

KOSTENLOS



JESUS CHRISTUS KEHRT ZURÜCK

OFFENBARUNGEN DER LETZTEN ZEIT

DIE GESUNDE LEHRE

KRANKHEIT UND ERNÄHRUNG

Quelle & Kontakt:

Webseite: <https://www.mcreveil.org>

E-mail: mail@mcreveil.org

Jesus Christus ist der Wahrhaftige Gott und Das Ewige Leben

Du aber, Daniel, verbirg diese Worte und versiegle das Buch bis auf die Zeit des Endes! Dann werden viele darin forschen, und das Verständnis wird zunehmen.

Daniel 12:4

Er sprach: Gehe hin, Daniel! Denn diese Worte sind verborgen und versiegelt bis auf die letzte Zeit. Viele sollen gesichtet, gereinigt und geläutert werden; und die Gottlosen werden gottlos bleiben, und kein Gottloser wird es merken; aber die Verständigen werden es merken.

Daniel 12:9-10

**Bevor Sie mit der Lektüre dieser Lehre beginnen,
denken Sie kurz über die folgende Frage nach:**

Wo werden Sie Ihre Ewigkeit verbringen?

Im Himmel?

Oder

In der Hölle?

Die Hölle ist Real, und sie ist Ewig.

Denken Sie darüber nach!

Viel Spaß beim Lesen! Möge Gott sich Ihnen offenbaren!

Warnungen

Dieses Buch ist kostenlos und darf in keiner Weise als kommerzielle Quelle dienen.

Es steht Ihnen frei, dieses Buch für Ihre Predigten zu kopieren, es zu verteilen oder in sozialen Netzwerken zu evangelisieren, solange der Inhalt nicht verändert oder verfälscht wird und mcreveil.org als Quelle angegeben wird.

Wehe euch, ihr gierigen Agenten satans, die es versuchen werden, diese Lehren und Zeugnisse zu vermarkten!

Wehe euch, ihr Söhne satans, die diese Lehren und Zeugnisse in sozialen Netzwerken veröffentlichen, dabei aber die Adresse der Webseite www.mcreveil.org verschweigen oder deren Inhalt verfälschen!

Ihr könnt der Gerechtigkeit der Menschen entgehen, aber dem Gericht Gottes werdet ihr nicht entkommen.

Ihr Schlangen! Ihr Otterngezüchte! Wie wollt ihr dem Gerichte der Hölle entgehen? Matthäus 23:33.

Inhaltsverzeichnis

Warnungen.....	3
1- Einführung.....	5
2- Anfang des Zeugnisses.....	5
3- Krankheiten kommen nicht von ungefähr	6
4- Die Gefahren des Zuckers	9
5- Versteckte Gefahr	13
6- Herzkrankheit.....	17
7- Krebs.....	19
8- Chemotherapie und Strahlentherapie	22
8.1- Chemotherapie	22
8.2- Strahlentherapie	23
9- Ursachen von Krebs.....	24
10- Autoimmunkrankheiten.....	26
11- Neurologische Erkrankungen.....	27
12- Probleme der Frauen.....	28
13- Arthritis.....	29
14- Diabetes und Hypoglykämie.....	30
15- Kopfschmerzen, Chronisches Müdigkeitssyndrom, Grippe und Erkältungen	31
15.1- Kopfschmerzen.....	31
15.2- Chronisches Müdigkeitssyndrom.....	31
15.3- Die Grippe und Erkältungen	31
16- Allergien, Asthma und Bronchitis.....	32
17- Darmerkrankungen	32
18- Wie bleibt man gesund?.....	33
Einladung	36

KRANKHEIT UND ERNÄHRUNG

1- Einführung

Liebe Brüder und liebe Freunde, wir halten es für sinnvoll, Ihnen dieses Zeugnis einer an Krebs erkrankten Ärztin mitzuteilen, die, um sich selbst zu heilen, aus dem Krankenhaus und vor den Medikamenten geflohen ist, die sie den Patienten doch üblicherweise verschreiben. **Da sie davon überzeugt war, dass diese Medikamente nicht dazu geeignet sind, Krebs zu heilen**, wandte sie sich der Naturheilkunde zu. Dieser Text ist ein Auszug aus der Transkription eines Videos von Dr. Lorraine Day mit dem Titel **"Diseases Don't Just Happen!" (Krankheiten kommen nicht von ungefähr)**, in dem sie über ihre Heilung von Krebs berichtet, der sie vor über 20 Jahren hätte töten sollen. Dr. Day ist eine ehemalige Ärztin und Dozentin an der medizinischen Fakultät der Universität von Kalifornien in San Francisco. Bitte lesen Sie dieses Zeugnis und ziehen Sie alle Lehren daraus, die Ihnen helfen können, Krankheiten zu heilen oder zu verhindern. Gott segne Sie!

2- Anfang des Zeugnisses

Sie haben ein medizinisches Problem, gehen zu Ihrem Arzt, erklären Ihre Symptome. Er wird Sie wahrscheinlich untersuchen und Labortests durchführen und vielleicht etwas Ernstes wie Multiple Sklerose, Lupus oder sogar Krebs diagnostizieren. Und Sie sind schockiert. Sie sagen dem Arzt, wie konnte ich mir das zuziehen? Und er wird höchstwahrscheinlich antworten, wir wissen es nicht, das sind Dinge, die einfach passieren. Nein: **Krankheiten kommen nicht von ungefähr**. Jede Krankheit hat eine Ursache. Auch wenn uns während unserer medizinischen Ausbildung gesagt wird, dass fast 80% der Krankheiten keine bekannte Ursache haben.

Lassen Sie mich Ihnen eine einfache Illustration geben. Wenn Sie Kopfschmerzen haben, und Sie nehmen ein Aspirin, sind Kopfschmerzen durch einen Aspirinmangel verursacht? Natürlich nicht! Kopfschmerzen werden durch übermäßige Anspannung und Stress, mangelnden Wasserverbrauch, schlechte Ernährung oder andere Ursachen verursacht. Warum nehmen wir dann ein Aspirin? Weil wir eine schnelle Lösung wollen. Wir wollen die Ursache des Problems nicht lösen. Wir wollen nur eine Pille nehmen und mit unserem Leben weitermachen. Aber wenn wir die Ursache nicht behandeln, kann sie später andere schwere Krankheiten verursachen.

Ich bin Frau Dr. Lorraine Day. Ich bin Ärztin, orthopädische Unfallchirurgin. Ich verbrachte 15 Jahre an der Medizinischen Fakultät der University of California in San Francisco als Associate Professorin und stellvertretende Vorsitzende der Abteilung für Orthopädische Chirurgie. Ich war auch Chefin der orthopädischen Chirurgie am San Francisco General Hospital, wo ich etwa 100 junge Ärzte ausbildete. **Ärzte werden nie wirklich gelehrt, die Ursache der Krankheit anzugehen. Wir werden nur gelehrt, Symptome zu behandeln, indem wir ein bestimmtes Medikament wählen. Aber der Patient wird nie wirklich geheilt. Wenn wir die Ursache der Krankheit nicht verstehen und behandeln, können wir niemals jemanden gut behandeln.**

Heute werden wir über all die verschiedenen Kategorien von Krankheiten sprechen und zeigen, dass es eine Ursache für jede Krankheit gibt. Um das zu tun, werde ich den weißen Kittel ausziehen und die medizinische Mentalität loswerden, und wir werden uns hinsetzen und über den gesunden Menschenverstand reden. Wir werden einen Plan aufstellen, der Ihnen helfen wird, Ihre Krankheit natürlich und ohne Medikamente zu heilen.

3- Krankheiten kommen nicht von ungefähr

Unser Körper besteht aus Haut, Muskeln, Knochen und Organen. Organe bestehen aus Gewebe und sind Gehirn, Leber, Bauchspeicheldrüse und Milz. Diese Gewebe bestehen aus Zellen. Wir sind also Millionen von Zellen. Aber diese Zellen sterben ab und müssen ersetzt werden. Wie ersetzen wir sie? Wie stellen wir neue Zellen her? Die Rohstoffe kommen aus einem einzigen Ort: **Was wir verschlingen.**

Wenn wir gesunde, nahrhafte Nahrung essen, können wir gesunde Zellen herstellen. Aber wenn wir schlechte Nahrung in unseren Körper einnehmen, haben wir Rohstoffe, die minderwertige Zellen herstellen, die kranke Zellen sind, und die uns krank machen können... Wir denken selten darüber nach, was wir tagsüber tun, wenn wir essen und uns irgendetwas in den Mund stecken, um unseren Magen zu füllen. Schauen wir uns an, was ein durchschnittlicher Amerikaner jeden Tag essen kann:

Was das Frühstück betrifft, sind viele Leute in Eile und essen einen Donut und trinken eine Tasse Kaffee. Keines dieser beiden Elemente ist nahrhaft. Der Donut ist eine völlig leere Kalorie, die Fett, raffinierten Zucker und absolut keine Vitamine und Mineralien enthält. **Kaffee ist ein Stimulans, ein falsches Stimulans.** Es bewirkt, dass Ihre Nebenniere ein Hormon freisetzt, das Ihnen falsche Energie gibt. Sie könnten sagen, ich esse das nicht zum Frühstück. Ich habe ein gutes Frühstück mit Spiegeleiern und Wurst, Bratkartoffeln und Toast.

Schauen wir uns das an. Zuerst einmal ist es wahr, Sie haben Kartoffeln hier, es ist ein Gemüse, aber **sie sind alle in Fett gebraten. All dies klebt an den Arterien Ihres Körpers, einschließlich Ihrer Herzkranzgefäße, der Arterien in Ihrem Herzen, und verursacht arterielle Sklerose.** Und hier haben wir das Ei. Ein Ei ist der Embryo, der ein Huhn bildet, es ist das Fruchtwasser in der Plazenta eines Kükens, und das ist es, was Sie essen. Es ist fett und reich an Proteinen, und es ist sehr reich an Cholesterin. Es soll ein kleines Ei in wenigen Tagen in ein Küken verwandeln und Sie essen es.

Wir haben Speck, der fettig ist, und er stammt aus Schweinefleisch, das ein Aasfresser ist und Müll aus Abwasser frisst. Und dann haben wir die Wurst, die aus dem gemacht wird, was auch immer die Leute hineintun. Wenn Sie sich ihre Herstellung einer Fabrik anschauen, werden Sie krank werden. Und dann haben wir geröstetes Brot. Geröstetes Brot enthält Butter, die Fett ist und alle Hormone, Pestizide und Antibiotika enthält, die sie der Kuh geben. Für Weißbrot wurden praktisch alle Nährstoffe entfernt und es bringt nichts, sondern verwandelt sich in Zucker im Magen. Sie sagen dann, ich esse Getreide. Dieses Getreide, das Sie aus Ihrem Lebensmittelladen erhalten, ist

vollständig von seiner Nährstoffe beraubt und wird gekocht, was alle Enzyme im ursprünglichen Getreide zerstört hat.

Außerdem ist er häufig mit Zucker bedeckt. Sie können Milch hineingeben, und die Milch kommt aus einem Tier und enthält alle Pestizide, Hormone und Antibiotika, die sie diesem Tier geben. **Darüber hinaus werden alle Krankheiten, die das Tier haben kann, entweder in Milch oder in Fleisch übertragen.** Orangensaft ist gut, außer er kommt aus einer Dose, oder einer Flasche, und **er enthält Konservierungsstoffe**, und er hat sehr wenige Nährstoffe, weil **Nährstoffe oxidiert werden, wenn sie der Luft ausgesetzt sind und wenn sie verarbeitet werden.** Hier ist das Frühstück.

Sehen Sie, es gibt nichts, was das Enzym enthält. Enzyme sind für die Gesundheit notwendig. **Enzyme sind nur in Rohkost enthalten. Sobald Sie das Essen verarbeiten oder kochen, verschwinden die Enzyme.** Sie brauchen sie, um Ihr Essen zu verdauen. Wenn Sie alle Enzyme selbst produzieren müssen, um diese Nahrung zu verdauen, dann muss Ihr Körper hart arbeiten und Ihre Energie für den Tag verbrauchen. **Eigentlich wird gesagt, dass die Energie, die benötigt wird, um drei Mahlzeiten pro Tag zu verdauen, die Energie übersteigt, die benötigt wird, um acht Stunden schwere Arbeit an einem Tag zu verrichten.**

Lass uns über das Mittagessen reden. Hier gibt es einen Käseburger, Gurken, Tomaten und Salat. Natürlich hat Brot keine Nährstoffe. Im Fleisch haben Sie viel Fett und Eiweiß und viele potentielle Krankheiten. Sie können E-Coli oder viele andere Krankheiten bekommen, wenn Sie dieses Fleisch essen. Kartoffeln und Salat reichen nicht aus, um Sie wirklich mit Nährstoffen zu versorgen. Und dann natürlich der Käse.

Käse ist nur Kondensmilch. Viele Käsesorten werden aus unpasteurisierter Milch hergestellt; und **das Thiamin im Käse stört das Gleichgewicht des Gehirns**, weil es den Neurotransmitter stört, der Nervenimpulse von einem Nerv zum anderen überträgt. Und dann haben Sie Pommes frites. Sie haben wieder die Kartoffeln, die absolut in Fett gebadet sind mit einer Menge Salz drauf. Sie haben hier also praktisch keine Nährstoffe, außer viel Fett und Eiweiß.

Vielleicht können Sie in einem Fastfood-Restaurant ein paar Pfannkuchen holen. Sie haben immer noch die gleichen Komponenten. Ein wenig Salat und ein wenig Tomaten. Sie haben immer noch Käse und Fleisch, das ist das gleiche Problem. Fleischinspektoren sagen mir, dass alle Hamburger aus 4-D-Fleisch bestehen, also aus Fleisch von toten, sterbenden, kranken oder behinderten Tieren. Denken Sie jedes Mal daran, wenn Sie einen Hamburger essen. Sie können sagen, ich habe ein besseres Mittagessen als das hier. Ich nehme ein Tomaten-Sandwich mit Schinken und vielleicht etwas Käse. Hier ist ein Schinken-Käse-Sandwich. Das Gleiche noch mal. Sie essen Fleisch von einem Aasfresser, der sich von allem ernährt, ob tot oder lebendig. **Wenn Sie etwas essen, das tot ist, muss Ihr Körper die Verwesung dieses toten Dings loswerden.**

Wenn Sie ein Stück Toast haben, es sind fast alle Nährstoffe entfernt worden. Wenn ganze Körner verwendet wurden, kann es 25 Nährstoffe enthalten, aber

diese werden entfernt, um es schöner und süßer zu machen. Also wird es fast zu Zucker im Mund. Sie haben den Käse, wir haben schon darüber gesprochen, Sie haben den Schinken und Sie haben gebratene Zwiebelringe, absolut gefüllt mit Fett und haben fast keinen Nährwert. Zum Hamburger gibt es einen guten Milchshake.

In diesem Milchshake haben Sie Eiscreme; **viele Aromen in der Eiscreme stammen aus Chemikalien, die in Gummi, Farbverdünnern und verschiedenen anderen Schadstoffen verwendet werden;** und außerdem hat er einen hohen Eiweiß- und Fettgehalt. Sie nehmen **eine Limo, ein koffeinhaltiges Getränk** zu Ihren Pfannkuchen. Hier haben wir wieder Koffein, das ein anormales Stimulans ist, und Sie haben Zucker drinnen. Und Sie sagen: *"Ich benutze keinen Zucker, ich benutze NutraSweet oder einen anderen chemischen Ersatz."* Ich werde Ihnen zeigen, dass sie schlimmer sind.

Zum Abendessen gibt es ein Steak. Beachten Sie eine Sache mit dem Steak. Sie sehen das Fett an den Rändern, es ist bei Raumtemperatur fest. Wenn Sie es essen, ist es in Ihrem Körper bei Körpertemperatur fest, was bedeutet, dass es einfach das Innere Ihrer Blutgefäße bedeckt. Es schrumpft Ihre Blutgefäße und verursacht eine koronare Herzkrankheit und hohen Blutdruck. Essen Sie lieber Pflanzenöle wie Olivenöl, weil es bei Raumtemperatur flüssig ist. Es wird auch in Ihrem Körper flüssig bleiben, und Ihr Körper kann damit viel besser umgehen. So kann das Steak **E-Coli** enthalten, es kann auch alle Krankheiten enthalten, die sich im Tier befinden.

Wenn ein Tier geschlachtet wird, wenn es Krebs oder eine andere Krankheit hat, schneiden die Schlachter einfach den kranken Teil im Schlachthof ab und geben Ihnen den Rest zum Essen. Das Blut, das durch diesen krebsartigen Tumor fließt, fließt auch durch den Rest des Tieres. Sie essen dann Krebsblut und andere Krebsgewebe in diesem Tier, sowie jede andere Krankheit, die dieses Tier haben kann.

Sie haben wieder Pommes frites, was das Hauptnahrungsmittel zu sein scheint. Wenn Sie gebackene Kartoffeln haben, wird es sicher besser sein, weil sie nicht das ganze Fett enthalten. Aber diese Menge an Nahrung ist minimal für den täglichen Bedarf. Hier haben wir grüne Bohnen. Es ist nicht schlecht, nur, dass sie gekocht sind. **Wenn Sie Lebensmittel kochen und nicht roh essen, zerstören Sie Enzyme und Sie verlieren auch eine Reihe von Vitaminen.** Damit kann man ein Glas Milch trinken; natürlich haben wir das gleiche Problem mit der Milch. **Kuhmilch ist für Kälber bestimmt. Wir sind das einzige Tier, der Mensch, das die Milch eines anderen Tieres trinkt. Und wir sind das einzige Tier, das nach dem Absetzen Milch trinkt. Also haben Tiere mehr Verstand als wir.**

Sie werden wahrscheinlich sagen: **"Ich esse kein rotes Fleisch. Ich esse Hühnchen."** Das ist laut den Fleischinspektoren noch schlimmer. Stellen Sie sich vor, dass der Fleischinspektor 120 Hühner pro Minute bekommt. In dem Moment, wo er ein Krankes oder eine Krankheit erkennt, ist das Huhn bereits in der Verpackung. Wenn die Hühner so schnell inspektiert werden, werden sie von einem Instrument gesponnen, sie ziehen ihren Darm und das ganze Innere heraus. Und wenn das passiert, breiten sich die Fäkalien im Darm überall auf

dem Vogel und auf dem nächsten Vogel aus. Und so werden sie, wenn sie transportiert werden können, mit Fäkalien bedeckt. Sie müssen sie also in einen sehr großen Wassertank werfen, um diese Verunreinigung loszuwerden.

Diejenigen, die in der Verpackung arbeiten, nennen diesen Fäkalsuppenbehälter, und die Regierung erlaubt den Hühnerzüchtern, den Vogel in diesem Behälter lange genug zu lassen, um 10% seines Gewichts ohne Wasser aufzunehmen, so dass Sie mehr bezahlen werden, wenn Sie zum Lebensmittelgeschäft gehen. Denken Sie nur daran, was er saugt, Kotsuppe, nicht nur seinen eigenen Kot, sondern auch den Kot all dieser anderen Vögel. **Kein Wunder, dass so viele Hühner Salmonellen und andere sehr gefährliche Organismen enthalten.** In der Tat wurde vor kurzem eine Umfrage durchgeführt, bei der sie in Lebensmittelgeschäften Proben von den Hühnern nahmen, die bereits für den Verkauf verpackt waren. Und sie fanden heraus, dass zwei Drittel dieser Hühner Salmonellen im Paket hatten.

Nun, wir haben immer noch die gleichen gekochten grünen Bohnen, ich glaube, das ist unsere Spezialität heute, und wir haben Kartoffeln. Wenn Sie Ihre Kartoffeln pürieren, ist nichts Falsches daran, aber **wenn Sie sie zerquetschen, verlieren Sie mehr Nährwert, weil Sie eine große Fläche oxidieren lassen**, bevor Sie sie essen. Man bekommt mehr Nährstoffe in Bratkartoffeln, dann in Salzkartoffeln und weniger in Kartoffelpüree. Darin enthalten ist natürlich die Soße, die mit Fett eingedickt wurde. **Auch hier gibt es kein rohes Essen.** Heute wird oft ein kleiner Salat als Rohkost hinzugefügt. Wenn Sie diesen Eisbergsalat verwenden, der praktisch keinen Nährwert hat, ist es nur Wasser, Sie haben keine Nährstoffe. Ein wenig Zwiebeln und Tomaten und dann natürlich die Croutons, die überall mit fett bedeckt sind. Hier ist Ihre Ernährung für den Tag, nur Fette und Proteine.

Sie sagen: **"Ich esse kein Huhn, kein Steak oder rotes Fleisch, ich esse Fisch."** Jetzt haben wir den Fisch hier. Natürlich wurde der Fisch mit Butter gebraten, also ist er voller Fett. Aber selbst wenn Sie Fisch gegrillt haben, hat man festgestellt, **dass jedes Mal, wenn Sie frische Lebensmittel grillen, sei es Huhn, rotes Fleisch oder Fisch, es Karzinogene herstellt.** Jede Art des Kochens produziert Karzinogene, was bedeutet, dass sich im Fleisch eine krebserregende Chemikalie bildet. Darüber hinaus werden Fische in der Regel 200km vom Ufer entfernt gefangen und sind alle mit verschmutzten Abwassern und Industrieabfällen kontaminiert, die ins Wasser eingeleitet werden. Hier haben wir wieder das Kartoffelpüree, und wir haben eine dickere Sauce oben drauf, und ein gekochtes Gemüse. Also, wenn Sie versuchen, etwas Nahrung in Ihrem Körper zu haben, um neue gesunde Zellen zu bauen, um die zu ersetzen, die sterben, hat alles, was Sie heute hier gegessen haben, Ihnen fast keine Nährstoffe gebracht. Eigentlich ist es eine große Belastung für den Körper, denn Ihr Körper hat all dies zu verdauen, alle notwendigen Enzyme zu produzieren und dann die Fäulnis-Abfälle loszuwerden, die Sie durch diese Weise von Ernährung selbst bilden.

4- Die Gefahren des Zuckers

Von allen Lebensmitteln, die wir essen, ist Zucker wahrscheinlich eines der schädlichsten. Eigentlich verbrauchen die Amerikaner etwa 15 Milliarden

Kilogramm Zucker. Die Amerikaner sind die größten Zuckerverbraucher der Welt; das sind etwa 60 Kilogramm pro Jahr für jeden Mann, jede Frau und jedes Kind. Das bedeutet, dass Sie alle zweieinhalb Tage ein halbes Kilo Zucker zu sich nehmen. Also, was macht Zucker? **Zucker entfernt die C-Vitamine aus dem Körper, Vitamine aus dem B-Komplex, die Sie zur Beruhigung Ihrer Nerven benötigen.** Vitamin C hilft Ihnen, Infektionen zu widerstehen. **Zucker entfernt auch Zink und Chrom aus Ihrem Körper.** Diese beiden Elemente sind für die Heilung notwendig. Sie sind auch notwendig, um Überhitzung zu bekämpfen und enzymatische Reaktionen im Körper zu fördern.

Wenn Sie zu viel Zucker konsumieren, insbesondere raffinierten Zucker, werden Ihre Zuckerwerte sehr hoch, so dass Ihr Körper schnell eine große Menge Insulin produzieren muss, um den Zucker aufzunehmen. Wenn Ihr Insulin hoch ist, überschreitet es die Grenzwerte. Insulin kümmert sich um den Zucker in Ihrem Körper, aber da es hoch ist, werden Sie hypoglykämisch, weil Sie zu diesem Zeitpunkt nicht genug Zucker haben. Sie haben also einen schwankenden Zyklus. Nun, weil Sie hypoglykämisch sind, will Ihr Körper mehr Zucker, und Sie nehmen immer mehr davon. Von da an steigt Ihr Insulin wieder auf, es verschleißt die Speisekammer und fördert Diabetes, und natürlich gibt es Ihnen alle Symptome von Hypoglykämie, die denen von Angst und Hyperaktivität sehr ähnlich sind: Sie werden schwach sein und Sie werden Zittern haben. Manchmal werden Sie sich verstecken wollen, weil Sie Phobien haben. All dies wird durch Hypoglykämie verursacht.

Seit Jahren wusste man, dass Zucker sehr schädlich sein kann und natürlich süchtig macht. Er macht fast so süchtig wie Kokain, Heroin und dergleichen. So findet man Zucker in fast allem, was man verarbeitet isst. Wenn man sich die Zutaten auf den Schachteln ansieht, ist Zucker meist eine der ersten Zutaten. Sie sagen: "Ich esse braunen Zucker." Brauner Zucker ist nichts anderes als raffinierter Zucker, bei dem die Melassefragmente aus dem weißen Zucker entfernt werden. Es ist immer noch schlecht für Sie. **Was den Honig betrifft, so hat er, auch wenn er natürlicher ist, wenn man ihn in großen Mengen einnimmt, die gleiche Wirkung auf den Körper wie Zucker. Zucker lähmt das Immunsystem. Vier Stunden nach dem Verzehr von Zucker kann Ihr Immunsystem der Krankheit nicht widerstehen.** Wenn Sie also morgens einen Donut oder etwas Süßes essen und dann zum Frühstück einen Milchshake und zum Abendessen einen Nachtisch haben, ist Ihr Immunsystem den ganzen Tag über völlig gelähmt.

Zucker ist antikalorisch, er entzieht dem Körper Vitamin C, B-Komplex, Zink und Chrom; er stört auch den Gehalt an Phosphor, Kalzium im Körper, verursacht Hypoglykämie. Er führt auch zu Krankheiten wie Arthritis und Herzerkrankungen, und er zerstört das Nervensystem, weil es erregt und macht Sie nervös, und er verbraucht Enzyme und erhöht die Blutfettwerte. Wir kennen bereits viele Dinge, die Krankheiten verursachen können. Sie sagen: "Ich esse keinen Zucker, ich esse künstliche Süßstoffe. Ich will keinen Zucker in meinem Körper." Nun, Sie haben NutraSweet oder Sacran. NutraSweet ist Aspartam. Diese Dinger sind nur Chemikalien.

In künstlichen Süßstoffen wie NutraSweet gibt es eine Chemikalie namens Methanol. Methanol war ein Produkt des Methylalkohols in der Badewanne, das verboten wurde und Blindheit verursachte. Mit dem Verbrauch dieser künstlichen Süßstoffe, insbesondere Aspartam, das unter dem Namen NutraSweet vermarktet wird, wurden Fälle von Transien und Dauerblindheit festgestellt. Darüber hinaus wurden deswegen Tausende von Fällen von Grand-Mal-Anfällen, Krämpfen oder epileptischen Anfällen registriert. Aspartam wurde in über sechzehnhundert Lebensmittel eingearbeitet, die Sie konsumieren. Und in einer Reihe von mehr als fünfhundert Menschen mit Nebenwirkungen auf diese Aspartam-Produkte, fast 15% erlitten generalisierte Attacken typisch für Grand Mal.

Wenn Sie ein Lebensmittel aufbereiten, essen Sie auch viel MSG, also Mononatriumglutamat. Glutamat ist eine Aminosäure. Sie sagen: *"Mein Körper braucht Glutamat"*. Aber nicht in diesen hochkonzentrierten Dosen. Sie merken, dass Amerikaner in fast allem, was produziert wird, MSGs essen. Wenn Sie in einem Restaurant essen, oder wenn Sie etwas aus einer Schachtel oder Dose essen, ist es sehr wahrscheinlich, dass es Mononatriumglutamat enthält. Auch wenn kein MSG auf dem Etikett steht, schauen Sie nach so genannten natürlichen Aromen oder hydrolysierten pflanzlichen Proteinen. Beide enthalten häufig MSG. MSG in hohen Dosen und in jeder Dosis ist ein Toxin.

Sie sagen: *"Ich will das nicht essen. Wie kann ich es beseitigen?"* Sie beseitigen es, indem Sie Ihre Nahrung in ihrem natürlichen Zustand essen. Wenn Sie in den Produktbereich Ihres Lebensmittelgeschäfts gehen, können Sie Artikel kaufen, die kein MSG und Aspartam enthalten. Deshalb schlage ich vor, dass Sie so natürlich wie möglich essen. Wenn Sie in Restaurants essen, wenn Sie verpackte Lebensmittel, vorgefertigte Tiefkühlgerichte aus Supermärkten und Ähnliches essen, ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass MSG und Aspartam darin enthalten sind, fast 99%.

Wenn Sie Koffein trinken, ist es auch ein Gift. Es verursacht Hyperaktivität des Nervensystems, ist ein unnatürliches Stimulans, beschleunigt unnatürlich die Reaktionen des Körpers und erhöht die Herzfrequenz, die Sekretion von Magensäuren, die Ihre Chancen auf ein Geschwür erhöhen können. Dies kann zu Schlaflosigkeit führen. ***Kaffee, Koffein verursacht Angst, Reizbarkeit, Entzug, Kopfschmerzen, und das wird Ihren Blutzuckerspiegel anormal erhöhen,*** das ist einer der Gründe, warum Sie sich erleichtert fühlen. Es verursacht Osteoporose und vergrößert Hüftfrakturen. Es gibt auch eine Zunahme von gutartigen Brusttumoren, die auch zu einer Zunahme von bösartigen Brusttumoren führen. ***Es ist nachgewiesen worden, dass Koffein den Blasenkrebs erhöht.***

Wenn Sie ein kleines Glas Wein oder anderen Alkohol zu Ihrer Mahlzeit nehmen, werden Sie auch schwere Dehydrierung Ihres Körpers verursachen. Wenn Sie Alkohol auf Ihre Hände gießen, trocknen er aus. Die gleichen Dinge passieren, wenn Sie Alkohol trinken, er trocknet Ihren Körper aus und Ihr Körper braucht Wasser, damit jede Zelle arbeiten kann. Zudem ***tötet Alkohol auch Leber- und Gehirnzellen.***

Milch verursacht Allergien, Ekzeme und erhöht den Cholesterinspiegel. **Milch ist eine der Hauptursachen für Osteoporose....** Aber virile Osteoporose wird durch einen Mangel an Aktivität - Menschen gehen nicht aus und trainieren nicht regelmäßig - und überschüssiges Protein in der Nahrung verursacht. **Proteine, insbesondere tierische Proteine, sind sehr sauer;** sie verursachen Säure in Ihrem Körper. Damit Ihr Körper diese Säure neutralisieren kann, muss er Kalzium aus Ihren Knochen entfernen. **Je mehr Milch Sie trinken, desto osteoporotischer werden Sie.** Es hat sich gezeigt, dass Milch ein wichtiger Faktor bei der Entwicklung von Typ-1-Diabetes, dem so genannten Jugenddiabetes, ist. In Milchprotein ist es Molke, die das Protein enthält, das wie ein Protein aussieht, das in Ihren Zellen ist, in Ihrer Bauchspeicheldrüse, genannt Inseln von Langerhans-Zellen, das Insulin produziert. Wenn Sie also dieses Protein sowie Milch konsumieren, produziert Ihr Körper Antibiotika gegen dieses gebildete Protein. Aber da das Protein in den Zellen Ihrer Bauchspeicheldrüse diesem anderen Protein sehr ähnlich sieht, fängt Ihr Körper an, diese Zellen zu zerstören, so dass Sie kein Insulin produzieren können. Dies ist eine der Hauptursachen für Jugenddiabetes und in der medizinischen Fachliteratur gut dokumentiert; Diabetes ist so schwerwiegend, dass Sie für den Rest Ihres Lebens Insulin benötigen.

Milch ist ein Faktor bei der Entwicklung von Brustkrebs; sie ist sicherlich ein Faktor bei Herzerkrankungen, da sie hauptsächlich Fett und Eiweiß enthält. Es gibt eine Zunahme der Inzidenz von Leukämie bei den Milchtrinkern, und das liegt wahrscheinlich daran, dass fast 80% der Milchviehherden in Amerika mit dem Rinderleukämievirus infiziert sind. Wussten Sie das? **Wenn Sie also Milch trinken, kann die Leukämie der Kuh auf den Menschen übertragen werden.** Es gibt einen Zusammenhang zwischen Milch und viel Sklerose, der Lou-Gehrig-Krankheit, die die amyotrophe Lateralsklerose ist, der Crohn-Krankheit des Dickdarms, einer Colitis-Krankheit und natürlich dem Rinderwahnsinn, der beim Menschen Creutzfeldt-Jacob-Krankheit genannt wird, und es ist praktisch dasselbe wie die Alzheimer-Krankheit. **Milch ist mit allen Arten von Kolitis, weiblicher Unfruchtbarkeit und Lernschwierigkeiten verbunden.**

Sie haben Limonaden, sie enthalten alle Koffein. Dann haben Sie Weißbrot, wo sie alle Nährstoffe aus dem Weizen entfernen, dann fügen Sie einige Vitamine und Mineralien und dann nennen sie es gestärkt. Es baut keine gesunden Zellen auf. Sie machen das gleiche mit Reis; sie nehmen Bio-Braunreis, entfernen die gesamte äußere Beschichtung vom Reis, um stattdessen weißen Reis zu haben. MSG und Aspartam werden als Exzitotoxine bezeichnet. Eigentlich gibt es ein Buch namens *Excitotoxins: The Taste That Kills*, geschrieben von Dr. Russell Blaylock, in Buchläden verfügbar. Diese Exzitotoxine verursachen Kopfschmerzen, epileptische Anfälle, Hirntumore, Alzheimer; sie tragen zur Lou-Gehrig-Krankheit, zur amyotrophen Lateralsklerose, zur Parkinson-Krankheit, zur Huntington-Krankheit bei und stören das endokrine System. So, wenn Sie Hypothyreose oder Hyperthyreose haben, überprüfen Sie, ob diese Sachen ein Teil dieses Problems sind. Zusätzlich verursachen diese Exzitotoxine, MSG und Aspartam, die die Marke NutraSweet sind, Schwierigkeiten in der embryonalen und neurologischen Entwicklung. Also, wenn Sie schwanger sind, ist es besser, natürlich zu essen.

Sie könnten sagen, es ist nicht schlimm, wir nehmen Medikamente. **Die Medikamente** haben alle Nebenwirkungen. Antihypertensive Medikamente wie Reserpine, Aldomet und Catapres verursachen Depressionen und Delirium. Antikonvulsiva wie Dilantin, Tegretol und Chloroquin verursachen Depressionen, Delirium, Desorientierung, Halluzinationen... und viele andere Probleme. Entzündungshemmende Medikamente wie Indoxen und Naproxen können Depressionen und Verwirrung, Paranoia, Delirium, Halluzinationen verursachen. Und viele von ihnen haben toxische Auswirkungen auf die Leber, einige von ihnen sind giftig für die Nieren. Und natürlich verursachen Steroide wie Prednison Depressionen, Angstzustände, Osteoporose und viele andere Symptome.

Auch **Antibiotika** haben viele Nebenwirkungen, und sie heilen die Krankheit nicht wirklich, denn ihre Aufgabe ist es zu töten. Wenn man sie benutzt, töten sie bestimmte Bakterien ab. Sie sind nicht sehr wirksam. Wenn Sie sie nehmen, töten sie das gute Bakterium in Ihrem Kolon und so sind Sie gegen Sachen wie Candida, chronisches Ermüdungssyndrom, fibromyalgia usw. empfindlich, weil Sie jene guten Bakterien im Kolon benötigen, um zu helfen, Ihre Nahrung zu verdauen und assimilieren. **Die Medikamente haben alle Nebenwirkungen, sie sind alle auf die eine oder andere Weise schädlich. Wenn Sie ein Medikament nehmen, können Sie die Symptome der Krankheit, die Sie angreifen, lindern; aber Medikamente heilen die Krankheit nie, sie verändern nur die Form oder den Ort der Krankheit.** In der Tat, auch mit Antibiotika hat jeder Arzt oder Krankenschwester Patienten sterben sehen, denen Dosen des entsprechenden Antibiotikums verabreicht wurden.

Wenn Sie sich erholen, ist es nicht das Antibiotikum oder irgendein anderes Medikament, das Sie heilt; es gibt nur ein System in Ihrem Körper, das Sie vor allen Krankheiten heilen und schützen kann, und **das ist Ihr Immunsystem.** Wenn Sie Medikamente in Ihrem Körper einnehmen, hat jedes Medikament eine negative Auswirkung auf Ihr Immunsystem. **Was wir wirklich tun müssen, ist, unsere schlechten Gewohnheiten aufzugeben, gut zu essen und die Medikamente in unserem Leben loszuwerden, damit unser Körper lernen kann, sich selbst zu heilen.** Wenn Sie irgendwelche Medikamente einnehmen, hören Sie damit nicht plötzlich auf. Tun Sie es Schritt für Schritt und unter der Kontrolle eines sachkundigen Gesundheitspraktikers. Aber Sie müssen alle Medikamente loswerden, und nachdem Sie diese Nachricht gelesen haben, werden Sie sehen, dass Sie sich ohne Medikamente gut fühlen können.

5- Versteckte Gefahr

Wir tun jeden Tag eine Reihe von Dingen ohne überhaupt darüber nachzudenken; Dinge, die so routinemäßig sind und uns nicht einmal in den Sinn kommen. **Wenn wir Leitungswasser trinken, enthält es Chlor. Chlor ist ein giftiges Gas.** Die Regierung sagt uns, dass wir zu unserer Sicherheit Chlor im Wasser haben müssen. Doch viele Städte auf der ganzen Welt reinigen Wasser mit einer Ozonbehandlung, die eine harmlose Substanz ist, es ist eine Form von Sauerstoff, aber sie fügen Chlor hinzu, nachdem der Sauerstoff seine Arbeit getan hat. **Fluorid ist auch im Wasser enthalten.**

Die Regierung praktiziert eine Massenbehandlung der Bevölkerung. Man sagt uns, es sei notwendig, Karies zu verhindern, aber darüber gibt es eine Menge Kontroversen.

Eigentlich ist Fluorid ein Gift; es ist ein Nebenprodukt der Aluminiumproduktion und wird in Rattengift verwendet. Es verursacht auch mysteriöse Knochenerkrankungen, vorzeitige Hautalterung und ist sehr umstritten, ob es wirklich Karies verhindert. Abgesehen davon hat der Kongress vor kurzem ein Gesetz geschaffen, wonach Warnungen über fluoridhaltige Zahnpasta gegeben werden müssen, weil ***einige kleine Kinder starben, weil sie die Zahnpasta nach dem Zähneputzen verschluckt haben, und einige starben oder wurden in Zahnarztpraxen schwer krank, nachdem sie das Fluorid verschluckt hatten, das ihnen während einer speziellen Behandlung in den Mund gesteckt wurde.*** Es hat auch Auswirkungen auf das Gehirn. In der Tat gibt es einen Artikel in der Zeitschrift 'Brain Research' (1998), der zeigt, dass ein Teil pro Million Fluorid Alzheimer verursachen kann, und das ist die Menge, die normalerweise in unserem Wasser vorhanden ist.

Es gibt gute Dinge für unsere Gesundheit, die wir nicht regelmäßig tun: Wir treiben nicht genug Sport; wir bekommen nicht genug Sauerstoff aus der frischen Luft; wir gehen nicht jeden Tag in die Sonne - Ärzte sagen uns, dass wir uns von der Sonne fernhalten sollen, aber es ist gut für die Gesundheit, wenn man es auf die richtige Weise tut -; wir schlafen nicht genug zur richtigen Zeit; wir trinken nicht genug Wasser; wir sind sehr gestresst und scheiden deshalb Abfallstoffe nicht gut aus.

Sport hat eine Reihe von Vorteilen. Es erhöht die Durchblutung; den Sauerstoff im ganzen Körper; es verbessert die Darmperistaltik, also hilft es Ihnen, Abfall zu beseitigen; es erhöht Ihre Körpermuskeln, so dass Ihre Muskeln Fett verbrennen können; es erhöht die Fähigkeit des Körpers, Stress zu widerstehen; es hilft, Giftstoffe zu beseitigen; es reduziert Ihr Cholesterin; es verringert Ihr Gewicht, Ihren Blutdruck, Ihre Ruheherzfrequenz und die Liste wird länger. Und doch sind die Menschen Fernsehsüchtige, sie sitzen Tag für Tag vor dem Fernseher, anstatt sich an die frische Luft zu setzen und Übungen zu machen.

Wasser ist eine weitere Komponente. Jeder trinkt koffeinhaltige Getränke, entweder Kaffee oder Soda. Wasser ist nach Sauerstoff der zweitwichtigste Nährstoff im Körper. Wir können nur wenige Minuten ohne Sauerstoff und nur wenige Tage ohne Wasser leben. ***Wasser senkt den Blutdruck, senkt die Angst, senkt Allergien und Asthma,*** und wir werden genau darüber reden, wie es passiert. Es reduziert arthritische Schmerzen, indem es den Knorpel im Gelenk rehydriert. Es reduziert Rücken- und Nackenschmerzen, indem es die kleine Bandscheibe zwischen den Wirbeln rehydriert. **Es kann Geschwüre heilen;** denn wenn Sie genügend Wasser im Körper haben, können Sie genügend Schleim produzieren, um die Magenschleimhaut zu schützen, so dass die Salzsäure in Ihrem Magen nicht durch diesen Schleim in die Magenschleimhaut gelangt. Wasser kann den Cholesterinspiegel senken und Wasser reduziert Kopfschmerzen und andere Schmerzen, einschließlich Migräne.

Sonnenlicht ist extrem wichtig. Es senkt Ihren Blutdruck. Es kann den Cholesterinspiegel senken, weil es Ihr Cholesterin in Vitamin D verwandelt, wenn die Sonne auf Ihre Haut trifft. **Die Sonne stärkt das Immunsystem, tötet Bakterien, beruhigt das Nervensystem.** Wenn Sie in der Sonne einschlafen, wenn Sie sich hinlegen, senkt es den Blutzucker, indem es die Fähigkeit des Körpers erhöht, Glukose in die Zelle einzuführen und aufzunehmen. Es ist eigentlich wie ein natürliches Insulin. Und Sonnenlicht erhöht den Sauerstoff im Blut und wird vom Körpergewebe genutzt, es verringert die Ruheherzfrequenz und erhöht die Stresstoleranz.

Sauerstoff ist so wichtig, weil sich Krebs in einer Umgebung mit hohem Sauerstoffgehalt nicht entwickeln kann. Und wenn Sie mehr Sauerstoff in Ihren Körper bringen, verdrängen Sie Kohlendioxid, das ein Abfall ist, den Sie loswerden wollen. Und natürlich tötet Sauerstoff Bakterien und Viren. So sind frische Luft und Sonnenlicht sehr wichtig, zusammen helfen sie, die Rate des Krebswachstums zu verringern, auch niedrigeren Blutdruck zu haben, wie wir erwähnten. Die Menschen setzen all dies nicht in die Praxis um, auch nicht das Schlafen. Sie schlafen manchmal tagsüber statt nachts. Wir sollten kurz nach Sonnenuntergang einschlafen und bei Sonnenaufgang aufwachen. Der Körper kann nur heilen, wenn Sie schlafen; denn wenn Sie wach sind, verbrauchen Sie Energie, aber wenn Sie schlafen, werden die Heilungshormone von Ihrem Körper produziert und Ihr Körper kann sich selbst reparieren und regenerieren.

Körper und Geist werden ohne ausreichenden Schlaf krank: Eigentlich ist bewiesen worden, wenn Sie vor Mitternacht schlafen, die Stunden des Schlafes vor Mitternacht sind doppelt so wichtig und wirksam wie die Stunden nach Mitternacht. Wenn Sie also bis Mitternacht oder 1 Uhr morgens wach bleiben, haben Sie die doppelte Schlafzeit verloren. Je mehr Sie bei Sonnenuntergang schlafen, desto mehr sind der Rhythmus Ihres Körpers und Ihre Biorhythmen im Einklang mit der Natur und das treibt Sie an, feste Zeitpläne zu wollen, zu derselben Stunde ins Bett zu gehen, zu derselben Stunde aufzustehen, Ihre Mahlzeiten zu derselben Stunde einzunehmen...weil diese Art von regelmäßigem Zeitplan die Regenerationsfähigkeit Ihres Körpers verbessert. Ihre Hormone, die Ihnen helfen, Ihre Nahrung zu verdauen, die Ihnen in allen Reaktionen des Körpers helfen, kommen zu regelmäßigen Zeiten an, wenn Sie regelmäßige Zeitpläne haben. Andernfalls wird alles chaotisch und Ihr Körper wird so verwirrt sein, dass Sie mit einem chemischen Ungleichgewicht enden werden; und dann wird Ihnen der Arzt Medikamente geben, um zu versuchen, dieses chemische Ungleichgewicht zu korrigieren. Jedoch sind Medikamente gerade Chemikalien, die in Ihren Körper kommen und Sie unausgeglichener machen.

Stress ist ein wichtiger Faktor bei der Depression des Immunsystems: Wenn Sie gestresst sind, gibt Ihr Körper alle möglichen Hormone ab. Sie werden als "Kampf- oder Fluchthormone" bezeichnet. Das ist die Art von Reaktion, die man bekommt, wenn man von einem Löwen oder Bären gejagt wird. Diese große Energiewelle tritt auf, wenn Sie vor jemandem weglaufen, der Sie verfolgt. Aber wenn Sie im Büro oder zu Hause sind, haben Sie einen großen Erguss der gleichen Hormone und doch sitzen Sie nur. Es hat also eine extrem zerstörerische Wirkung auf Ihren Körper. Da Sie nicht versuchen, sie zu

evakuieren, indem Sie hart arbeiten oder trainieren; so haben Sie ständig diese chronische Stressreaktion in Ihrem Körper. Dieses stoppt Peristaltik in Ihrem Darm, also können Sie Ihren Abfall nicht beseitigen, so lässt es Ihren Magen mehr Säure absondern, die das Risiko des Geschwürs erhöht und den Körper dehydriert; Stress ist sehr dehydrierend. Und natürlich ist Dehydrierung, zu wenig Wasser zu trinken, auch stressig für den Körper. So betreten Sie diesen Kreis der Dehydrierung und mehr Stress.

Eines der Dinge, die Sie tun können und die nur wenige Menschen regelmäßig tun, wenn sie erwachsen werden, ist zu lachen. Kinder lachen 400 Mal am Tag. Erwachsene lachen durchschnittlich nur 25 Mal am Tag. Was passiert mit den anderen 375? **Lachen senkt den Blutdruck, stimuliert das Immunsystem, beruhigt das Nervensystem, entspannt Magen und Darm, und in der Tat ist es einer der größten Erbauer des Immunsystems.** Die Bibel sagt sogar, dass *ein glückliches Herz ein gutes Heilmittel ist.* Sprüche 17:22. Eines der wichtigsten Dinge in Ihrem Körper, woran Sie nicht immer denken, ist die Abfallentsorgung. Die meisten Krankheiten, eigentlich, fast alle Krankheiten werden durch eine Kombination von 3 Faktoren verursacht: **Unterernährung, Dehydrierung und Stress.**

Unterernährung: Nicht, weil Sie nicht genug Kalorien essen, sondern weil Sie nicht genug Vitamine, Mineralien und Enzyme essen. Fett, Eiweiß und Zucker machen den Großteil dessen aus, was Sie essen. Wenn Sie gekochtes Essen, zu viel Fett, zu viel Eiweiß essen, sind Ihre Eingeweide mit verarbeitetem Material bedeckt. Sie haben also eine ungenügende Entsorgung. Wenn ein Baby geboren wird, hat es ein ausgezeichnetes Entsorgungssystem. **Das Baby würde innerhalb von 30 Minuten nach jeder Mahlzeit auf die Toilette. So sollen wir auch Erwachsene sein.** Aber wir haben den Ruf der Natur abgelehnt, wir trinken nicht genug Wasser, wir essen die falsche Nahrung und unser Darmtrakt wird sehr langsam. So leiden wir an Unterernährung, weil wir die falsche Nahrung im Übermaß essen und nicht die richtige Nahrung.

Dehydrierung: Wir trinken nicht genug Wasser, sondern Koffein. Koffein ist ein Diuretikum; es dehydriert Ihren Körper mehr als es hilft, den Körper mit Wasser zu versorgen. Also, **Je mehr koffeinhaltige Getränke Sie trinken, desto dehydrierter werden Sie. Wenn Sie dehydriert sind, kann Ihr Abfall nicht gut in Ihrem Dünndarm ungefähr 10m lang zirkulieren, um Ihren Körper zu verlassen, und dies ist eine der Ursachen der Verstopfung.**

Stress: Jeder ist gestresst, geht zur und von der Arbeit... Alle arbeiten zu hart auf der Arbeit, zu Hause! Wenn das passiert, ist Ihr Magen in einem Knoten, Ihr Darm ist kontrahiert, die Peristaltik stoppt, und all diese Stresshormone werden in Ihrem Körper produziert - all diese Dinge unterdrücken das Immunsystem und Ihre Ausscheidung leidet schrecklich. **Wenn Sie verstopft sind, kann Ihr Abfall Ihren Körper nicht verlassen und Sie nehmen diese Toxine wieder auf.** Sie sagen: "Warum sagt mir das mein Arzt nicht?" Ein Artikel in der Zeitung "The British Medical Journal" von 1991 trägt den Titel "**Wo ist die Weisheit?**". Dieser Artikel zeigt, dass nur 15% aller Behandlungen und Interventionen, die Ärzte bei Patienten durchführen, durch

gute wissenschaftliche Studien unterstützt werden; 85% sind einfach *"gut; ich werde es tun, naja, mein Professor sagte mir das, oder die Bücher sagen das...."*. Wir haben gelernt, nur eine Reihe von Symptomen zu diagnostizieren und ein Medikament zu geben, um diese Symptome zu maskieren; Sie können sehen, warum es Ihnen mit diesem Ansatz nie wirklich gut gehen wird.

6- Herzkrankheit

Nach Angaben der American Medical Association und der Regierung sind Herzkrankheiten die häufigste Todesursache. Es gibt Angina, die nur Herzschmerzen ist, Herzinfarkt genannt Myokardinfarkt, koronare Herzkrankheit, die einfach bedeutet, dass Ihre Koronararterien, die Arterien in Ihrem Herzen, mit Fett und Protein als Fett gespeichert gefüllt sind. Arteriosklerose bedeutet auch das Gleiche, nur dass sie sich auf die Arterien im ganzen Körper bezieht. Dann sind vorübergehende ischämische Attacken wie viele Schlaganfälle, bei denen Blut an einem der Gefäße im Gehirn abgeschnitten werden kann, was oft der Vorläufer eines echten Schlaganfalls ist. Dann gibt es Bluthochdruck, das ist hoher Blutdruck. Was hat das alles gemeinsam? Sie sind alle auf eine Verengung der Arterien zurückzuführen. Wenn Sie zu Ihrem Arzt gehen, gibt er Ihnen manchmal Medikamente, um zu versuchen, Ihre Arterien zu öffnen, so dass Sie die Schmerzen der Angina nicht spüren, was bedeutet, dass Ihr Herz nicht genug Blut pumpt. Wenn Sie einen Herzinfarkt haben, wird er Ihnen manchmal Medikamente geben, um die Leistung Ihres Herzens zu erhöhen. Und wenn Sie eine koronare Herzkrankheit haben, wird häufig eine Bypass-Operation der Koronararterie vorgeschlagen. Lass uns darüber nachdenken. Ist die Angina durch Nitroglyzerinmangel verursacht? Nein, natürlich nicht. Nitroglyzerin hat Nebenwirkungen. Alle diese Medikamente haben Nebenwirkungen.

Wird die koronare Herzkrankheit durch das Fehlen einer koronaren Bypass-Operation verursacht? Nein. Und wenn sie einen aortokoronaren Bypass machen, bei dem sie die Venen aus Ihrem Bein oder einem Gefäß in Ihrer Brust entfernen und die Arterien, die in Ihrem Herzen blockiert sind, umgehen, wer sagt Ihnen, dass Sie das nicht mehr durchmachen werden. In der Tat haben einige Menschen Bypass-Operation eine nach der anderen, und geben etwa 40 bis 60 Tausend Dollar aus. Wenn Sie einen Schlaganfall haben, dann ist es, weil Sie nicht genug Blut in Ihrem Gehirn bekommen, weil die Gefäße zu eng sind. Bluthochdruck wird nicht durch einen Mangel an Medikamenten gegen Bluthochdruck verursacht.

Lassen Sie uns darüber reden, was das alles gemeinsam hat. Wenn Sie Fett und Zucker essen, was als Fett und zu viel Eiweiß in der Nahrung gespeichert ist, - übrigens der durchschnittliche Amerikaner isst 125 Gramm Eiweiß pro Tag - alles, was jeder Erwachsene wirklich braucht, ein Erwachsener mit durchschnittlicher Größe, ist etwa 40 Gramm Eiweiß. Wenn Sie all dieses zusätzliche Protein essen, wird es als Fett gespeichert. Sie haben also all diese Fette im Blut und das macht es dicker. Sie trinken nicht genug Wasser und es macht auch das Blut dicker. Und dieses Fett baut sich an den Wänden Ihrer Arterien auf, wodurch die Wände dicker werden und die Öffnung Ihrer Blutgefäße kleiner wird. Also muss Ihr Herz härter pumpen, um das fette, dicke Blut durch eine kleinere Öffnung zu bekommen. Was glauben Sie, was

das verursacht? Es erhöht den Druck in Ihren Arterien und verursacht hohen Blutdruck. Darüber hinaus verursacht es eine Abnahme der Blutmenge und damit der Sauerstoffmenge, die in die Herzmuskulatur eindringt, was zu einem Herzinfarkt führen kann. Es kann auch zum Verlangsamen des Blutflusses und zu einem Gerinnsel in Ihrem Gehirn führen, was einen Schlaganfall verursachen wird.

Sie sehen also, es ist nicht sehr schwer zu verstehen, was diese Probleme verursacht. Eigentlich wissen alle Ärzte, dass eine Änderung in der Ernährung und im Lebensstil Herzkrankheiten verhindern oder heilen wird. Es gibt große Programme in den großen medizinischen Fakultäten, um diese Art von Krankheit vorzubeugen. Sie lassen Sie ein Programm von Trainings machen, setzen Sie auf eine bessere Diät, senken Ihren Blutzucker, verringern die Menge des Fleisches, das Sie essen und tatsächlich geht es vielen Leuten besser. Aber sie sagen, es funktioniert nicht bei einer anderen Krankheit. Nun, wir werden heute herausfinden, dass es bei vielen anderen Krankheiten funktioniert. Ich möchte Ihnen einen Brief, den ich kürzlich bekommen habe, zeigen, in dem steht: *"Dringender Rückzug des Produkts."* Es gibt eine Broschüre über ein Medikament namens Pazacur, ein Antihypertensivum und ein Anti-Anginalmittel. Sie haben es vom Markt zurückgezogen, weil seine Nebenwirkungen so schädlich sind. Es gibt viele andere Medikamente auf dem Markt, die die Menschen hier und da nehmen, die zu viele Nebenwirkungen haben.

Hier ist ein Artikel aus der medizinischen Fakultät der University of California in San Francisco, der zeigt, dass es Programme ohne Medikamente gibt, nur Bewegung, eine Änderung in der Ernährung und im allgemeinen Lebensstil werden Herzkrankheiten heilen. Hier ist ein weiterer Brief von einem Arzt in diesem Land, der zeigt, **dass Wut einen Anstieg des Blutdrucks und Herzerkrankungen verursacht. Wut verursacht eine Verengung der Arterien, so dass weniger Blut in Ihr Gehirn und Herz gelangt. Wut verursacht die Produktion vieler Hormone, die Ihr Immunsystem schädigen.** Und eigentlich hat die American Medical Association in Artikeln von 1995 und 1998 ausgesagt, dass eine Änderung in der Ernährung und im Lebensstil alle diese Krankheiten wirksam verhindern kann.

Ich habe kürzlich ein Video mit dem Titel *"Sie können es nicht besser als Gott."* gemacht, in dem ich meine 85-jährige Mutter interviewt habe. Sie hatte eine schwere Autoimmunerkrankung namens Pseudopolyarthritus rhizomelic. Ich setzte sie auf die gleiche Diät, die ich benutzt hatte, um Krebs zu heilen, und sie war in der Lage, die vier hohen Blutdruckmedikationen loszuwerden, die sie 35 Jahre lang genommen hatte. **Sie wurde es in drei Wochen los,** indem sie diesem Diät- und Lebensstiländerungsplan folgte, der darin besteht, **Fett, überschüssiges Protein, Zucker aus ihrem Körper zu entfernen, viel Wasser zu trinken, gutes Essen mit viel Rohkost zu essen, sich auszuruhen, zu trainieren, frische Luft und die Sonne zu bekommen.** All diese Dinge scheinen sehr einfach zu sein.

Ärzte sagen, wir brauchen Medikamente, aber **Medikamente heilen keine Krankheiten.** Eigentlich haben alle Medikamente Nebenwirkungen. Wenn wir

uns die Physicians' Desk Reference ansehen, die ein riesiges Buch ist, groß und sehr klein geschrieben, sind alle Nebenwirkungen der Medikamente dort. Es wird von Pharmaunternehmen hergestellt. Sie werden feststellen, dass es kein einziges Medikament in diesem ganzen Buch gibt, die keine Nebenwirkungen hat. Einige von ihnen sind so schlimm, dass sie den Tod verursachen. Jetzt warum würden Sie an einem Medikament sterben wollen, das Sie nehmen, das vermutlich eine viel gefährlichere Nebenwirkung hat, als der Effekt, den die Krankheit in Ihrem Körper verursachen kann?

Die koronare Herzkrankheit wird nicht durch eine unzureichende Bypass-Operation verursacht; sie wird durch überschüssiges Fett und Cholesterin verursacht, und Cholesterin ist in tierischen Produkten enthalten. Cholesterin ist nicht in pflanzlichen Produkten enthalten. **Herzerkrankungen werden durch überschüssiges Eiweiß in Fleisch, Geflügel, Fisch, Milchprodukten und Eiern verursacht, da dieses überschüssige Eiweiß als Fett gespeichert wird.** Es erhöht den Spiegel Ihres Triglycerids, das das Maß für das Fett in Ihrem Blut ist.

Zucker wird als Fett gespeichert und hat die gleichen Probleme. Aspartam, das NutraSweet ist, verursacht anormale Herzfrequenz, Kurzatmigkeit, Brustschmerzen und Bluthochdruck. Koffein kann eine Arrhythmie oder eine unregelmäßige Herzfrequenz verursachen. Bewegungsmangel trägt natürlich zu Herzerkrankungen bei, weil Sie kein Fett abtransportieren, zirkuliert Sauerstoff nicht in Ihren Muskeln, auch nicht in Ihrem Herzmuskel. Fluorid führt zur Verkalkung der Arterien und Dehydrierung zur Verdickung des Blutes. Und dann, wenn Sie nicht genügend Nahrung, genug gutes rohes frisches Obst und Gemüse konsumieren, haben Sie nicht genügend Antioxidantien in Ihrem Körper, die die Durchblutung fördern und in Ihrem Körper Giftstoffe, Abfälle zerstören, die durch die täglichen Reaktionen in Ihrem Körper produziert werden. Außerdem ist es kein Geheimnis; **Sie können Ihre Herzkrankheit loswerden.** Sie benötigen keinen koronaren Bypass.... **Die einzige Möglichkeit, eine langfristige Lösung zu finden, besteht darin, die Art und Weise, wie Sie essen und leben, zu ändern** und Stress abzubauen.

Stress ist eine der häufigsten Todesursachen in Amerika. **Und wenn Sie einen Groll oder Zorn haben oder wenn Sie bei der Arbeit oder zu Hause so gestresst sind oder was auch immer Sie tun, verursacht all dies eine Zunahme des Blutfetts, Verengung der Arterien und trägt zu Ihrer Prädisposition für Herzerkrankungen bei.** Man kann nicht wirklich von Herzkrankheiten geheilt werden, es sei denn, man ändert seinen Lebensstil. Sie können eine Bypass-Operation nach der anderen durchführen lassen, aber es wird nicht funktionieren. Sie werden sich nur dann wirklich besser fühlen, wenn Sie Ihre Ernährung ändern.

7- Krebs

Es gibt viele Arten von Krebs. Wir in der Ärzteschaft unterteilen sie in verschiedene Kategorien und Typen. Krebs umfasst die Hodgkin-Krankheit und Leukämie, die nichts anderes als Blutkrebs ist, nur an einem anderen Organ. Das Multiple Myelom betrifft Knochen und andere Gewebe im ganzen Körper. Malignes Melanom (es ist ein Krebs, der in der Haut zu beginnen scheint, aber

wirklich eine tödliche Krankheit sein kann, es ist anders als normaler Hautkrebs). Es gibt Krebs des Gehirns, der Brust, der Prostata, des Magens, des Dickdarms, der Leber, der Bauchspeicheldrüse, vieler verschiedener Organe, sogar AIDS ist eine Form von Krebs. Doch ein Krebs ist ein Krebs - obwohl wir alle diese unterschiedlichen Bezeichnungen haben, **werden alle Krebsarten durch die Unterdrückung des Immunsystems verursacht. Krebs ist eine Mangelkrankheit.**

Wissen Sie, in den Jahren 1500, als Matrosen während der Kreuzzüge und anderer Aktivitäten auf Schiffe gingen, starben viele von ihnen. Eigentlich hatten sie sich eine schreckliche Krankheit zugezogen, die das Land verwüstet hatte, und ihnen wurden Medikamente gegeben, die sie damals hatten, aber diese Matrosen waren in großer Zahl gestorben. Schließlich beschloss jemand, Limette auf das Boot zu bringen. Und die Matrosen aßen die Limetten, weil sie wirklich an einer Krankheit litten, die mit einem Mangel an Vitamin C, Skorbut, zusammenhing. Als die Matrosen die Limetten aßen, starben sie nicht, sie blieben gesund. Und deshalb haben die englischen Matrosen den Namen Limeys bekommen. Es dauerte etwa 200 oder 250 Jahre, bis der Rest der Ärzteschaft dies erkannte und feststellte, dass es sich um eine Mangelkrankheit handelte. Krebs wird durch die gleichen drei Dinge verursacht, über die wir vorhin gesprochen haben: **Unterernährung**, weil Sie sich nicht gut ernähren, **Austrocknung**, da der Körper mit Wasser arbeitet. Wir verbrauchen nicht genug Wasser und dann **stressen** wir. **Wenn Sie diese 3 Dinge zusammenfassen, werden Sie sehen, dass diese die eigentlichen Ursachen nicht nur für Krebs, sondern für alle Krankheiten sind.**

Ich interessierte mich mehr für Krebs, weil ich diese Krankheit hatte. Krebs ist wahrscheinlich die am meisten gefürchtete Krankheit, die dem Menschen bekannt ist, und wahrscheinlich das am meisten gefürchtete Wort in der englischen Sprache. Ich hatte Krebs im Endstadium. Zuerst hatte ich eine kleine Masse. Ich hatte eine Biopsie und es war ein invasives Adenokarzinom, Brustkrebs. Diese Biopsie fand in einer der großen medizinischen Universitäten statt, in einem Krankenhaus mit einer großen Krebsstation. Dies wurde von Pathologen als invasives duktales Adenokarzinom der Brust dokumentiert. Der Ball war sehr groß auf meiner Brust. Nachdem sie den Ball entfernt hatten, fanden sie heraus, dass sie während des Eingriffs keine klaren Ränder bekommen konnten, mit anderen Worten, der Krebs hatte sich bereits in meinen Brustwandmuskel ausgebreitet; er war noch nicht im Knopf unter meinem Arm. Also hatte ich eine weitere Operation, bei der sie versuchten, einen kleineren Schnitt zu machen und den Krebs zu beseitigen, aber sie konnten es nicht tun, er hatte sich zu sehr ausgebreitet.

Ich änderte meine Diät drastisch, aber ich hatte nicht die anderen Faktoren in meinem Leben, einschließlich Stress adressiert, und ich wusste nicht den Wert des guten Wasserverbrauchs. Aber ich änderte meine Ernährung und wandte mich Obst, Getreide und Gemüse zu. Ich habe Zucker, Koffein und all die anderen schlechten Dinge aus meiner Ernährung entfernt. Aber mein Tumor kam zurück... Ich hatte die erste Entfernung, aber der Tumor wuchs zurück. Er war etwa so groß wie eine Murmel. Er blieb diese Größe für einige Monate, während ich versuchte, einige Sachen zu tun, um ihn loszuwerden; weil ich

keine Chemotherapie oder Strahlentherapie annehmen musste, weil Chemotherapie und Strahlung Ihr Immunsystem zerstören, was eigentlich das ist, was Sie brauchen, um heilen zu können. Plötzlich, über einen Zeitraum von etwa 3 Wochen, wuchs dieser Tumor auf die Größe einer großen Traubenfrucht an, und er war kurz davor, auf meiner Brust zu platzen. Er war riesig! Und es wurde sehr schmerzhaft. Und ich wusste nicht, was ich tun sollte, weil **ich beschlossen hatte, keine Chemotherapie oder Bestrahlung zu akzeptieren.**

Schließlich gelang es mir, einen Chirurgen zu finden, der etwas von diesem Tumor entfernen wollte, weil er auf meiner Brust platzen würde und ich keine offene Wunde auf meiner Brust haben wollte. Damals hatte ich Lymphknoten unter dem Arm und über dem Schlüsselbein. Die Knoten unter meinem Arm waren irgendwo so groß wie eine Walnuss, und ich hatte große Schmerzen. Alle Schmerzmittel, die ich nahm, linderten die Schmerzen nicht. Also fand ich einen Chirurgen, der dachte, er würde mir einen Gefallen tun, eine palliative Operation durchzuführen, indem er einen Teil des Tumors entfernen sollte, und er tat es **und schickte mich dann nach Hause, um zu sterben.** Damals hatte ich noch viele Tumore in der Zentralregion, einen Tumor im Brustwandmuskel und einen Tumor im Lymphknoten. Ich weigerte mich, Lymphknoten entfernen zu lassen, weil die Lymphknoten Teil Ihres Immunsystems sind.

Also kam ich nach Hause zurück und folgte einem Plan.... **Ich fing an, viel Wasser zu trinken, ebenso wie Karottensaft und grünen Gemüsesaft, und die ganze natürliche Nahrung; tatsächlich waren 75% meiner Nahrung roh, und ich lernte, den Stress aus meinem Leben zu nehmen.** Es ist wichtig, dass Sie Gott Ihre Probleme übergeben. Ich habe mit Meditation und Visualisierung eine sehr schlechte Erfahrung gehabt. Und ich erkannte, dass nur der Herr Jesus Christus den Stress aus unserem Leben nehmen kann. So begann ich viel Zeit damit, die Bibel zu studieren und zu beten, was mir half, den Stress meines Lebens zu lindern.

Als ich es tat, war der Krebs innerhalb von 8 Monaten komplett verschwunden. Ich hatte viele schwierige Momente in dieser Zeit... Ich hatte einige Höhen und Tiefen, viel Angst, viel Depression, ich hatte alle möglichen Symptome.... Und ich fühlte mich so schlecht, dass man irgendwann nicht mehr erwartete, dass ich die ganze Nacht überleben könnte. Ich konnte weder essen noch trinken. Also kann ich Ihnen sagen, dass dieser Plan funktioniert. Ich war dem Tod so nahe, dass man nicht erwartete, dass ich überleben würde, aber ich lebe und bin gesund und krebsfrei. Wie gesagt, brauchte ich 8 Monate, um den Krebs ganz ohne Chemotherapie, ohne Strahlentherapie, ohne Mastektomie loszuwerden.

Krebs ist keine unheilbare Krankheit.... **Denken Sie daran, dass wir über Kopfschmerzen gesprochen haben, die nicht durch einen Aspirinmangel verursacht werden. Gehen wir noch einen Schritt weiter. Krebs ist weder durch Chemotherapie-Mangel, noch durch Strahlenmangel verursacht.** Eigentlich **zerstören Chemotherapie und Strahlung das Immunsystem, das System, das Sie brauchen, um sich zu erholen. Chemotherapie und Strahlentherapie verursachen Krebs.**

Uns wurde gesagt, dass die Ursache von Krebs unbekannt ist, aber es ist nicht wahr. Die American Medical Association veröffentlichte einen Artikel in ihrem Journal, in dem sie sagte, dass 65% der Krebserkrankungen durch eine Ernährungsumstellung verhindert werden können. Ich sage, es sind 99%.

Aber sie geben zumindest mit 65% zu. **Wenn 65% der Krebserkrankungen durch eine Ernährungsumstellung verhindert werden können, was ist dann die Ursache von Krebs? Es ist die falsche Ernährung.** Nun, sie geben das irgendwie zu, außer dass sie sagen, wenn man Krebs hat, kann man nichts dagegen tun, außer Chemotherapie und Bestrahlung, und Entfernung der Organe. Lassen Sie mich Ihnen sagen, dass Krebs nicht durch ein Übermaß an Organen verursacht wird. Warum entnehmen wir dann immer wieder die Organe? Was wir wirklich tun müssen, ist zu verstehen, dass wir Krebs verhindern können, und selbst wenn Sie ihn haben, kann man ihn heilen. Sie müssen nicht das einzige System zerstören, das Sie haben, um gesund sein zu können.

Krebs kann sich in Ihrem Körper nur dann bilden, wenn Ihr Immunsystem bereits stark unterdrückt ist. Wir alle haben jeden Tag Krebszellen in unserem Körper; es ist nur, dass, wenn unser Immunsystem richtig funktioniert, sie Krebszellen zerstören. Aber **wenn das Immunsystem nicht richtig funktioniert, weil wir zu viel Zucker, zu viel Fett, zu viel Protein und zu viele Chemikalien und andere Dinge essen**, dann kann es keine Krebszellen zerstören. So können sie sich ansammeln und einen Tumor bilden. Dann kann der Arzt eine Diagnose stellen, und Ihnen eine Behandlung anbieten, die tatsächlich Krebs verursacht. Wenn Frauen sich für Mammographien entscheiden, Mammographien sind Strahlung. Ihre Ärzte und Zahnärzte werden Ihnen sagen: **"Machen Sie nicht zu viele Röntgenbilder, sie verursachen Krebs."** Aber sie sagen: **"Sie brauchen Röntgenstrahlen, um zu sehen, ob Sie Krebs haben. Und dann, wenn Sie Krebs haben, müssen wir Ihnen große Dosen von dem geben, was wir Ihnen sagen, dass es Krebs verursacht."** Das ergibt keinen Sinn. Wir wurden einer Gehirnwäsche unterzogen, um das zu glauben. Schauen wir uns einige der Medikamente an, die zur Behandlung von Krebs eingesetzt werden.

8- Chemotherapie und Strahlentherapie

8.1- Chemotherapie

Chemotherapie ist das chemische Produkt, das zur Behandlung benutzt wird: Chemikalie, "Chemo", Therapie, "Behandlung". Hier sind einige der Chemikalien, die üblicherweise zur Behandlung von Krebs benutzt werden: Chemotherapeutika. Viele Menschen wissen nicht, dass Anti-Östrogene wie Arimidex und Tamoxifen auch Chemotherapie sind. Sie denken, sie gehören zu einer anderen Gruppe. Aber alle haben Nebenwirkungen. Eigentlich befindet sich dieses Buch namens *The Physicians' Desk Reference* in jeder Arztpraxis. Es enthält viele Nebenwirkungen der Medikamente. Es ist ein Buch im Kleingedruckten und jeder Arzt besitzt eines, aber oft sagen sie Ihnen nicht alle Nebenwirkungen dieser Medikamente. Lassen Sie mich ein paar davon durchgehen.

Cytoxan ist eines der ältesten. Es war Stickstoffsenf, eines der ersten Chemotherapeutika. Stickstoffsenf wurde im Zweiten Weltkrieg verwendet, um unsere Feinde zu töten. Am Ende des Krieges fragten sie sich, was sie mit diesem Produkt machen würden, und beschlossen dann, es den Krebspatienten zu geben, weil sie dachten, sie könnten den Krebs töten, ohne den Patienten zu töten. Aber dieses Medikament macht seine Arbeit sehr gut; es tötet viele Menschen. Cytoxan verursacht mehrere Arten von Krebs. Chemotherapie verursacht Krebs. Es verursacht eine hämorrhagische Myokarditis, die um das Herz herum blutet. Es verursacht hämorrhagische Kolitis, Blutungen im Dickdarm und Blutungen in der Gebärmutter des Harnsystems, Lungenfibrose; es sorgt dafür, dass die Lungen erodieren. Und natürlich verursacht es auch Übelkeit, Erbrechen und Haarausfall.

Methotrexat hat eine starke Warnung in der PDR (Physicians' Desk Reference), die hinweist, dass seine toxischen Reaktionen tödlich sein können. Todesfälle sind während der Behandlung von Malignität aufgezeichnet worden. Es wird auch bei Psoriasis und rheumatoider Arthritis verwendet; dennoch ist es ein tödliches Medikament. Es verursacht Krebs bei Tieren, verursacht Geschwüre im Mund, in der Speiseröhre und im Magen, kann sogar eine Lähmung einer Körperseite, Krämpfe und Nierenversagen verursachen.

Anti-Östrogene: Anti-Östrogen-Medikamente, die Ärzte im Allgemeinen nicht als Chemotherapie einstufen, sind **Arimidex**, die den Blutdruck erhöhen, Krämpfe, Angst, Blutgerinnsel, vaginale Blutungen, Parästhesien verursachen, bei denen Sie Taubheit in den Fingerspitzen, Brustschmerzen, Kurzatmigkeit und Erbrechen haben. Ein weiteres sehr bekanntes ist **Tamoxifen**, mit der Marke **Novadex**. Ärzte verweisen manchmal Menschen, die nicht einmal Brustkrebs haben, auf Tamoxifen, nur weil sie eine Familiengeschichte haben. Tamoxifen verursacht Gebärmutterkrebs, Leberkrebs, erhöhte Knochen- und Tumorschmerzen, Depressionen, Eierstockzyste, Blutgerinnsel in der Lunge, Katarakt und Retinopathie mit der Netzhaut des Auges.

8.2- Strahlentherapie

Die Strahlung verbrennt alles auf ihrem Weg. Wenn das Immunsystem stark geschädigt ist, hat es große Schwierigkeiten, sich zu erholen. Wenn die Menschen jedoch diese Behandlung durchlaufen haben, können sie manchmal ihre Ernährung radikal ändern und sich erholen. Aber Sie müssen wirklich versuchen, aus dem Loch herauszukommen, wenn Sie diese Behandlungen hatten. Also sagen Sie: *"Warum nicht den Krebs abschneiden, ist das nicht ein Weg, ihn loszuwerden?"* Lassen Sie mich Sie folgendes fragen: Wenn Ihr Kind Windpocken hat und sehr krank ist, werden Sie in ein Geschäft gehen, um Medikamente zu kaufen, um zu versuchen, alle diese Windpocken zu verbrennen, oder werden Sie zu einem Chirurgen gehen und ihn bitten, alle diese Windpockenflecken von der Haut Ihres Kindes zu entfernen, damit das Kind Windpocken loswird? Nein, natürlich nicht. Sie können sie entfernen, aber das Kind wird immer noch Windpocken haben, da die Pockenflecken auf der Haut nur eine lokale Manifestation einer systemischen Erkrankung sind. Das ist es, was Krebs ist. Krebs ist nur eine lokale Manifestation einer systemischen Erkrankung. Sie sind krank, weil Ihr Immunsystem nicht richtig funktioniert.

Wenn Sie also nur den Krebs entfernen, sollten Sie wissen, dass alle Faktoren, die den Krebs zuerst gefördert haben, immer noch in Ihrem Körper vorhanden sind. Ihr Krebs kann entweder an den gleichen Ort oder an einen anderen Ort zurückkehren, oder Sie werden eine andere schwere Krankheit haben, es sei denn, Sie ändern alle diese Faktoren.

Nun, warum nicht die Lymphknoten entfernen? Laut Ärzten müssen Sie Lymphknoten im Falle einer Gefahr entfernen lassen. Wenn Sie eine Fußinfektion hatten und sich dort geschwollene Drüsen in der Leiste entwickelten, würden Sie zum Chirurgen gehen und ihm sagen, dass er diese Drüsen entfernen soll, weil sie an der Infektion beteiligt sind? Natürlich nicht, denn diese Drüsen, diese Lymphknoten in der Leiste helfen, die Ausbreitung von Infektionen zu verhindern. Es ist dasselbe, was Ihre Lymphknoten mit Krebs machen. Ihre Lymphknoten sind Teil Ihres Immunsystems. **Wenn sie Krebs haben, dann weil sie ihren Job machen. Sie verhindern, dass sich Krebs anderswo ausbreitet. Wenn Sie also zum Chirurgen gehen, um diese Lymphknoten zu entfernen, werden Sie die kleinen Polizisten abschießen, die an der Tür stehen, um die Ausbreitung des Krebses zu verhindern.** Dann gibt es Chemotherapie oder Bestrahlung, die das Immunsystem zerstören, und dann hat der Krebs keine Barriere mehr, er kann sich überall ausbreiten. Also, sehen Sie, das ist nicht der Weg, um Krebs zu besiegen. Sie müssen Ihren Körper mit der Nahrung ernähren, die er braucht.

9- Ursachen von Krebs

Die Leute sagen: *"Ich habe Krebs, weil ich ihn geerbt habe. Meine Mutter hatte Krebs, vielleicht Brustkrebs, ihre Mutter hatte Brustkrebs."* Lassen Sie mich Ihnen eine Frage stellen: Wenn Sie eine fette Frau die Straße hinuntergehen sehen, übergewichtig, mit einem großen Kind auf jeder Seite, das ihre Hände hält, denken Sie, dass diese Kinder ihr Gewicht wegen eines genetischen Problems entwickelt haben? Unwahrscheinlich. Die Mutter ernährt sich selbst und die Mutter ernährt ihre Kinder. Wir können diese Muster sicherlich in unserem Leben erben, aber nur sehr wenige Krebsarten werden tatsächlich vererbt. **Was wir von unseren Eltern bekommen, ist, wie wir uns selbst ernähren und mit Stress umgehen können.** Durch ihre Handlungen zeigen uns unsere Eltern, wie man mit Stress umgeht, und das ist vielleicht nicht der richtige Weg. Also, wenn Ihre Mutter Brustkrebs hat oder Ihre Mutter Krebs hat, oder es gibt Krebs in Ihrer Familiengeschichte, lernen Sie von Ihrer Mutter und Großmutter, wie Sie essen sollen, und im Allgemeinen ist nicht alles gut. Wir sind die Ursachen der Krankheiten und deshalb, weil wir unwissend sind, wir verstehen nicht, dass alles, was wir essen, uns gesund oder krank macht.

Alles, was wir tun, ob wir trainieren oder nicht, ob wir an die Sonne gehen oder an die frische Luft gehen, hat einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit. Wenn wir uns also diese Krankheiten einfangen, müssen wir Verantwortung übernehmen. Wir müssen lernen, wie wir die Krankheit loswerden und andere Krankheiten verhindern können. Sie werden selten vererbt. Wir sind die Handwerker unseres eigenen Unglücks.... Wir gehen zu den Lebensmittelgeschäften und nehmen die Dinge, die Krebs verursachen, mit nach Hause und essen sie und haben auch Stress in Krebs, und dies wird durch

unsere Routine verursacht. **Wie gesagt, man kann keinen Krebs haben, es sei denn, das Immunsystem ist stark geschwächt. Sie müssen also lernen, Ihr Immunsystem auf natürliche Weise aufzubauen.**

Nun, schauen wir uns die Ursachen von Krebs an. Das sind:

Medikamente, die Sie einnehmen, können Krebs verursachen. Wenn Sie in diesem großen roten Buch schauen, das ich Ihnen gerade zeigte, sehen Sie, dass viele Antihypertensiva und sogar einige Medikationen, die für Angst und Depression verschrieben werden, Krebs wirklich verursachen können. Einige Medikamente gegen Bluthochdruck verursachen auch Krebs. Östrogen-Therapie, Östrogen-Ersatz-Therapie kann Krebs verursachen. Es kann eine Zunahme des Brustkrebses verursachen, kann Gebärmutterkrebs und alle Arten von Krebs in Ihrem Körper verursachen.

Fluorid: Es scheint einen Zusammenhang zwischen Fluorid und Krebs zu geben, so auch Dr. John Yiamouyiannis, der ein Buch mit dem Titel "*Fluorid, der Alterungsfaktor*" geschrieben hat.

Aspartam: NutraSweet ist mit Tumoren, insbesondere Hirntumoren, krebserregend assoziiert.

Fleisch: Tiere haben Krankheiten, die wir uns beim Verzehr von Fleisch zuziehen können. Jedes Mal, wenn wir Geflügel, Fleisch oder Fisch kochen, produzieren sie Karzinogene. Milchviehherden sind mit dem Rinderleukämievirus und dem Rinder-AIDS-Virus infiziert.

Milch: ist mit dem Rinderleukämievirus infiziert, und tatsächlich zeigte eine Studie aus dem Jahr 1980 einen Anstieg der menschlichen Leukämie in Gebieten mit hohen Konzentrationen von Rinderleukämie in Milchviehbeständen.

Zucker: immobilisiert das Immunsystem für 4 Stunden nach dem Verzehr. Ihre weißen Blutkörperchen können der Krankheit nicht widerstehen.

Koffein und Alkohol: sind Dehydrierer und werden mit Brustkrebs in Verbindung gebracht.

Konservierungsstoffe: sind in allen verpackten Lebensmitteln, Dosen und Schachteln enthalten; und einige von ihnen verursachen tatsächlich Krebs.

Lebensmittelfarben: bekannt als krebserregend. Dieses neue falsche Fett, Olestra, entfernt fettlösliche Vitamine aus Ihrem Körper - Sie brauchen diese Vitamine, um einen gesunden Körper zu haben und Krebs zu verhindern.

Verarbeitete Lebensmittel: Weißer Reis, Weißbrot, alle Chemikalien und Nährstoffmangel in verarbeiteten Lebensmitteln, all diese Dinge tragen dazu bei, den Körper krank zu machen.

Silikongel: In die Brust implantiert, hat sich als schädlich für das Immunsystem erwiesen. Ich empfehle Ihnen dringend, Silikongel-Implantate von Ihren Brüsten entfernen zu lassen, wenn Sie diese haben. Es gibt verschiedene Fälle von Frauen, die schwere Autoimmunerkrankungen hatten... es sieht so aus, als hätten sie dieses Silikongel in ihren Körper implantiert.

Rauchen: Rauchen erzeugt Narben, Sie wissen, es gibt einen Zusammenhang zwischen Rauchen und Lungenkrebs, es gibt auch einen Zusammenhang zwischen Rauchen und Gebärmutterkrebs sowie Mund-, Speiseröhren-, Blasen-, Nieren- und Bauchspeicheldrüsenkrebs.

Mangel an Sonnenlicht: Sonnenlicht verringert tatsächlich die Größe der internen Krebstumoren.

Mangel an frischer Luft und Bewegung: Krebs entsteht in einer sauerstoffarmen Umgebung.

Chemotherapeutika gegen Krebs: verursachen auch Krebs. Und wenn diese Mittel nicht wirken, können sie eine **Knochenmarktransplantation** bei Ihnen durchführen. So wird Ihr gesamtes Immunsystem zerstört werden, das, was Sie brauchen, um sich zu heilen können. Darüber hinaus, **wenn Sie eine Organtransplantation, wie eine Niere oder Leber haben, erhalten Sie die gleichen Chemotherapeutika, um Ihr Immunsystem zu beseitigen, so dass es die Transplantation nicht abstößt.**

Wie Sie sehen können, was Sie wirklich tun müssen, um gesund zu sein und Krebs zu verhindern, ist, Ihren Körper gut zu ernähren, Ihren Körper gut zu hydratisieren, indem Sie viel Wasser trinken, weil bewiesen worden ist, dass Dehydratisierung einer der Hauptfaktoren ist, die Krebs verursachen, und tatsächlich könnte ich nicht besser werden, bis ich anfang, viel Wasser zu trinken. **Ich sage, dass ein durchschnittlicher Mensch mindestens 10 Gläser pro Tag braucht,** nur um die täglichen Wasserverluste zu ersetzen. Ich war es nicht gewohnt, mein ganzes Leben lang Wasser zu trinken. Ich trank Kaffee und koffeinhaltige Getränke. So entdeckte ich, dass ich mit meinem Wasserverbrauch 18 Jahre im Rückstand war.

10- Autoimmunkrankheiten

Die nächste Kategorie sind Autoimmunerkrankungen. Wir werden sie wie in der Medizin einordnen: rheumatoide Arthritis, systemischer Lupus erythematoses, Sklerodermie, Polymyositis, Dermatomyositis und dann rheumatoide Arthritis. All dies hängt mit Gelenk- und Gewebeproblemen zusammen. So kann der Arzt Ihnen sagen, dass Ihr Immunsystem zu stark ist, aber das ist unmöglich, sonst wäre es zu gesund - wenn Sie zu gesund sind, sind Sie so gesund wie Sie sein können. Und wenn Ihr Immunsystem richtig funktioniert, wird es Sie nicht krank machen. Wenn Sie an einer dieser Krankheiten leiden, bedeutet das, dass Ihr Immunsystem nicht richtig funktioniert und wegen einiger der Dinge, über die wir gesprochen haben, erstickt ist... Diese Krankheiten sind in Wirklichkeit Ernährungsmängel: Nicht genügend nötige Nahrung; zu viel unnötige Nahrung; schlechte Ausscheidung; nicht genügend Wasserverbrauch. **Ich kenne viele Patienten, die von rheumatoider Arthritis geheilt wurden. Viele im Rollstuhl konnten sich von ihren Rollstühlen trennen und erholen.** Wenn Sie eine schwere permanente Gelenkstörung haben, sage ich Ihnen nicht, dass Sie aufstehen werden, um zu tanzen, aber ich kann Ihnen sagen, dass Sie das Fortschreiten der Krankheit stoppen und Veränderungen rückgängig machen können, die nicht dauerhaft sind.

Meine Mutter, wie ich Ihnen bereits sagte, im Alter von 85 Jahren, hatte diese schwere Autoimmunerkrankung namens Polymyalgia Rheumatica **und sie erholte sich in 6 Monaten ohne Medikamente**, nur durch die Einhaltung der Diät, worüber wir später diskutieren werden, **wie man praktisch alle Krankheiten heilt**. Ich interviewte sie auf dieser Aufnahme "You can't do better than God". Sie werden sehen, dass sie anfangs nicht sehr glücklich war, ihre Ernährung zu ändern. Aber jetzt ist sie geheilt. Sie war furchtbar krank, unfähig zu essen und sich anzuziehen und hatte große Schmerzen. Aber ihre Triglyzeride, die das Maß des Fettes im Blut sind, verringerten sich um 400 Punkte in 4 Monaten. Ihr Cholesterinspiegel ist von 280 auf 120 gesunken. So kommen wir auf das Gleiche zurück und stellen fest, dass **diese Autoimmunerkrankungen wirklich durch Unterernährung, Austrocknung und Stress verursacht werden**. Wir werden auch sehen, dass Zucker das Immunsystem erstickt und Gelenkschmerzen verursachen kann; Wassermangel - Austrocknung durch Koffein und Alkohol kann auch Gelenkschmerzen verursachen.

Fluorid verringert die Fähigkeit des Immunsystems, Sie vor Krankheiten zu schützen. Silikonimplantate scheinen mit Autoimmunerkrankungen und Immunsuppression assoziiert zu sein. Arthritis wurde in der medizinischen Literatur als Folge einer nährstoffarmen Ernährung nachgewiesen. **Alkohol, Aspirin und der in Fleisch und Milchprodukten enthaltene gesättigte Fette produzieren Prostaglandin E2, das das Immunsystem unterdrückt. Erfrischungsgetränke sind reich an Phosphaten, die das Mineralgleichgewicht des Körpers verändern. Bewegungsmangel kann auch Steifheit in den Gelenken verursachen und den Körper nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgen.** Es ist kein Geheimnis, dass Menschen krank werden! Bei Autoimmunerkrankungen ist es genauso wie bei Krebs und Herzerkrankungen. Wir sind für diese Krankheiten verantwortlich. **Die Medikamente heilen nie eine Krankheit**, sie ändern nur den Ort der Krankheit, indem sie Nebenwirkungen verursachen.

11- Neurologische Erkrankungen

Dies sind Erkrankungen des neurologischen Systems: Parkinson-Krankheit, (Sie können das entwickeln, was wir als Brusttremor, Zittern und Kopfschmerzen, nennen...) Die Huntington-Krankheit ist der Parkinson-Krankheit sehr ähnlich. Amyotrophe Lateralsklerose, auch bekannt als Lou-Gehrig-Krankheit, bei der das Nervensystem, beginnend im unteren Teil des Körpers, betroffen ist und schließlich die Lunge und den Hals erreicht, kann zum Tod führen und gilt daher als 100% tödlich. Multiple Sklerose ist eine Muskelkrankheit, denken Sie nur daran; alle diese Krankheiten haben seltsame Namen, 'multiple', was einfach mehrere bedeutet und 'Sklerose', was harte Teile bedeutet; Sie haben nur viele harte Teile in den Muskeln. Sie sagen Ihnen nicht, was die Krankheit verursacht. **Alzheimer-Krankheit ist eigentlich Demenz**, aber sie trägt den Namen der Person, die diese Art von Demenz zuerst beschrieben hat. Und wieder sind diese Titel nur lateinische Begriffe, um die Symptome zu beschreiben. Und dann sind Anfälle auch Teil dieser neurologischen Anomalien... Alle Medikamente zur Behandlung dieser Krankheiten haben sehr zerstörerische Nebenwirkungen. **Es gibt ein**

Medikament, das einen Selbstmordversuch als eine seiner Nebenwirkungen hat. Diese Medikamente heilen diese Krankheiten nicht, sie machen sie sogar noch schlimmer. Sie sind kurzfristig erleichtert, weil einige Ihrer Symptome für eine langfristige Katastrophe zurückgegangen sind.

12- Probleme der Frauen

Das sind Probleme, mit denen viele Frauen konfrontiert sind:

Fibrozystische Brustkrankheit wird durch den Verzehr von Koffein in der Nahrung verschlimmert. Es ist nicht nur in Kaffee und koffeinhaltigem Soda enthalten, **sondern es gibt auch eine ähnliche Komponente in Tee und Schokolade.** All diese Dinge müssen also beseitigt werden. Fibrozystische Brustkrebserkrankung wird auch durch eine fettreiche Ernährung verschlimmert. Jeder Tumor, ob gutartig oder bösartig, ist abnormal. Durch die Wiederherstellung des Gleichgewichts Ihres Körpers durch die richtige Ernährung, den richtigen Lebensstil, kann Ihr Körper diese Tumore loswerden.

Hitzewallungen im Zusammenhang mit der Menopause: Ich hatte schreckliche Hitzewallungen. Ich versuchte mehrmals, meine Östrogen-Ersatztherapie loszuwerden, aber ich hatte Hitzewallungen, die ich nicht ertragen konnte. Aber als ich herausfand, dass ich Brustkrebs hatte, wusste ich, dass ich diese Östrogene sofort stoppen musste, und ich hatte Angst davor, was mit mir passieren würde, wenn ich mit der Östrogene aufhören würde. **Aber sobald ich meine Diät auf eine völlig vegane Diät umgestellt habe: Kein Fleisch, keine Milchprodukte, keine Eier, kein Geflügel und kein Fisch, ich hatte nie wieder eine Hitzewallung.** Und natürlich müssen Sie viel Wasser trinken. Aber Sie würden sagen: "Ich will keine Osteoporose und mein Arzt sagt, ich muss Östrogen nehmen." Osteoporose wird nicht durch Östrogenmangel verursacht. Wie bereits erwähnt, **wird Osteoporose durch einen Mangel an Aktivität und einen Überschuss an Eiweiß in der Nahrung verursacht, insbesondere durch einen Überschuss an tierischem Eiweiß.**

Wenn Sie also weniger als 40g Protein pro Tag essen, werden Sie keine Osteoporose bekommen. Sie müssen auch Medikamente wie Kortison, das Osteoporose verursacht, sowie das Rauchen und Koffein eliminieren. So müssen Sie diese Faktoren korrigieren, indem Sie Training machen und die notwendige Menge des Proteins in der Diät erhalten. Sie sollten nicht weiter Kalzium einnehmen, da Osteoporose kein Kalziummangel ist. Was passiert, wie gesagt, ist, dass, wenn man zu viel Protein isst und zu viel Milch trinkt, der Körper sehr sauer wird und Kalzium aus den Knochen entfernen muss, um die Säure zu neutralisieren. Osteoporose ist auf einen Mangel an richtigen Nährstoffen zurückzuführen und Sie müssen überschüssige schlechte Nahrung in Ihrer Ernährung loswerden.

Unfruchtbarkeit kann mit dem Gesamtplan korrigiert werden, über den wir sprechen werden. Männliche und weibliche Mäuse, die zu Beginn ihres Lebens MSG ausgesetzt waren, leiden laut Laborversuchen tatsächlich an Unfruchtbarkeit. Es gibt Beweise und Hinweise darauf, dass **Fluorid,**

insbesondere Fluorid in Wasser und Zahnpasta, zu Unfruchtbarkeit und einem Mangel an Antioxidantien beiträgt. Sie sollten in der Nahrung sein, die Sie essen; nicht unbedingt in Nahrungsergänzungsmitteln, weil sie nicht natürlich sind.

Übelkeit der Schwangerschaft wird hauptsächlich durch Dehydrierung verursacht. Wenn eine Frau schwanger wird, muss ihr Körper eine gute Menge Wasser aus ihren Zellen entnehmen, um das gesamte Fruchtwasser für das Baby zu bilden. Wenn Sie dehydriert sind, kann Ihnen übel werden. Wenn Sie planen, schwanger zu werden, stellen Sie sicher, dass Sie viel Wasser trinken, dass Sie Ihren Körper gut mit Flüssigkeit versorgen und dass Sie sich gut ernähren. Und dann das prämenstruelle Syndrom. Eigentlich können Sie geheilt werden, indem Sie das Gleichgewicht Ihres Körpers wiederherstellen - indem Sie den Stress Ihres Lebens abbauen, viel Wasser trinken, Sport treiben und ganz natürlich essen... **Diese Krankheiten werden nie durch Medikamente gelöst.**

13- Arthritis

Es scheint, dass jeder Mensch unter Gelenk-, Rücken- oder Nackenschmerzen leidet. Arthrose ist etwas anders als rheumatoide Arthritis. Zumindest klassifizieren wir Ärzte es anders, aber all dies wird durch die gleichen Faktoren verursacht. **Arthrose, Rückenschmerzen und Nackenschmerzen sind hauptsächlich auf Inaktivität, schlechte Ernährung und unzureichendes Wasser zurückzuführen. Wasser wird benötigt, um Synovialflüssigkeit zu produzieren, eine spezielle Art von Flüssigkeit, die der Körper produziert, um die Gelenkflächen zu nähren.** Wenn die Gelenkflächen zu trocken werden, verschleiben sie und können Rücken- und Nackenschmerzen verursachen. Aber Sie können sie rehydrieren, wenn sie nicht zu schlecht sind. **Ischias** ist ein Schmerz im Gesäß und am Bein, der meist durch einen **Bandscheibenvorfall** verursacht wird, weil die Bandscheiben, die nicht genügend Wasser bekommen und durch richtige Bewegung nicht ausreichend ernährt werden, dehydriert sind. Ich hatte ernsthafte Bandscheibenprobleme, bevor mir klar wurde, dass ich Wasser brauchte.

Ich ließ sie vor einigen Jahren operieren und dann kamen die Schmerzen zurück. Und als ich umzog und mich in einem wärmeren Klima befand, und ich nicht genug Wasser trank, wurden meine Schmerzen schlimmer. Aber sobald ich anfing, viel Wasser zu trinken, konnte ich nach ein paar Monaten die Bandscheiben rehydrieren. Die Bandscheiben waren wieder geschwollen und hatten keinen Druck mehr auf die Vene ausgeübt. **Wenn Frauen altern, nimmt ihre Größe ab. Das liegt daran, dass ihre Bandscheiben zwischen ihren Wirbeln kollabieren. Aber Sie können diese Bandscheiben rehydrieren und ihre Größe und Ihre Fähigkeit, sich zu bewegen und schmerzfrei zu sein, erhöhen.** Sie können diese Bandscheibe auch aus dem Durchgang entfernen, indem Sie sie rehydrieren und pumpen, damit sie nicht gegen die Vene drückt.

Zucker verursacht auch Gelenkschmerzen; er unterdrückt das Immunsystem, er ist sehr dehydrierend und Sie brauchen Wasser, um

Ihre Gelenkflächen zu nähren. Koffein und Alkohol dehydrieren den Körper sowie Bewegungsmangel; Ihre Gelenke werden steif, wenn Sie sie nicht bewegen. Nährstoffmangel kann auch diese Krankheiten verursachen. Sie müssen sich gut ernähren. Und das Sonnenlicht gibt Ihnen Vitamin D, das Ihre Knochen stark macht. Kortison und Entzündungshemmer werden diese Dinge immer noch verschlimmern, denn obwohl sie die Symptome zunächst verdecken, verursachen sie später schwerwiegendere Probleme. Was Sie tun müssen, ist das gleiche alte Lied: **Sich gut ernähren, Sport treiben und Stress abbauen.** Und wir zeigen Ihnen später wie Sie diesen Gesamtplan erhalten.

14- Diabetes und Hypoglykämie

Es gibt immer mehr Hinweise darauf, dass der **Beginn des Typ-I-Diabetes, des juvenilen Diabetes, mit der Verwendung von Kuhmilch und anderen Milchprodukten bei sehr kleinen Kindern verbunden ist.** Selbst wenn Sie Ihr ganzes Leben lang Insulin verwenden, wird es das Fortschreiten der Krankheit nicht stoppen. Es ist eine Erkrankung der Blutgefäße und diejenigen, die darunter leiden, können blind werden; sie können schreckliche Geschwüre an ihren Füßen haben und dadurch ihre Füße oder Beine verlieren. Wir müssen jeglichen Zucker eliminieren, weil Zucker den Diabetes verschlimmert. Wir müssen alle Excitotoxine, MSG und Aspartam und alle Chemikalien aus verarbeiteten Lebensmitteln entfernen. Rauchen verschlimmert Diabetes aller Art. Wir müssen uns für eine Ernährung entscheiden, die reich an Vitaminen, Mineralien und Enzymen ist..... Das Wichtigste ist, jugendlichen Diabetes vorzubeugen, indem man sich gesund ernährt **und Kuhmilch aus allen Diäten entfernt.**

Typ-II-Diabetes kann mit einer gesunden Ernährung leicht beseitigt werden. Selbst Ihr Arzt wird Ihnen sagen, dass, wenn Sie Obst, Getreide und Gemüse mit einer fettarmen Ernährung essen und wenn Sie Zucker beseitigen und Bewegung machen, können Sie Typ-II-Diabetes beseitigen. Dies ist sehr wichtig, weil die Medikamente, die sie Ihnen zur Behandlung von Typ-II-Diabetes oder Erwachsenen-Diabetes verschreiben, eins von ihnen ist Glucotrol, auch Glipizid genannt, die mit einer besonderen Warnung kommt. Sie sagt, dass die kardiovaskuläre Mortalität zunimmt, was einen Herzinfarkt bedeutet. Es kann Sie töten und verursacht auch Übelkeit, Durchfall, Gelbsucht, Anämie, reduziert die Anzahl der weißen Blutkörperchen und Blutplättchen, die mit Gerinnung, Schwindel, Kopfschmerzen und Schläfrigkeit verbunden sind. Ein weiteres häufig verwendetes Medikament ist Glucophage, das fast die gleichen Nebenwirkungen hat, einschließlich eines erhöhten Risikos der kardiovaskulären Mortalität. Also, was Sie tun müssen, ist eine gute Diät zu haben, das gleiche Lied.

Hypoglykämie wird durch überschüssigen raffinierten Zucker verursacht. Wenn Sie ihn verzehren, ist es eine Anregung, als ob Sie eine Dosis des Kokains genommen hätten und Ihr Insulin erhöht sich. Wenn Ihr Insulin all diesen Zucker verbraucht, werden Sie hypoglykämisch, zerschmetterlich, nervös und reizbar... Wenn wir also Sport treiben, wenn wir gut essen, wenn wir Obst, Getreide und Gemüse essen und Fett, Eiweiß und Zucker aus unserer

Ernährung entfernen, und wenn wir viel Wasser trinken, können wir Typ-II-Diabetes loswerden und Typ-I-Diabetes und Hypoglykämie verhindern.

15- Kopfschmerzen, Chronisches Müdigkeitssyndrom, Grippe und Erkältungen

15.1- Kopfschmerzen

Wie Migräne werden sie nicht durch einen Aspirinmangel verursacht. Kopfschmerzen werden durch Exzitotoxine, MSG und Aspartam, Milchallergien, schlechte Ausscheidung durch Dehydrierung von Koffein und Alkohol **und zu wenig Rohkost**, Dehydrierung auch durch unzureichende Wasseraufnahme verursacht. Und auch Stress trägt dazu bei. Tatsächlich ist Stress sehr dehydrierend... Wenn Sie sich also ausgewogen ernähren, wenn Sie Obst, Getreide und Gemüse essen, können Sie diese Probleme beseitigen.

15.2- Chronisches Müdigkeitssyndrom

Fast jeder leidet darunter. Dies wird durch Schlafstörungen verursacht, die durch Stress, Wassermangel und schlechte Ernährung über einen längeren Zeitraum verursacht werden. Zucker fördert die Entwicklung von Candida im Darm und trägt zum chronischen Müdigkeitssyndrom bei. Es ist ein Pilz, der in Ihrem Darm wachsen kann und in Ihren Blutkreislauf eindringen kann. Diese Candida wird durch den Einsatz von Verhütungspillen oder Östrogenen sowie durch den Einsatz von Steroiden, Kortison und Antibiotika verstärkt, da **Antibiotika die guten Bakterien im Dickdarm eliminieren**. So kann sich Candida vermehren, in die Blutbahn gelangen und zum chronischen Müdigkeitssyndrom beitragen. Sie wird auch durch schlechte Ausscheidung, Austrocknung, Bewegungsmangel und Nährstoffmangel verursacht. Wie ich bereits gesagt habe, ist es bewiesen worden, dass der Mangel an Vitaminen und Mineralstoffen, überschüssiges Fett und Protein und Schlafstörungen die Ursache für das chronische Müdigkeitssyndrom sind und dass, **wenn Sie einen gesunden Menschen nehmen und absichtlich seinen Schlaf für drei Nächte stören, er Symptome haben kann, die durch Fibromyalgie hervorgerufen werden**, die sich durch Schmerzen und Unbehagen in den Muskeln manchmal in den Gelenken und ein Gefühl von Müdigkeit und Schwäche manifestiert.

15.3- Die Grippe und Erkältungen

Wir können auch die Grippe und Erkältungen in diese Gruppe aufnehmen, da sie alle aus der Unterdrückung des Immunsystems resultieren. **Wenn Ihr Immunsystem richtig funktioniert, bekommen Sie weder die Grippe noch die Erkältung**. Eine Studie wurde einmal durchgeführt, in der sie einige Freiwillige auswählten und das kalte Virus in ihre Nasen und Füße in kaltes Wasser steckten und dann kalte Kleidung anzogen. Und nur etwa 15% der Menschen erkrankten an Erkältungen, weil sie sehen wollten, wie gut ihr Immunsystem zum Zeitpunkt der Aussetzung funktionierte. Manchmal können Sie der Person nahe sein, die die Erkältung hat, und Sie werden angesteckt und manchmal ist es das Gegenteil. Alles, was wir tun müssen, ist, unser Immunsystem funktionsfähig zu halten, indem wir es richtig füttern, indem wir

all die guten natürlichen Dinge tun, über die wir gesprochen haben, und wir können all diese Probleme beseitigen.

16- Allergien, Asthma und Bronchitis

Wenn der Körper dehydriert ist, wird ein Wasserregulierungsmechanismus ausgelöst. Der Körper produziert Histamin, den Wasserregulator Nummer eins, und sorgt dann dafür, dass das Gehirn und die lebenswichtigen Organe ausreichend Wasser erhalten. Aber, wenn Histamin in Ihrem Körper produziert wird, dann wollen Sie Antihistaminika haben und dafür gehen Sie in die Apotheke oder zum Arzt, um welche zu holen. Aber was Sie wirklich brauchen, ist Wasser, weil der Körper Histamin produziert, weil er nicht genug Wasser hat. Sie brauchen viel Wasser.

Es gibt auch häufige Ursachen für Allergien wie Milchprodukte: Milchkäse, Butter, Ei, Rindfleischkäse, Joghurt und Zucker. All diese Dinge verursachen Allergien. Es gibt auch einen Zusammenhang mit Asthma, Allergien und Bronchitis, nicht nur mit Dehydrierung, sondern auch mit Fluorid, MSG, Aspartam, Medikamenten - viele Medikamente verursachen Bronchialverengung, sie können andere Allergien verursachen und Asthma verursachen. Fette und frittierte Lebensmittel vermindern die Immunfunktion und tierische Produkte verursachen eine erhöhte Schleimbildung, die diese Probleme verschlimmern kann.

Zucker reizt die Schleimhaut und beraubt den Körper seiner Kalziumspeicher - das reduziert Ihren Widerstand. Bei all diesen Krankheiten ist es nicht gut zu rauchen und die Medikamente, die der Arzt Ihnen geben kann, enthalten Kortison, das Ihr Immunsystem weiter schwächt. So **was Sie tun müssen, wenn Sie irgendwelche oder alle diese drei Probleme haben, ist, Ihren Wasserverbrauch zu erhöhen**, damit Sie das Histaminsystem in Ihrem Körper abstellen können. Ihr Körper weiß, dass er Wasser braucht und dafür Histamin produziert. Verwenden Sie keine Antihistaminika. Trinken Sie Wasser und entfernen Sie Milchprodukte aus Ihrem Körper.

17- Darmerkrankungen

Alle diese Magen-Darm-Erkrankungen haben im Wesentlichen die gleiche Ursache mit Ausnahme von Gallensteinen. Diese werden hauptsächlich durch überschüssiges Fett in der Nahrung verursacht. Aber Verstopfung und Hämorrhoiden, Divertikulose und Darmerkrankungen sind auf unzureichendes Wasser, überschüssiges Fett, Eiweiß, das in den Körper gelangt und als Fett gespeichert wird, zurückzuführen. All dies führt zu Problemen bei der Darmentleerung. Wenn Sie verstopft sind, können Hämorrhoiden folgen. Wenn Sie eine Colitis ulcerosa haben, wird sie häufig durch Stress verschlimmert. Divertikulose tritt auf, wenn Nahrung in kleinen Taschen im Darm eingeschlossen ist und diese Taschen werden verursacht, weil Sie Ihren Darminhalt nicht schnell genug aus Ihrem Körper entfernen.

Das Reizdarmsyndrom wird durch erhöhten Stress, schlechte Ernährung und unzureichendes Wasser verursacht. Also, was müssen Sie tun? Anstatt Steroide, Kortison, für diese oder jene Krankheit zu nehmen, müssen Sie die Weise ändern, wie Sie essen, die Weise ändern, wie Sie leben, trainieren,

Wasser trinken, gut essen, indem Sie Fett, den Zucker beseitigen, den Sie normalerweise essen, und selbstverständlich können Magen- oder Duodenalgeschwüre durch das Verbrauchen des Wassers geheilt werden. Ihr Arzt kann Ihnen sagen, dass Sie eine fade Diät brauchen. Aber es ist das Wasser, das benötigt wird, um den Schleim zu produzieren, um Ihren Magen so auszurichten, dass die Säure in Ihrem Magen nicht in die Schleimhaut gelangt. Wenn Sie das tun, können Sie tatsächlich Geschwüre heilen. 2.000 Fälle von Geschwüren wurden allein mit Wasser geheilt. Diese wurde 1983 im Journal of Gastroenterology Clinic veröffentlicht. Also, selbst wenn diese Dinge ernsthafte Probleme sein können, wenn Sie eine gute Ernährung haben, wenn Sie viel Wasser trinken und wenn Sie den Stress Ihres Lebens wegnehmen, können diese auf wundersame Weise verschwinden.

18- Wie bleibt man gesund?

Sie haben jetzt eine gute Vorstellung davon, was Sie tun müssen, um zu heilen oder gesund zu sein:

Ernährung: Sie sollten Obst, Getreide und Gemüse in ihrer natürlichsten Form essen. **Eliminieren Sie Milchprodukte, also Fleisch, Geflügel, Eier, Fisch und alle tierischen Produkte, weil sie alle Krankheiten enthalten; sie alle enthalten Hormone, Antibiotika, Pestizide, die Sie krank machen.** Es gibt ein ausgezeichnetes Buch mit dem Titel: **Mooove Over Milk (Vor Milch fliehen)**, das Ihnen den Zusammenhang zwischen Diabetes, Osteoporose und den bereits erwähnten neurologischen Erkrankungen aufzeigt. Es gibt Ihnen die gesamte medizinische Literatur an die Hand, um zu erfahren, warum **Milch sehr schädlich für Sie ist.**

Es gibt ein weiteres Buch über Nutrasweet, Aspartam, geschrieben von einem Arzt, Dr. H.J. Roberts, das alle Probleme von Aspartam zeigt. Die FDA genehmigte es wissend, dass es dieses Produkt namens Methanol enthielt, das Blindheit und Anfälle verursachen kann. Und dann gibt es noch ein Buch namens Excitotoxine. Es wurde von Dr. Russell Blaylock, einem Neurochirurgen, geschrieben. In diesem Buch erfahren Sie, wie MSG und Aspartam, einschließlich hydrolysiertem Gemüse, Eiweiß und natürlichen Aromen, die häufig MSG enthalten, Sie krank machen können. Sie können Hirntumore verursachen, sie können Anfälle verursachen, sie tragen zur Parkinson-Krankheit und zur Lou-Gehrig-Krankheit bei.

Also, was essen Sie denn da? ... Sie müssen von dieser Tierernährung auf eine vegane Ernährung oder auf Obst, Getreide und Gemüse umstellen. **Wenn Sie Essen kochen, zerstören Sie alle Enzyme. Alles, was über 107 oder 110 Grad erhitzt wird, zerstört alle Enzyme. Es wurde festgestellt, dass Katzen, wenn sie in etwa vier Generationen mit gekochtem Futter gefüttert werden, sich nicht mehr vermehren können und die Rasse verschwindet....** Sie können anfangen, Ihre Ernährung zu ändern, wenn Sie nur nach einem besseren Lebensstil suchen. **Aber wenn Sie eine schwere Krankheit haben, wie ich es bei Krebs getan habe, sollten Sie sich sofort umstellen.** Ihre Genesung hängt davon ab.

Bewegung: Bewegung ist das 2. Gesetz der Gesundheit. Wenn Sie Rückenprobleme haben, sollten Sie so viel wie möglich trainieren. Wenn Sie zu

viele Schmerzen haben, fangen Sie an, viel Wasser zu trinken. Aber Bewegung wird Ihnen helfen, Rücken- und Gelenkschmerzen zu beseitigen.

Wasser: Wenn Sie nicht genug Wasser trinken, kann Ihr Körper nicht funktionieren. **Wenn Ihre Kinder rausgehen und im Schlamm spielen und sie mit schmutziger Kleidung nach Hause kommen und Sie sie in die Waschmaschine stecken und zwei Gläser Wasser gießen und die Maschine starten, wie wird die Wäsche sauber? Das Gleiche gilt für Ihren Körper. Ihr Körper produziert Abfall in den Zellen. Wenn Sie nicht genug Wasser trinken, kann dieser Abfall nicht aus Ihren Zellen herauskommen und sie werden krank und verursachen Ihnen Probleme.**

Sonnenlicht: Es ist wichtig für die Heilung und Verbesserung aller dem Menschen bekannten Krankheiten. Sobald Sie beginnen, Ihren Körper gut zu ernähren, indem Sie gut essen und genug Wasser trinken, sind Sie nicht mehr anfällig für die schädlichen Strahlen der Sonne. Aus Angst vor Verbrennungen sollten Sie jedoch starke Sonneneinstrahlung vermeiden.

Mäßigung: Mäßigung ist Mäßigung in allem, was wir konsumieren. Wir müssen Zucker, Alkohol, Tabak und alles, was unserem Körper schadet, loswerden.

Frische Luft: Sie ist wichtig für den Körper. Ohne sie kann Ihr Körper nicht richtig funktionieren.

Das Ausruhen: Ruhen Sie sich zu einer geeigneten Zeit der Nacht aus. Sie können Ihren Körper nicht zwingen, über seine Fähigkeiten hinaus zu arbeiten und hoffen, gesund zu sein. Nur wenn Sie schlafen, kann der Körper sich selbst reparieren und regenerieren. **Wenn Sie eine schwere Krankheit haben, sollten Sie um 9:00 Uhr im Bett sein.** Versuchen Sie, kurz nach Sonnenuntergang ins Bett zu gehen und bei Sonnenaufgang aufzustehen. Allerdings, wenn Sie eine schwere Krankheit haben, müssen Sie sich viel ausruhen. In der Tat, diejenigen von Ihnen, die Krebs oder andere schwere Krankheiten haben, wenn Sie trainieren, ist das **Gehen** die beste Übung. Trainieren Sie nicht, bis Sie müde sind. Sie müssen Ihre Energie sparen. Sie schwächen Ihren Körper, wenn Sie zu viel trainieren.

Stress abbauen: Nach Ernährung, Bewegung, Wasser, Sonnenlicht, Mäßigung, frischer Luft und Ruhe ist das Wichtigste, Stress abzubauen und auf Gott zu vertrauen. Die Heilige Bibel ist die Gebrauchsanleitung vom Benutzer und Besitzer Ihres Körpers. Unser Körper wurde von Gott geschaffen. Er ist es auch, der die Nahrung erschaffen hat, die wir essen müssen. Lasst uns also die Nahrung des Designers essen, d.h. die Nahrung, die von demselben Wesen konzipiert wurde, das unseren Körper geschaffen hat. Und die von Gott geschaffene Nahrung wird uns mit allen richtigen Nährstoffen, mit allen richtigen Enzymen, die wir brauchen, gegeben. **Essen Sie so viel wie möglich roh**, da das Kochen von Lebensmitteln Enzyme und Nährstoffe zerstört.

Wenn wir der Bibel folgen, werden wir lernen, Wut, Groll und Vergebung loszuwerden. **Wenn wir gestresst sind, wenn wir wütend sind, wenn wir**

Groll haben, kann unser Körper keine Nahrung aufnehmen, auch wenn wir gut essen, weil unser Darm nicht gut funktioniert und unsere Peristaltik aufhört. So werden unsere Mägen zusammengezogen und unser Gehirn kann nicht richtig funktionieren, wenn wir durch diese falschen Emotionen völlig gebunden sind.

Wer keine Zeit mit dem Herrn verbringt, kann den Stress in seinem Leben nicht loswerden. Stress tötet uns; es ist einer der größten Killer und tatsächlich haben zwei amerikanische Psychiater gesagt, dass die erste Todesursache in Amerika die unterdrückte Wut ist. Wir müssen sie loswerden, wir müssen lernen, nicht wütend zu werden. Der ganze Stress um uns herum macht uns krank - wir sollten nicht so leben. ***[Ende des Zeugnisses].***

Die Gnade sei mit allen, die unseren Herrn Jesus Christus lieb haben mit unvergänglicher Liebe!

Einladung

Liebe Brüder und Schwestern,

Wenn Sie aus den falschen Kirchen geflohen sind und wissen wollen, was Sie tun sollen, gibt es zwei Möglichkeiten:

1- Schauen Sie, ob es in Ihrer Umgebung andere Kinder Gottes gibt, die Gott fürchten und nach der Heiligen Lehre leben wollen. Wenn Sie solche finden, fühlen Sie sich frei, sich ihnen anzuschließen.

2- Wenn Sie keine finden und sich uns anschließen möchten, stehen Ihnen unsere Türen offen. Das Einzige, was wir von Ihnen verlangen, ist, dass Sie zuerst alle Lehren lesen, die der Herr uns gegeben hat und die auf unserer Webseite www.mcreveil.org zu finden sind, um sich zu vergewissern, dass sie mit der Bibel übereinstimmen. Wenn Sie finden, dass sie mit der Bibel übereinstimmen, und bereit sind, sich Jesus Christus zu unterwerfen und nach den Anforderungen seines Wortes zu leben, werden wir Sie mit Freude aufnehmen.

Die Gnade des Herrn Jesus sei mit Ihnen!