

# Nová potravinová doporučení od WHO, která vám způsobí nemoci

- editor007 | 19. června 2024

**SVĚT: Nové pokyny pro stravování nejsou založeny na tom, co je pro vás nejlepší. Jsou založeny na tom, co je - údajně - dobré pro životní prostředí. Ale WHO a vaše vláda se vám to snaží prodat jako zdravé i pro vás. Je důležité, abychom pochopili, že jde o dvě různé věci. Ve skutečnosti mají nové směrnice potenciál způsobit, že lidé budou velmi nemocní.**

Video s českým dabingem

Video v originále s českými titulky

## **Přepis:**

Existuje velká zdravotní krize, o které, jak se zdá, nikdo nemluví. Jde o podvýživu. Podvýživu v západním světě, v takzvaných bohatých zemích, a bude to mnohem, mnohem horší. V tomto videu se pokusím poukázat na to, co se nyní děje. Udělal jsem si nějaké poznámky, takže je mám tady v kapse. Mám nějaké poznámky, protože chci, aby to bylo správně. A mimochodem, děkuji vám, že jste klikli na tu miniaturu a připojili se ke mně tady v mých místních lesích.

Někdy využívám své platformy, abych poukázal na věci, které se dějí ve světě. A tohle je jedna z hlavních. Mluvím o šílených nových potravinových doporučeních. V tomto videu budu používat norská a německá nová potravinová doporučení pro rok 2024, ale v podstatě stejná jsou i ve většině dalších zemí v Evropě a USA, Kanadě. Pokud tato nová potravinová doporučení ještě nezavedly, tak se k tomu chystají. To vše pochází od Světové zdravotnické organizace. Shrnu některá doporučení, nová doporučení. Máte sníst maximálně 350 gramů červeného masa týdně. V Německu je to 300 gramů. To je mimochodem méně, než sním já za den. Mnohem méně máte jíst ryby.

Máte jíst mnohem více zeleniny, například luštěnin. Jjako hrách a fazole a tak dále. Máte pít méně mléka a jíst méně mléčných výrobků. Místo toho doporučují věci jako sójové mléko. Pít sójové mléko je v podstatě jako pít estrogen. Ještě musím dodat, že ne každý mléko snáší. Já ho netoleruji. Pak se samozřejmě držte dál od mléka. Budu pokračovat... A to nejsilnější je, že byste měli zvýšit příjem rostlinných olejů. Pokud jste nevěděli, rostlinné oleje mají tendenci vytvářet v těle záněty.

Nenechte se mýlit, pokud budete takto jíst, budete nemocní. Není to otázka toho, jestli onemocníte, ale kdy. Pokud se budete stravovat podle těchto zásad, onemocníte. Mluvíme o podvýživě. To není myšleno jako útok na vegany. Věřím, že je možné být zdravý jako vegan, ale vyžaduje to mnohem více úsilí. Většina lidí není ochotna toto úsilí vynaložit, a tak budou jíst ultra zpracované potraviny na veganské bázi, což je hrozné.

Mluvíme o zánětech v těle, trávicích problémech, depresích, hormonální nerovnováze. Mluvíme o obezitě, protože budete jíst příliš mnoho sacharidů a málo bílkovin. Mluvíme také o špatném stavu zubů, psychických problémech a seznam pokračuje dál a dál. O výživě a o tom, co by většina lidí měla jíst, toho víme poměrně dost. Měli byste jíst vyváženou stravu. Potřebujete maso, ryby a nějakou zeleninu. To není nic složitého.

Ale jde o tohle... Tato nová doporučení nejsou založena na tom, co je pro vás dobré. Víte, vaše vláda se snaží vytvořit předpoklad nebo vás přimět věřit v předpoklad, že to, co je dobré pro planetu nebo životní prostředí, je dobré i pro vás. Tyto nové zásady nejsou založeny na tom, co je dobré pro vás. Tyto nové zásady jsou založeny na tom, co je údajně dobré pro životní prostředí. Domnívám se, že za celou věcí jsou jiné motivace. Sledujte peníze, abyste našli odpověď, jako vždy.

Lidé si musí položit otázku, proč by jídlo, které má zachránit planetu, mělo být zároveň jídlem pro vaše zdraví? To jsou dvě různé věci. Nemůžete vycházet z předpokladu, že když jíte, abyste zachránili životní prostředí, že tato strava je zároveň tou nejlepší stravou pro vás. Jsou to dvě různé věci. Nejsem jediný, kdo to říká. Mnoho lékařů a odborníků na výživu to označuje za nezdravé a říkají, že zašli příliš daleko. Jeden lékař mi nedávno řekl, že tato nová doporučení nejsou založena na tom, co je pro vás dobré, ale na tom, co je údajně dobré pro životní prostředí.

A že by o tom měli být upřímní. Teď s tím možná nebudete souhlasit, ale já věřím, že musíme změnit své způsoby kvůli životnímu prostředí, zejména kvůli oceánům a jejich znečištění. To je obrovský problém. Mikroplasty jsou obrovský problém. Taky věřím, že velkochovy jsou kruté. Takže pojďme diskutovat o tom, co můžeme udělat. Mně se nelíbí ten způsob, že lžou lidem a snaží se to podat, jako že tohle je pro vás nejlepší jídlo. Tohle je to, co musíte jíst, abyste byli zdraví. Ale na tom ta doporučení založena nejsou. Znovu opakuji, že to není myšleno jako kritika veganství, to vůbec ne.

Pokud jste to vy, pokud jste vegan, dobře pro vás, ale když se vám vláda a tyto světové organizace snaží prodat tuto myšlenku, že byste měli jíst pouze veganskou stravu... vždycky používají fotky čerstvé zeleniny. Není to legrační? Protože o tom zde vůbec nemluvíme. To je nereálné. Na mrkvi a bramborách se přece neužijete. To se nestane. Mluvíme o ultra zpracovaných potravinách pro většinu lidí. Mluvíme o potravinách na bázi sóji a obilovin pro většinu lidí. Pokud je to vaše strava, budete nemocní.

To je zdravotní krize na obzoru. Oni udělají, co mohou, aby lidi donutili odejít od masa, ryb a mléčných výrobků. Především tím, že povedou válku proti zemědělcům a budou zemědělcům platit, aby přestali hospodařit. A víte, že cena masa, vajec, mléčných výrobků a ryb prudce vzrostla, a to bude pravděpodobně pokračovat. Líbí se mi tady nahoře. Mám rád klid a ticho, jsem na vrcholu hřebene v lese a skoro cítím vůni moře, které je tím směrem. Slyším vítr ve stromech.

Dalo by se říct, že tohle téma bylo trochu ne typické pro tenhle kanál, ale já jsem o tom prostě chtěl mluvit, protože si myslím, že je to důležité, a doufám, že tohle poselství může oslovit hodně lidí. Chtěl bych vás požádat o laskavost. Pokud tenhle kanál už nějakou dobu sledujete, nebo pokud jste nový odběratel, a mimochodem, pokud se díváte a ještě jste se nepřihlásili, zvažte prosím přihlášení k odběru. Opravdu to kanálu pomáhá. YouTube vám pak s větší pravděpodobností doporučí mé další video, pokud se přihlásíte k odběru.

Dejte mi prosím v komentářích vědět, jaká videa byste rádi viděli. Chcete vidět více outdoorových videí? Chcete, abych mluvil o věcech, které se dějí v takzvaném moderním světě? Nebo si chcete, abych mluvil o duševní pohodě, nalezení klidu v sobě a podobně. Prostě mi dejte vědět a já uvidím, co se dá dělat. A jako vždy děkuji za sledování. Uvidíme se v dalším videu.

[ZDROJ](#)