręcz „kultowym” dla Optymalnych z całej Polski i nie tylko. Stało się tak, dlatego, że jest to pierwsza na świecie restauracja, w której mamy bogatą kartę dań optymalnych i to nie byle jakich bo przygotowanych pod egidą naszych doradców, przez samego cesarza poznańskiej patelni – pana Wiesława Kowalskiego. Ale to tylko jeden z powodów jej sławy. Drugi, nie mniej ważny, to fakt, że odbywają się tutaj ciekawe wykłady o Żywieniu Optymalnym. Na te wykłady czasem zapraszamy gości – ludzi znanych wśród Optymalnych i takich, którzy potrafią podzielić się posiadaną wiedzą.

Nie inaczej było ostatnim razem. Tym razem, nasze zaproszenie, przyjął dr n. bioch. Włodzimierz Ponomarenko z łódzkiej Akademii Medycznej. To człowiek zupełnie niezwykły. Jest, nie tylko, znakomitym biochemikiem, na którego osiągnięcia i badania często powołują się autorzy rozlicznych publikacji dotyczących naszego modelu żywienia, ale też dr Ponomarenko jest znakomitym mówcą i niezwykle pogodnym człowiekiem, który w przystępnej formie dzieli się ze słuchaczami swoją wiedzą bogato przeplatając anegdotami i celnymi cytatami z dzieł i życia klasyków. Oczywiście taki wykład (czy może raczej – konferencja) nie jest przeznaczony dla początkujących Optymalnych; jest raczej skierowany do zaawansowanych w tym żywieniu, a także do dietetyków i świata medycznego. W wykładzie, dr Ponomarenko sekundowali również dr Jan Wróbel i dr n. med. Danuta Wróbel, a całości, z wyraźnym zainteresowaniem przysługiwał się nawet sam dr n. med. Aleksander Zieliński.

Czasem ludzie, którzy przeszli na Żywienie Optymalne i prawidłowo stosują proporcje zauważają, że to „nie działa”, albo działa, ale powoli. Jeżeli mają odrobinę szczęścia to trafiają, do któregoś z naszych dietetyków, który nierzadko zmienia im dietę pod kątem jakościowym – nie zmieniając stosowanych proporcji. I zaczyna... działać! I o tym właśnie mówił dr Ponomarenko – o jakości produktów spożywczych, o modyfikacjach jakościowych Żywienia Optymalnego, o produktach zakwaszających i alkalizujących w diecie, indeksach glikemicznych i o wielu innych rzeczach. Łamy tygodnika nie są dobrym miejscem na omawianie takich niuansów – są one istotne bardziej dla doradców żywieniowych i lekarzy optymalnych. Szkoda tylko, że tak wiele ośrodków optymalnych nie zwraca uwagi na te sprawy tkwiąc w tępych przekonaniu, że same proporcje zupełnie wystarczą. Fakt – często wystarczą, ale nie zawsze. A nam udają się często rzeczy trudne, bo wiemy „od zawsze”, że Żywienie Optymalne to nie sekciarski dogmat, ale nauka żywa i rozwijająca się, między innymi dzięki takim ludziom jak dr Ponomarenko, dr Wróbel, dr Zieliński czy dr Krupka. To taka ekstraklasa Żywienia Optymalnego.

Waszak