

# Nie bywa zmęczona

Dzięki diecie Majka pozbyła się nie tylko kilogramów, ale też migren i odczuła

Maja Sablewska

**Z**najoma poleciła mi klinikę, która podługując się badaniami genotypu, czyli coś więcej jeszcze niż DNA, ustala produkty, które absolutnie muszą omijać i takie które są niezbędne w mojej diecie. Po badaniach okazało się, że pożywienie, które spożywam, powoduje migreny, złe samopoczucie, kilogramy itd. Ktoś może w to nie uwierzyć, ale zmiana żywienia spowodowała zmianę rysów mojej twarzy – opowiadała Maja Sablewska swojego czasu w wywiadzie dla RMF FM.

Jaka to dieta cud sprawiła zmianę rysów sławnej agentki? Od ponad dwóch lat Maja jest pacjentką Centrum Medycznego „Vimed”. Tam zrobiono jej testy cytotoxyczności na tolerancję pokarmową. Maja wyeliminowała wtedy ze swej diety czerwone mięso.

Może za to jeść niektóre gatunki ryb i niektóre rodzaje warzyw. Maja nie pali, nie pije, nie używa narkotyków.

Dzień zaczyna od wyciskanego soku z marchwi lub

szklanki wody z cytryną po to, by oczyścić organizm. Marchew ma silne działanie detoksykujące.

Potem Maja biegnie na jogę. Od czasu do czasu medytuje i wierzy w przyciąganie pozytywnej energii.

W ciągu dnia pije mnóstwo niegazowanej wody mineralnej oraz herbatę z jasmину, słodzoną miodem. Ze swojego menu ostatnio wykluczyła także kawę.

– Dwa lata temu nadeszły w moim życiu zmiany – rozstałam się z Dodą i z moim partnerem. Byłam związana z tym mężczyzną 6 lat i prawie wpadłam w depresję. Postanowiłam, że muszę coś ze sobą zrobić, żeby nie zwariować. Znajoma poleciła mi klinikę – tłumaczyła Maja chęć zmian.

Jurorka „X Factor” poddała się także serii zabiegów oczyszczających organizm ze złożeń i toksyn, w tym hydrokolonoterapii, czyli płukaniu jelita grubego.

Podobne zabiegi są ostatnio bardzo modne wśród gwiazd. Stosuje je m.in. Małgorzata Foremniak, o czym pisaliśmy w nr. 5 „Takie jest życie!”.

Rezultaty terapii w przypadku Mai okazały się zachwycające. Sablewska schudła kilka kilogramów, ale ustąpiły też migreny i poczucie częstego zmęczenia.

– Maja zawsze powtarza, że dzięki diecie ma energię i siłę do działania. Ona pracuje w nocy, kontaktuje się wtedy często z dziennikarzami.

A od rana znów jest na nogach – zdradza znajoma Sablewskiej.

Nic dziwnego, że zachwycona działaniem diety i zabiegów Sablewska poleciła je swoim poprzednim podopiecznym: Marcinie Luczenko i Edycie Górniak. Dzieś panie nie mają ze sobą najlepszych relacji, ale wszystkie są wiernie diecie zgodnej z kodem metabolicznym DNA.

2007



Główne zasady Mai

Swoj dzień zaczyna od szklanki wody z cytryną lub soku z marchwi. Nie jada czerwonego mięsa, zastępuje je niektórymi gatunkami ryb oraz warzyw. Zrezygnowała także z kawy. W ciągu dnia nie zostaje się z niegazowaną wodą, którą pije do woli.

Dziecie przypisuje swoją przemianę