

# KIJ W MROWISKU - DIETA GROBLIŃSKIEGO

Książka ukaże się pod koniec września nakładem LNE. Będzie w niej można przeczytać o związkach miejsca zamieszkania ze stosunkiem kobiety do kosmetyków, o miejscu problematyki kosmetycznej w historii literatury, o fascynującej przygodzie miłosnej, która zaczęła się od lakieru do paznokci i o wielu innych zagadnieniach. Lekka forma skrywa nad wyraz poważne treści.

Teksty **Piotra Groblińskiego** zilustrował **Paweł Kwiatkowski**. Uzupełnieniem felietonów będzie kilka premierowych wierszy autora.

## Dieta Groblińskiego

*Nie ma jednej wspianej diety, gdyż każdy z nas jest swoistą indywidualnością metaboliczną* – pisze w jednym z artykułów specjalistka w dziedzinie żywienia. I ma oczywiście rację. Dlatego po latach badań i doświadczeń opracowałem system dietetyczny, który uwzględnia indywidualne zapotrzebowanie organizmu na składniki odżywcze. Mój system dietetyczny pozwoli każdemu na zdrowe, dostosowane do jego wewnętrznej konstytucji odżywianie, pomoże osiągnąć optymalną wagę, piękną cerę i wspiane samopoczucie.

Idea jest bardzo prosta – jemy tylko te produkty, których nazwy zaczynają się na pierwszą literę naszego imienia. Tak więc Anna, Aneta czy Andrzej powinni jeść arbuzy, ananasy, awokado, algi, andruty, antrykot, angielkę, agrest, antonówki, auszpik, aronię oraz anyż, no i oczywiście ambrozię – jeśli gdzieś uda im się dostać. Popić mogą to wszystko arabicą albo całym asortymentem alkoholi – armaniakiem, absyntem, alpaga, ajerkoniakiem czy amaretto. W razie kłopotów – aloes i antybiotyki.

Z kolei Bogdan, Barbara czy Barnaba mogą do woli objadać się bułkami, baranią, bazylią, batonami, bekonem, bananami, brokułami, bitkami, babeczkami z budyniem i budyniem samym, bryndzą, boczkiem, bigosem oraz borówkami. Do picia brandy.

Cezaremu i Czesławie zalecam czosnek, cebulę, cykorię, czekoladę, czerninę, cielęcinę, cząber, coca colę, cukierki. Pewnym problemem jest rozstrzygnięcie, czy mogą jeść oni chleb i chałwę. Chyba raczej te produkty przysługują Henrykowi i Halinie. Na pocieszenie dla Czarka i Czesi przynaję im caciki i carpaccio oraz dużą cafe late.

Z mojej osobistej diety jestem bardzo zadowolony. Piotr ma do dyspozycji naprawdę bogaty zestaw: pasztety, polędwicę, pomidory i pomidorową, pieczywo chrupkie, pataty, porzeczki, pierogi, papaje, pistacje, polewy, prażynki i prażuchy, całą paletę placuszków, piwo i porto. Według mniej ortodoksyjnej wersji systemu może jeść nawet ryż, byle pałeczkami.

Najlepiej oczywiście, gdy ktoś używa dwóch imion. Na przykład Jan Maria może jeść zarówno jesiotra, jabłka, jajecznicę i jeżyny, jak i masło, makarony, mielonkę i marynaty. Może pić mleko, maślanekę, ale też jogurty i jabcok. Z piciem w ogóle jest problem, bo wybór jest trochę za mały. Dlatego dopuszczam picie napojów, których nazwy zaczynają się na pierwszą literę naszego nazwiska i wszystkie litery imienia.

Sama zasada diety jest już chyba jasna, ale niewątpliwie pojawi się w tym momencie pytanie o uzasadnienie jej słuszności. Jak wytłumaczyć tak ścisły związek imienia z dietą? Otóż sprawa ma racjonalne wyjaśnienie. Imię to zestaw dźwięków, które są w naszym kierunku emitowane tysiące

razy. Nasz organizm przyzwyczaja się do nich, nasze komórki dostrajają się do wywoływanych przez głoski imienia wibracji. Dlatego nasze ciało rozpoznaje nazwy pokarmów o tej samej pierwszej literze jako „znajome”, „dobre” i dostosowuje do nich produkcję enzymów trawiennych. Nazwy brzmiące obco są odrzucane na poziomie podświadomości.

Stosujący moją dietę zauważyli 73-procentową poprawę stanu zdrowia. Ich skóra stała się gładka, nawilżona i ujędrniona, ich mięśnie nabrały twardości i elastyczności. Ich samopoczucie znacznie się poprawiło, a potencja wzrosła. I co chyba najważniejsze - ich mózgi zaczęły pracować szybciej, poprawiła się im też umiejętność odróżniania tekstów poważnych od żartobliwych.