

*Lidé kmene HUNZA - severní Pakistan....co se člověk nedoví...!!*

*Je to léta známá skutečnost. Ovšem u nás si mnozí neuvědomí, že co si na zahrádce vypěstujeme má cenu zlata. Vykácejí stromy, zavedou trávník, který neustále kosí u země, zničí živočichy, které zde mají svoji funkci, v Německu kde už takhle kosí mnoho desetiletí vyhynulo 4000 druhů hmyzu a takhle si lidé připravují záhubu.*

## **DOŽÍVAJÍ SE 120 LET, RODÍ DĚTI DO 65 LET A NIKDY NEMAJÍ RAKOVINU. JAK TO DĚLAJÍ?**

---

*Členové kmene Hunza jsou vždy usměvaví, milí a silní. Vypadají tak mladistvě, že mnoho lidí zvenčí jsou nejednou šokováni jejich skutečným věkem. Občas vypadají, jako že jsou z jiné planety.*

*Kmen Hunza žije v horách severního Pákistánu. Jejich populace je jen kolem 87 tisíc lidí. Podivní jsou především tím, že se v průměru dožívají věku přes sto let. Mnozí z nich bez zdravotních problémů dokonce i 120 let. Pověry říkají, že pár jedinců dožívá až do 160 let.*

*Nemocní bývají jen velmi zřídka, vůbec nevědí, co jsou to nádory, mají mladistvý vzhled a jejich ženy rodí až do věku 65 let (samozřejmě jen ty, které mají hodně dětí, protože bezdětným dojde zásoba vajíček obvykle do 50ky).*

*Lidé z kmene Hunza jsou živým důkazem toho, že strava a životní styl mají na nás opravdu velký vliv.*

*Koupají se v ledové vodě, a to i tehdy, když vnější teploty jsou pod nulou. Jedí jen ty potraviny, které si sami vypěstují.*

*Většinu jejich jídelníčku tvoří syrové ovoce a zelenina, ořechy, hodně sušených meruněk, různé druhy cereálií (převážně proso, pohanka a ječmen), luštěniny a malé množství sýru, mléka a vajec.*

*Hodně chodí, málo jedí. Nemají svačiny. Pouze snídaně a oběd. Denně projdou pěšky 15 až 20 km. Jen velmi vzácně konzumují maso. Je to možná tak dva krát do roka, buď jehněčí nebo kuřecí. Milují smích.*

*Během určitého období nic nejedí, jen pijí džus ze sušených meruněk. Je to jejich tradice už od dávných dob, kterou respektují. Koná se v období roku, kdy ještě ovoce na stromech není dozrálé. Lékaři se shodují v tom,*

že strava lidí z kmene Hunza a období bez jídla přispívají k jejich pevnému zdraví a dlouhověkosti.

Jejich zvyk konzumovat velké množství meruněk je zřejmě zodpovědný za ochranu před rakovinou. Jde ani ne tak o meruňky samotné, jako jádra z jejich pecek.

Meruňková jádérka jsou totiž bohatá na takzvaný vitamin B17, který má protirakovinné účinky. Z těchto jáderek si vyrábějí olej. Olej konzumují pravidelně, ale v malém množství, protože vitamin B17 může být ve vysokých dávkách pro tělo toxický. Obsahuje totiž kyanid, který zabíjí rakovinné buňky, ale pokud je ho hodně, může tělu ublížit.

- **PŘIROZENÁ PREVENCE PROTI RAKOVINĚ – VITAMIN B17**
- **JÁDRA Z MERUNĚK NIČÍ RAKOVINOVÉ BUŇKY BEZ VEDLEJŠÍCH ÚČINKŮ**

Prestiž rodiny se hodnotí podle toho, kolik má ve své zahradě stromů meruněk. Bohužel, dnes už i mezi ně občas pronikají nezdravé průmyslově vyráběné potraviny a výsledek na sebe nenechal dlouho čekat. Projevuje se přibýváním zubního kazu a potížemi s trávením, které dosud téměř neznali.

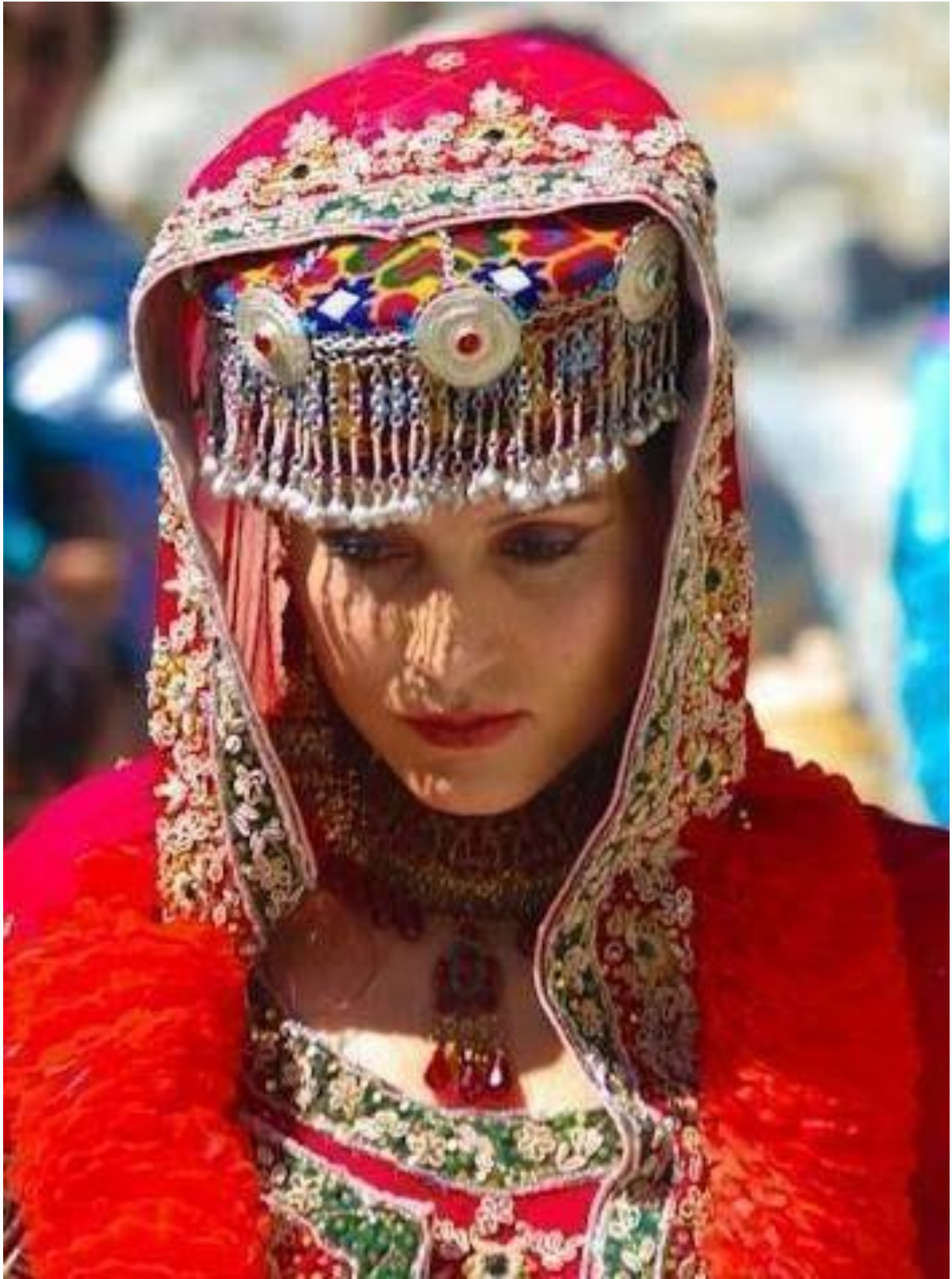
**Tito vytrvalí lidé o sobě říkají, že jsou přímými potomky Alexandra Velikého Makedonského a jeho armády. Někteří vojáci po dobití tamních území tam zůstaly a vzali si místní ženy za manželky.**

V roce 1984 média přinesla zprávu o Said Abdul Mobuduovi, členovi kmene Hunza, který přiletěl na letiště v Londýně a zmátl místních úředníků, když jim ukázal pas. Byl v něm uveden rok narození 1832.

Lidé z kmene Hunza (podle vzezření jsou to asi skutečně potomci Evropanů):

















## Údolí Hunza:

