



Marjan Videnšek - PREPOROD

Prešernova 11, 3000 Celje

www.preporod.eu, preporod@amis.net

Marjan Videnšek je danes po vsej Sloveniji in tudi zunaj njenih meja znan kot svetovalec in praktik za zdravo življenje in neodvisni raziskovalec prehranskega razstrupljanja organizma in posta, ter vpliva pravilne prehrane in življenjskega sloga na kakovost življenja. Prizadeva si za odgovoren odnos do zdravja posameznika in družbe kot celote.

Od leta 1992, ko je ozdravel s pomočjo presne rastlinske prehrane, se dodatno izobraževal v tujini, odločno prenaša to sporočilo med ljudi, ki želijo ohraniti ali obnoviti svoje zdravje. Učinkovitost njegove metode verodostojno potrjujejo številne izkušnje.

Od leta 2005 pa vse do danes je vodil 140 desetdnevni postnih tečajev, ki jih organizira vsak mesec. To je unikaten praktičen skupinski program, ki omogoča regeneracijo, prečiščevanje, obnavljanje telesa, duše in duha. Program daje izredne rezultate, ki so dobro poznani slovenski javnosti. Udeležujejo pa se ga tudi gostje z vseh delov sveta.

Leta 2006 je s predavanjem sodeloval na vrhu onkoloških bolnikov iz držav jugovzhodne Evrope ter baltskih držav – Združeni proti raku. Leta 2014 je predstavil slovenske izkušnje s postom v Evropskem parlamentu v Bruslju, na odboru za okolje, javno zdravje in varno hrano.

Od leta 1996 je imel okoli 800 predavanj, tudi v tujini, vse do Amerike. Z njegovo pomočjo so bile narejene že tri diplomske naloge (2005, 2013, 2016) in magistrsko delo leta 2016. Vse do danes si je s pomočjo njegovih razlag, priporočil in njegove praktične metode pravilnega in varnega postenja pomagalo zelo veliko ljudi. Številne zgodbe z odličnimi rezultati so velikokrat predstavljali številni slovenski mediji (časopisi, revije, radio, nacionalna televizija), ogromno jih je zbrano v njegovem arhivu. Od leta 1998 dvomesečno izdaja glasilo *Preporod, v sožitju z Naravo*, je avtor številnih člankov o pomenu postenja in moderator številnih televizijskih in radijskih oddaj.

Kar M. V. govori, to tudi živi. Njegovo temeljno načelo je: *»Zdravje z zdravim življenjskim slogom ne glede na leta.«* In pa: *»S pomočjo naravnih okoliščin (post, spanje in počitek, hrana, telesno gibanje v naravi na svežem soncu in zraku), se lahko telo (če le ni že prepozno), učinkovito regenerira in obnovi!«*

M. V. že skoraj četrt stoletja izvaja v praksi, kar dandanes sodobna znanost raziskuje in dokazuje. Njegov praktičen model postaja nova paradigma za ohranjanje, krepitev in obnavljanje zdravja.

M. V. ni zdravilec, prenaša starodavna znanja, ki so podprta s sodobnimi znanstvenimi dokazi, tudi dvema Nobelovima nagradama v fiziologiji in medicini (2016, 2017) in jih vključuje v prakso. Ljudje, ki tem načelom zaupajo in to prostovoljno ter dobrovoljno izvajajo, so uspešni. Njegov najljubši »hobby« je zbiranje uspešnih samoozdravitev ('case studies').

Njegov program počasi postaja nova paradigma v skrbi za zdravje. Tej nalogi je posvetil svoje življenje. Svoje štiri otroke spodbuja v tej smeri.