

**BEZPŁATNY**



**NIE ZAPIECZETOWANA KSIEGA**

**JEZUS CHRYSZTUS WRACA**

**OBJAWIENIA CZAS KONCA**

**ZDROWA DOKTRYNA**

**CHOROBA I DIETA**

**Źródło i Kontakt:**

**Witryna Internetowa: <https://www.mcreveil.org>**

**E-mail: [mail@mcreveil.org](mailto:mail@mcreveil.org)**

# **Jezusie Chrystusie tenci jest Prawdziwy Bóg I Żywot Wieczny.**

***Ale ty, Danijelu! zamknij te słowa, i zapieczętuj tę księgę aż do czasu  
naznaczonego; bo to wiele ich przebieży, a rozmnoży się umiejętność.  
Danijel 12:4***

***Tedy rzekł: Idź, Danijelu! bo zawarte i zapieczętowane są te słowa aż  
do czasu zamierzonego. Oczyszczonych i wybielonych i doświadczonych  
wiele będzie, a niezbożni niezbożnie czynić będą; nadto wszyscy  
niezbożni nie rozumieją, ale mądrzy rozumieją.  
Danijel 12:9-10***

**\*\*\***

**Zanim zaczniesz czytać tę Naukę, zastanów się przez kilka chwil nad  
następującym pytaniem:**

**Gdzie spędzisz swoją Wieczność?**

**Na Niebie?**

**Gdzie**

**W Piekłe?**

**Piekło jest Prawdziwe, i to jest Wieczne.  
Pomyśl o tym!**

**Dobre czytanie! Niech Bóg się wam objawi!**

## **Ostrzeżenie**

**Niniejsza Księga jest bezpłatna i w żaden sposób nie może stanowić źródła handlu.**

**Możesz swobodnie kopiować tę Księgę dla swojego głoszenia, lub dla dystrybucji, lub dla swojej Ewangelizacji w Sieciach Społecznościowych, pod warunkiem, że jej zawartość nie jest modyfikowana lub zmieniana w jakikolwiek sposób, i że mcreveil.org jest cytowany jako źródło.**

**Biada wam, agenci szatana, którzy są chciwi i którzy będą próbowali sprzedawać te nauki i świadectwa!**

**Biada wam, synowie szatana, którzy chętnie publikują te nauki i świadectwa w mediach społecznościowych, ukrywając adres strony Internetowej [www.mcreveil.org](http://www.mcreveil.org), lub przez sfałszowanie ich treści!**

**Wiedz, że możesz uciec przed systemem sprawiedliwości ludzi, ale na pewno nie uciekniesz przed sądem Bożym.**

**Wężowie! rodzaju jaszczurczy! i jakoż będziecie mogli ujść przed sądem ognia piekielnego? Mateusza 23:33.**

**Proszę Zanotować**

**Książka ta jest regularnie aktualizowana. Zalecamy pobranie zaktualizowanej wersji ze Strony [www.mcreveil.org](http://www.mcreveil.org).**

## Spis Treści

<b>Ostrzeżenie .....</b>	<b>3</b>
<b>Spis Treści .....</b>	<b>4</b>
<b>1- Wprowadzenie .....</b>	<b>5</b>
<b>2- Początek zeznań .....</b>	<b>5</b>
<b>3- Choroby nie zdarzają się tak po prostu. ....</b>	<b>6</b>
<b>4- Niebezpieczeństwa związane z cukrem .....</b>	<b>10</b>
<b>5- Ukryte niebezpieczeństwo.....</b>	<b>13</b>
<b>6- Choroba serca .....</b>	<b>16</b>
<b>7- Rak.....</b>	<b>18</b>
<b>8- Chemioterapia i radioterapia .....</b>	<b>21</b>
<b>8.1- Chemioterapia .....</b>	<b>21</b>
<b>8.2- Promieniowanie.....</b>	<b>22</b>
<b>9- Przyczyny raka .....</b>	<b>22</b>
<b>10- Choroby Autoimmunologiczne .....</b>	<b>24</b>
<b>11- Choroby neurologiczne.....</b>	<b>25</b>
<b>12- Problemy kobiet.....</b>	<b>26</b>
<b>13- Zapalenie stawów .....</b>	<b>27</b>
<b>14- Cukrzyca i Hipoglikemia.....</b>	<b>27</b>
<b>15- Bóle głowy, zespół chronicznego zmęczenia, grypa i przeziębienia .....</b>	<b>28</b>
<b>15.1- Bóle głowy.....</b>	<b>28</b>
<b>15.2- Zespół przewlekłego zmęczenia.....</b>	<b>28</b>
<b>15.3- Grypa i przeziębienia .....</b>	<b>29</b>
<b>16- Alergie, astma i bronchit .....</b>	<b>29</b>
<b>17- Choroby jelitowe.....</b>	<b>30</b>
<b>18- Jak być zdrowym? .....</b>	<b>30</b>
<b>Zaproszenie .....</b>	<b>33</b>

# CHOROBA I DIETA

(Zaktualizowano 17 02 2024)

## 1- Wprowadzenie

Drodzy bracia i drodzy przyjaciele, uważamy za pożyteczne podzielić się z wami świadectwem lekarza chorego na raka, który, aby się wyleczyć, uciekł od szpitala i leków, które zwykle przepisują pacjentom **Przekonana, że leki te nie są stworzone do leczenia raka**, zwróciła się do medycyny naturalnej. Ten tekst jest fragmentem transkrypcji filmu dr Lorraine Day zatytułowanego **"Diseases Don't Just Happen!" (Choroby nie zdarzają się przypadkowo)**, w którym daje świadectwo swojego wyzdrowienia z raka, który miał ją zabić ponad dwadzieścia lat temu. Dr Day jest byłym lekarzem i profesorem na Uniwersytecie Kalifornijskim w San Francisco School of Medicine. Przeczytaj to świadectwo i wyciągnij z niego wszystkie lekcje, które mogą pomóc ci wyleczyć się z chorób lub im zapobiec. Niech Bóg was błogosławi!!

## 2- Początek zeznań

Masz problem medyczny, idziesz do lekarza, mówisz lekarzowi o swoich objawach, lekarz prawdopodobnie zbadałby cię i zrobiłby kilka badań laboratoryjnych, a może zdiagnozowałby coś poważnego, jak stwardnienie rozsiane, toczeń, a nawet raka. A ty jesteś w szoku. Powiesz doktorowi, jak mogłem się tym zarazić? A lekarz odpowie na to bardziej niż prawdopodobne: nie wiemy, takie rzeczy po prostu się zdarzają. Nie: **Choroby nie zdarzają się tak po prostu**. Każda choroba ma swoją przyczynę. Nawet jeśli w naszym szkoleniu medycznym uczymy się, że praktycznie 80% wszystkich chorób nie ma znanej przyczyny.

Pozwól, że dam ci prostą ilustrację. Jeśli boli cię głowa, bierzesz aspirynę. Czy bóle głowy są spowodowane niedoborem aspiryny? Oczywiście, że nie! Bóle głowy są spowodowane zbyt dużym napięciem i zbyt dużym stresem, brakiem wystarczającej ilości wody, niewłaściwym jedzeniem lub inną przyczyną. Więc dlaczego bierzemy aspirynę? Bo chcemy szybkiej naprawy. Nie chcemy zajmować się podstawową przyczyną problemu. Chcemy tylko wziąć pigułkę i kontynuować nasze życie. Ale jeśli nie poradzimy sobie z przyczyną, może ona ostatecznie doprowadzić do innych poważnych chorób później.

Jestem Dr Lorraine Day, jestem lekarzem medycyny, chirurgiem ortopedą urazowym. Byłem na wydziale University of California San Francisco Medical School przez 15 lat jako profesor nadzwyczajny i wiceprezes Wydziału Chirurgii Ortopedycznej. Byłem również szefem chirurgii ortopedycznej w Szpitalu Generalnym w San Francisco, gdzie szkoliłem setki młodych lekarzy. **Lekarze nigdy tak naprawdę nie są uczeni, aby zająć się podkreśleniem przyczyny choroby. Nauczono nas leczyć objawy tylko przez wybranie konkretnego leku. Ale pacjent nigdy tak naprawdę nie zostaje wyleczony. Kiedy nie rozumiemy i nie zajmujemy się podkreśleniem przyczyny choroby, to nigdy nie dostajemy osoby naprawdę dobrze.**

Ale dzisiaj będziemy rozmawiać o wszystkich różnych kategoriach chorób i pokażemy, że istnieje przyczyna każdej choroby. Ale żeby to zrobić, będę musiał zdjąć ten biały płaszcz i pozbyć się medycznego sposobu myślenia, a my usiądę

i porozmawiamy o zdrowym rozsądku. Opracujemy również plan, w którym można w sposób naturalny i bez leków wydobyć się z choroby.

### 3- Choroby nie zdarzają się tak po prostu

Nasze ciało składa się ze skóry, mięśni, kości i organów. Organy są zrobione z tkanek. Organy to tylko mózg, wątroba, trzustka i śledziona, a tkanki te składają się z komórek. Więc w istocie jesteśmy tylko milionami komórek, ale te komórki wymierają i muszą zostać zastąpione. Więc jak je zastąpimy? Jak zbudować nowe komórki? Surowce pochodzą tylko z jednego miejsca: **to, co wkładamy do ust.**

Jeśli wkładamy do ust zdrową, pożywną żywność, możemy stworzyć zdrowe komórki. Ale jeśli włożyliśmy do naszego ciała złą żywność, to mamy surowce, które sprawiają, że komórki gorsze, które będą komórkami chorymi, a to może sprawić, które mogą mieć wpływ na nasze zdrowie. ... Rzadko myślimy o tym, co robimy w ciągu dnia, kiedy jemy. Więc wkładamy wszystko do ust, żeby napełnić żołądek. Przyjrzyjmy się temu, co przeciętny Amerykanin może zjeść na posiłek każdego dnia:

Po pierwsze, ze śniadaniem. Wielu ludzi w pośpiechu zaczęło od pączka i filiżanki kawy. Oczywiście, żaden z nich nie zawiera żadnych składników odżywczych. Pączek jest całkowicie pusty kaloryczny, zawiera tłuszcz i cukier rafinowany oraz absolutnie nie zawiera witamin i minerałów. **Kawa jest stymulantem, fałszywym stymulantem.** Powoduje to, że gruczoł nadnerczy wylewa dużo hormonów, które wprawiają Cię w zakłopotanie i dają Ci fałszywą energię. Cóż, ludzie mówią: Nie jem tego na śniadanie, tylko dobre śniadanie. Mam dobre śniadanie z jajek boczku i kiełbasy, smażonych ziemniaków i tostowego chleba. Spójrzmy na to.

Po pierwsze, tak, masz tu trochę ziemniaków, to jest warzywo, **ale wszystkie smażone w tłuszczu. Wszystko to przylega do tętnic ciała, w tym tętnic wieńcowych, tętnic w sercu i powoduje stwardnienie tętnic.** A tu mamy jajko. Jajko jest tak naprawdę zarodkiem, który tworzy kurczaka, jest płynem owodniowym w łożysku małego kurczaka, i to właśnie jecie. To wszystko jest tłuszcz, i to wszystko białko, i to jest bardzo wysoki poziom cholesterolu, wystarczy kilka dni, aby zmienić go w pisklę, a ty jesz.

Mamy bekon, który jest w całości tłusty, i pochodzi od zwierzęcia, które jest padlinożercą, zjada odpady ze ścieków. A potem mamy kiełbasę zrobioną ze wszystkiego, co ludzie zdecydują się włożyć do niej. Jeśli pójdziesz na farmę i zobaczysz, jak robią tę kiełbasę, będziesz chory. I wtedy wzniesiemy toast. Zawiera masło, które jest tłuszczem i zawiera wszystkie hormony, pestycydy i antybiotyki, które podają krowie. W przypadku białego chleba prawie wszystkie składniki odżywcze zostały usunięte i nie przynoszą nic, ale zamieniają się w cukier w żołądku. Więc dobrze powiedziałaś, że tego nie robię, tylko jem płatki. To zboże, które dostajesz ze swojego sklepu spożywczego, ma wszystkie składniki odżywcze usunięte z niego i jest gotowane, co zniszczyło wszystkie enzymy, które znajdują się w oryginalnym ziarnie.

Tak samo często jest pokryty cukrem. Możesz umieścić mleko na nim, a mleko pochodzi od zwierzęcia, i zawiera wszystkie pestycydy, hormony i antybiotyki,

który dają temu zwierzęciu. **Ponadto, wszelkie choroby, które zwierzę może mieć przechodzą albo w mleku albo w mięsie.** Sok pomarańczowy jest dobry, z wyjątkiem tego, że pochodzi z puszek lub puszek, i **zawiera konserwanty**, i ma bardzo mało składników odżywczych, ponieważ **składniki odżywcze są utleniane, kiedy są narażone na działanie powietrza i kiedy są przetwarzane.** Cóż, to jest śniadanie.

Widzisz, nie ma w nim nic, co zawierałoby jakikolwiek enzym. Enzymy są niezbędne dla zdrowia. **Enzymy występują tylko w surowej żywności. Jak tylko przetwarza się żywność lub ją gotuje, wszystkie enzymy znikają.** Potrzebujesz ich, by pomóc w trawieniu jedzenia. Jeśli musisz wyprodukować wszystkie enzymy do strawienia siebie, wtedy twoje ciało musi ciężko pracować, a twoje ciało wyczerpuje całą twoją energię w ciągu dnia. **W rzeczywistości mówi się, że energia potrzebna do trawienia trzech posiłków dziennie przekracza energię potrzebną do wykonania ośmiu godzin ciężkiej pracy w ciągu jednego dnia.**

Więc mamy teraz czas na lunch. Tutaj mamy hamburgera serowego, jest tu trochę ogórków, trochę pomidorów i trochę sałaty. Oczywiście, chleb nie ma żadnych składników odżywczych. W mięsie masz dużo tłuszczu i dużo białka oraz wiele potencjalnych chorób. Z jedzenia tego mięsa można dostać e-coli lub wiele innych chorób. Masz odrobinę roztargnienia ziemniaków i sałaty, które nie wystarcza, aby naprawdę dać ci jakiegokolwiek pożywienia. A potem oczywiście ser.

**Ser** jest tylko skoncentrowanym mlekiem. Wiele serów wytwarzanych jest z mleka, które nie jest pasteryzowane, a **tiamina w serze zaburza równowagę w mózgu**, ponieważ zaburza neuroprzekaznik, czyli substancję chemiczną, która przekazuje impulsy nerwowe z nerwu do innego. A potem masz frytki. Znowu masz ziemniaki, ale to jest absolutnie tłuste. I masz na nim dużo soli. Nie masz tu praktycznie żadnego pożywienia, z wyjątkiem wysokiej zawartości tłuszczu i wysokiego białka.

Być może możesz dostać kilka naleśników w fast foodach. Cóż, naleśniki znów mają te same składniki. Masz trochę sałaty i trochę pomidora. Znowu masz tam ser, to ten sam problem, a potem mięso. Hamburger, jestem powiedział przez inspektorów mięsa, wszystkie hamburgery są wykonane z mięsa 4-D, to jest mięso ze zwierząt, które albo nie żyją, umierają, są chore lub niepełnosprawne. Zastanów się nad tym za każdym razem, gdy bierzesz hamburgera do jedzenia. Cóż, można powiedzieć, że jem lepszy lunch niż ten. Poproszę kanapkę z pomidorem z odrobiną szynki i może trochę sera. Tu jest kanapka z szynką i serem. To samo. Jesz mięso ze zwierzęcia, które jest padlinożercą, które zje wszystko, niezależnie od tego, czy jest martwe czy żywe. **Kiedy jesz coś, co jest martwe, twoje ciało musi pozbyć się gnicia od rzeczy umierających i martwych.**

Jeśli masz kawałek grzanki, prawie wszystkie składniki odżywcze zostały usunięte. Używając całych ziaren, mogą one zawierać 25 składników odżywczych, ale są one usuwane, aby uczynić je łagodniejszymi i słodszyymi. Więc to zamienia się prawie w cukier w ustach. Więc masz ser, my już o tym

rozmawialiśmy; masz szynkę, a potem frytki z cebulą. Absolutnie wypełnione tłuszczem. Cebula prawie nie ma dla ciebie żadnej wartości odżywczej, kiedy jest pokryta tłuszczem. Na hamburgera można zjeść ładny koktajl mleczny.

W tym koktajlu mlecznym masz lody, a **wiele aromatów w lodach rzeczywiście pochodzi z rzeczy, substancji chemicznych, które są używane w cemencie gumowym, rozcieńczalnikach do farb i różnych innych szkodliwych substancji**, nie tylko to, że koktajl mleczny jest pełen wysokiej zawartości białka i wysokiej zawartości tłuszczu. Bierzesz **napój gazowany, napój zawierający kofeinę, który** towarzyszy twoim naleśnikom. Tutaj znowu mamy kofeinę, która jest nienormalnym środkiem pobudzającym, a ty masz w niej cukier. A ty mówisz: *"Cóż, nie używam cukru, używam NutraSweet lub innego zamiennika chemicznego."* Pokażę ci, że są one naprawdę gorsze.

Potem na obiad masz stek. Zauważ jedną rzecz o steku. Widzisz tłuszcz wokół krawędzi, ten tłuszcz jest stały w temperaturze pokojowej. Kiedy zjadasz ten tłuszcz, jest on stały w twoim ciele, w temperaturze ciała, co oznacza, że pokrywa on tylko wewnątrz twoich naczyń krwionośnych. I zawęży je, by dać ci chorobę wieńcową i wysokie ciśnienie krwi. Nie będziesz raczej jadł olejów roślinnych, takich jak oliwa z oliwek, ponieważ wiesz, że w butelce oliwa z oliwek jest płynna w temperaturze pokojowej. Pozostanie on również płynny w Twoim ciele, a Twoje ciało poradzi sobie z nim znacznie lepiej. Więc masz stek, który może zawierać **e-coli**, może również zawierać wszystkie choroby, które są w zwierzęciu.

***Kiedy zwierzę zostaje poddane ubojowi, ma raka lub inną chorobę, rzeźnicy po prostu odcinają chorą część w rzeźni i przekazują resztę, abyś mógł ją zjeść. Ale krew, która przechodzi przez ten guz nowotworowy, przechodzi również przez resztę zwierzęcia. Więc zamierzasz zjeść krew nowotworową i inne tkanki nowotworowe w tym zwierzęciu plus wszelkie inne choroby, które zwierzę może mieć.***

Potem znowu masz frytki, które wydają się być zszywką. Nawet jeśli masz ziemniaki pieczone w piecu, na pewno będzie lepiej, ponieważ nie będą one zawierać tłuszczu. Ale to niewielka ilość pożywienia dla Twoich codziennych potrzeb. Oto kilka zielonych fasoli. Nie jest źle, ale są ugotowane. ***Kiedy gotujesz jedzenie i nie jesz go w stanie surowym, niszczysz wszystkie enzymy, a także tracisz wiele witamin.*** Dzięki temu można mieć szklankę mleka; oczywiście mamy ten sam problem z mlekiem. ***Mleko krowie jest przeznaczone dla małych krów. Jesteśmy jedynym zwierzęciem, człowiekiem, które pije mleko innego zwierzęcia. I z pewnością jesteśmy jedynym zwierzęciem, które wypije mleko po odsadzeniu. Więc zwierzęta mają większy sens niż my.***

Cóż, powiesz: ***"Nie jem czerwonego mięsa. Jem kurczaka."*** Według inspektorów mięsa kurczak jest jeszcze gorszy. Czy zdajesz sobie sprawę, że kurczaki przechodzą obok inspektora mięsnego z prędkością 120 ptaków na minutę. Do czasu, gdy może wykryć pacjenta lub chorobę, kurczak będzie już w opakowaniu. Ale kiedy kurczaki idą przez inspektora mięsnego tak szybko, są



podcierane przez instrument, wyjmują swoje jelita i ich wnętrze. Kiedy tak się oczywiście dzieje, odchody z wnętrza jelita opadają na ptaka i na następnego ptaka. I tak, zanim dotrą do końca przenośnika, są pokryte odchodami. Więc muszą wrzucić je do bardzo dużego zbiornika z wodą, aby pozbyć się tego zanieczyszczenia.

Pracownicy zakładu pakującego nazywają ten zbiornik fecal soup, a rząd pozwala hodowcom kurczaków zostawić ptaka w tym zbiorniku na tyle długo, aby wchłonąć 10% jego wagi bez wody, więc zapłacisz więcej, gdy pójdziesz do sklepu spożywczego. Wystarczy pomyśleć, co to jest zasysanie zupy z kałem, nie tylko własnych kałach, ale także odchodów wszystkich innych ptaków. **Nic dziwnego, że tak wiele kurczaków zawiera salmonellę i inne bardzo niebezpieczne organizmy.** W rzeczywistości, ostatnio, zrobili ankietę, gdzie poszli do sklepów spożywczych i faktycznie pobrali próbki z wierzchołka kurczaka, z kurczaków, które już były pakowane, czekając na sprzedaż. I znajdują coś w rodzaju dwóch trzecich tych kurczaków, które miały salmonellę w opakowaniu.

Cóż, mamy znowu tę samą zieloną fasolę gotowaną; zielona fasola to nasza specjalność dzisiaj, jak sądzę. I mamy trochę ziemniaków. Kiedy zacierasz ziemniaki, nie ma w tym nic złego, ale **kiedy zacierasz je, tracisz więcej wartości odżywczych, ponieważ pozwalasz na utlenianie się dużej powierzchni** przed ich spożyciem. Najwięcej pożywienia można uzyskać z ziemniaków pieczonych, następnie z ziemniaków gotowanych, a najmniej z ziemniaków tłuczonych. I oczywiście ma na sobie sos, który jest gruby i tłusty. Znowu, nie ma tu surowego jedzenia. Teraz często dorzucamy taką małą sałatkę na trochę surowego jedzenia. Kiedy używasz tej sałaty lodowej, tej sałaty, która nie ma praktycznie żadnej wartości odżywczej w niej, jest to tylko woda, nie dostaniesz żadnego pożywienia; odrobina cebuli i odrobina pomidorów, a następnie oczywiście masz grzanki, które mają tłuszcz na nich. To jest wszystko odżywianie, które dostajesz na dzień, z wyjątkiem tłuszczu i białka.

Cóż, mówisz: **"Nie jem kurczaka, nie jem steków i czerwonego mięsa, jem ryby."** Teraz mamy tu rybę. Oczywiście to było smażone z masłem, więc jest pełne tłuszczu. Ale nawet jeśli masz rybę, która jest gotowana, stwierdzono, że **za każdym razem, gdy broilujesz jakikolwiek świeży pokarm, niezależnie od tego, czy jest to kurczak, czerwone mięso, czy ryba, będzie ona produkować czynnik rakotwórczy.** Każdy rodzaj gotowania wytwarza czynnik rakotwórczy, co oznacza raka tworzącego substancję chemiczną w mięsie. Nie tylko to, że ryby są zazwyczaj łowione w promieniu 200 mil od brzegu, a wszystkie te ryby są zanieczyszczone ściekami i odpadami przemysłowymi, które są wylewane do wody. Tu znowu mamy puree ziemniaczane, a na nich mamy więcej gęstego sosu, a potem gotowane warzywa. Więc jeśli chcesz nakarmić swoje ciało, aby zbudować nowe, zdrowe komórki, które zastąpią umierające, wszystko, co zjadłeś dzisiaj, dostarczyło Ci prawie żadnych składników odżywczych. W rzeczywistości jest to straszne obciążenie dla twojego ciała, ponieważ twoje ciało musi to wszystko strawić, wyprodukować wszystkie enzymy, a następnie pozbyć się odpadów gnilnych, które tworzysz używając tego.

#### 4- Niebezpieczeństwa związane z cukrem

**Spośród wszystkich produktów spożywczych, które spożywamy, cukier jest prawdopodobnie jednym z najbardziej szkodliwych.** W rzeczywistości Amerykanie zużywają około 15 miliardów kilogramów cukru. Są oni największymi konsumentami cukru na świecie; wynosi to około 60 kilogramów rocznie na każdego mężczyznę, kobietę i dziecko. Spożyjesz więc pół kilograma cukru co dwa i pół dnia. Co teraz robi cukier? **Cukier usuwa z organizmu witaminy C, kompleks witamin z grupy B, które są potrzebne do uspokojenia nerwów,** a witaminy C pomagają oprzeć się infekcji. **Cukier usuwa z organizmu również cynk i chrom.** Te dwa elementy są niezbędne do uzdrowienia. Są również niezbędne do tego, by nie dopuścić do przegrzania i są niezbędne do reakcji enzymatycznych, które zachodzą w twoim ciele.

Kiedy zjadasz zbyt dużo cukru, szczególnie cukru rafinowanego, wypuszcza on tak wysoki poziom cukru, że organizm musi szybko wyprodukować ogromną ilość insuliny, aby przyswoić ten cukier. Gdy insulina jest wysoka, przekracza limity. Insulina dba o cukier w Twoim organizmie, ale ponieważ jest on wysoki, stajesz się hipoglikemiczny, ponieważ w tym czasie nie masz wystarczającej ilości cukru. Więc masz cykl, który się oscyluje, się zmienia. Teraz, ponieważ jesteś hipoglikemikiem, twoje ciało chce więcej cukru, więc zjadasz więcej cukru. I twoja insulina znowu się podnosi, to zużywa spiżarnię, która pomaga powodować cukrzycę, a także oczywiście daje ci wszystkie objawy hipoglikemii, które są bardzo podobne do lęku i nadpobudliwości: Będziesz słaby, dostaniesz drgawek, dostaniesz drżenia, czasami będziesz chciał się ukryć, ponieważ masz fobie. Wszystkie te rzeczy są spowodowane hipoglikemią.

Od lat ludzie wiedzą, że cukier może być bardzo szkodliwy i oczywiście uzależniający. Jest prawie tak uzależniająca jak kokaina, heroina i niektóre z tych innych rzeczy. Więc cukier jest prawie we wszystkim, co jesz, co jest przetwarzane. Patrzysz na składniki na puszkach i często cukier będzie numerem jeden, dwa lub trzeci składnik. Mówisz: *"Dobrze, że jem brązowy cukier."* Cukier brązowy to nic innego jak rafinowany cukier z włożonymi z powrotem fragmentami melasy, który został usunięty dla cukru białego. To wciąż jest złe dla ciebie. **I miód, mimo że jest znacznie bardziej naturalny, jeśli przyjmuje się duże ilości, ma taki sam wpływ na organizm jak cukier. Tak więc cukier paraliżuje układ odpornościowy, przez cztery godziny po zjedzeniu cukru układ odpornościowy nie jest odporny na choroby.** Więc możesz zobaczyć, czy jesz rano, zjesz pączka lub jakąś inną słodką rzecz, a potem podczas lunchu możesz mieć koktajl mleczny, a potem na obiad możesz mieć pustynię. Przez cały dzień twój układ odpornościowy jest całkowicie sparaliżowany.

Cukier jest antykaloryczny, pozbawia organizm witaminy C, kompleksu B, cynku i chromu, zaburza poziom fosforu wapnia w organizmie, powoduje hipoglikemię. Prowadzi również do chorób takich jak zapalenie stawów i choroby serca, a także niszczy układ nerwowy, ponieważ pobudza i sprawia, że jesteś zdenerwowany, a także pozbawia enzymów i zwiększa poziom tłuszczu we krwi. Wiemy już wiele o rzeczach, które mogą powodować choroby. Mówisz: *"Nie jem cukru, jem sztuczne słodziki. Nie chcę cukru w moim ciele."* Masz NutraSweet albo Sacran. NutraSweet to aspartam. To tylko chemikalia.

W tych sztucznych słodzików, takich jak NutraSweet, istnieje substancja chemiczna zwana metanolem. Był to produkt w alkoholu metylowym, który znajdował się w wannie ginu, który został zakazany i powodował ślepotę. Zdarzały się przypadki transia i trwałej ślepoty z ich użyciem, szczególnie aspartamu, który jest wprowadzany do obrotu pod nazwą NutraSweet. Ponadto z jego użycia zgłoszono tysiące przypadków wielkich napadów złośliwych, drgawek lub napadów padaczkowych. Aspartame został włączony do ponad szesnastuset produktów spożywczych, które spożywasz. A w serii ponad pięciuset osób z niepożądanymi reakcjami na te produkty aspartamu prawie 15% cierpiało na typowe uogólnione napady wielkiej szkody.

Przetwarzając jedzenie, jesz także wystarczająco dużo GMS, tj. glutaminianu monosodowego. To aminokwas. Mówisz: *"Moje ciało potrzebuje glutaminianu"*. Ale nie te wysokie skoncentrowane dawki. Zrozum, że Amerykanie jedzą GMS prawie we wszystkim, co jest produkowane. Jeśli jesz w restauracji lub puszcze, istnieje duża szansa, że istnieje GMS. Nawet jeśli nie ma ich na etykiecie, spójrz na naturalne smaki lub hydrolizowane białka roślinne. Oba zawierają często GMS. GMS w wysokich dawkach i w każdej dawce jest toksyną.

Mówisz: *"Nie chcę tego jeść. Jak mogę to wyeliminować?"* Eliminuje się go poprzez spożywanie pokarmu w stanie naturalnym. Jeśli pójdziesz do sekcji owoców i warzyw w Twoim sklepie spożywczym, możesz kupić przedmioty, które nie zawierają GMS i aspartamu. Dlatego sugeruję, żebyś jadł jak najbardziej naturalnie. Kiedy jesz w restauracjach, kiedy jesz pakowaną żywność, obiady telewizyjne i inne produkty spożywcze, istnieje duże prawdopodobieństwo, że GMS i aspartam są obecne, prawie w 99%.

**Picie kofeiny jest również toksyną. Powoduje nadpobudliwość układu nerwowego,** jest sztucznym środkiem pobudzającym, nienormalnie przyspiesza reakcje organizmu i zwiększa częstość akcji serca, wydzielanie kwasu żołądkowego z wysokim ryzykiem wystąpienia wrzodów. To może spowodować bezsenność. **Kawa, kofeina wywołuje niepokój, rozdrażnienie, odstawienie, bóle głowy i zwiększa poziom cukru we krwi,** dlatego też odczuwasz ulgę. Powoduje osteoporozę i zwiększa liczbę złamań bioder. Występuje również wzrost łagodnych nowotworów piersi, co prowadzi do wzrostu nowotworów złośliwych piersi. **Wykazano, że kofeina zwiększa ryzyko wystąpienia raka pęcherza moczowego.**

**Jeśli towarzyszysz posiłkowi przy kieliszku wina lub innego alkoholu, spowoduje to również poważne odwodnienie organizmu.** Jeśli położysz alkohol na rękach, wyschną. Podobnie, jeśli pijesz alkohol, wysycha on Twoje ciało, a Twoje ciało potrzebuje wody, aby każda komórka działała. Ponadto, **alkohol zabija wątrobę i komórki mózgowe.**

**Mleko** powoduje alergię, egzemy i zwiększa poziom cholesterolu. **Mleko jest jedną z głównych przyczyn osteoporozy...** Ale wirusowa osteoporoza jest spowodowana brakiem aktywności - ludzie nie wychodzą i nie ćwiczą regularnie - oraz nadmiarem białka w diecie. **Białka, zwłaszcza białka zwierzęce, są bardzo kwaśne,** powodują kwasowość w organizmie. Aby zneutralizować ten kwas, organizm musi usunąć wapń z kości. Więc **im więcej mleka spożywasz,**

**tym bardziej stajesz się osteoporotyczny.** Wykazano, że jest to główny czynnik rozwoju cukrzycy typu 1, zwanej cukrzycą młodzieńczą. W białku mleka jest to serwatka, która zawiera białko, podobne do białka w komórkach, w trzustce zwanej wysepką komórek Langerhansa, która produkuje insulinę. Kiedy spożywacie to białko i mleko, organizm produkuje antybiotyki przeciwko temu białku. Ale ponieważ białko w komórkach trzustki jest bardzo podobne do tego innego białka, Twój organizm zacznie niszczyć te komórki, więc nie możesz produkować insuliny. Jest to jedna z głównych przyczyn cukrzycy młodzieńczej i jest to dobrze udokumentowane w literaturze medycznej; cukrzyca jest tak ciężka, że wymaga podawania insuliny do końca życia.

**Mleko sprzyja rozwojowi raka piersi; jest to prawdopodobnie czynnik choroby serca, ponieważ zawiera głównie tłuszcz i białko.** Istnieje wzrost częstości występowania białaczki wśród osób pijących mleko, być może dlatego, że prawie 80% stad mlecznych w Ameryce ma wirusa białaczki bydła. Wiedziałeś o tym? W ten sposób, **pijąc mleko, można przenosić białaczkę krów.** Istnieje związek między mlekiem a dużą ilością stwardnienia rozsianego, chorobą Lou Gehriga, która jest stwardnieniem bocznym amyotroficznym, chorobą Crohna okrężnicy, chorobą typu colitis i oczywiście chorobą szalonych krów, która u ludzi nazywana jest chorobą Creutzfelda-Jacoba i jest prawie taka sama jak choroba Alzheimera. **Mleko kojarzy się z wszystkimi rodzajami zapalenia okrężnicy i niepłodności kobiet oraz trudnościami w uczeniu się.**

Masz napoje gazowane, wszystkie zawierają kofeinę. Następnie masz biały chleb, z którego usuwane są wszystkie składniki odżywcze z pszenicy, następnie dodawane są witaminy i minerały, a następnie nazywają go wzbogaconym. Nie buduje zdrowych komórek. To samo dotyczy ryżu, z którego usunięto wszystkie zewnętrzne powłoki organicznego ryżu brunatnego, aby zamiast tego otrzymać ryż biały. GMS i aspartam nazywane są excitotoksynami. W rzeczywistości istnieje książka o nazwie *Excitotoxins: smak, który zabija* napisane przez dr Russella Blaylocka, można rzeczywiście dostać go w księgarni. Te ekscytotoksyny powodują bóle głowy, padaczkę, guzy mózgu, chorobę Alzheimera; przyczyniają się do choroby Lou Gehriga, stwardnienia zanikowego bocznego, choroby Parkinsona, choroby Huntingtona i wpływają na układ hormonalny. Więc jeśli masz niedoczynność tarczycy lub nadczynność tarczycy, sprawdź, czy te rzeczy są częścią problemu. Ponadto, excitotoksyny, GMS i aspartam, który jest marką NutraSweet, powodują trudności w rozwoju embrionalnym i neurologicznym. Więc, jeśli jesteś w ciąży, lepiej jest zacząć jeść naturalnie.

Możesz powiedzieć, że to nie ma znaczenia, bierzemy leki. Wszystkie **leki** mają skutki uboczne. Leki nadciśnieniowe, takie jak Reserpine, Aldomet i Catapres, powodują depresję i delirium. Środki przeciwdrgawkowe takie jak Dilantin, Tegretol i chloroquine powodują depresję, delirium, dezorientację, halucynację ... jak również wiele innych problemów. Leki przeciwzapalne, takie jak indoksen i naproksen, mogą powodować depresję i dezorientację, paranoję, delirium, halucynacje. Wiele z nich działa toksycznie na wątrobę; niektóre są toksyczne dla nerek. I oczywiście sterydy takie jak prednizon powodują depresję, lęk, osteoporozę i wiele innych objawów.

Nawet **antybiotyki** mają wiele skutków ubocznych i tak naprawdę się nie goją, ponieważ ich rolą jest zabijanie. Kiedy się ich używa, zabijają niektóre bakterie. Nie są one zbyt skuteczne. Kiedy bierzesz je, eliminują dobre bakterie w jelicie grubym i tak jesteś podatny na takie rzeczy jak Candida, zespół chronicznego zmęczenia, fibromyalgia itp. ponieważ potrzebujesz tych dobrych bakterii w jelicie grubym, aby pomóc strawić i przyswoić jedzenie. **Wszystkie leki mają skutki uboczne, wszystkie są szkodliwe w ten czy inny sposób. Kiedy bierzesz lek, możesz złagodzić objawy choroby, na którą atakujesz, ale leki nigdy nie leczą, zmieniają jedynie kształt lub lokalizację choroby.** W rzeczywistości, nawet w przypadku stosowania antybiotyków, każdy lekarz czy pielęgniarka widział, jak pacjenci umierają po podaniu odpowiednich dawek antybiotyku.

Kiedy się leczysz, nie jest to spowodowane antybiotykami lub innymi lekami; jest tylko jeden system w twoim ciele, który może cię leczyć i chronić przed wszystkimi chorobami, jest to **twój układ odpornościowy**. Kiedy zażywasz leki, każdy z nich ma negatywny wpływ na układ odpornościowy. To, co **naprawdę musimy zrobić, to porzucić nasze złe nawyki, dobrze się odżywiać i pozbyć się narkotyków, aby nasze ciało mogło nauczyć się samoleczyć.** Jeśli zażywasz leki, nie zatrzymuj ich nagle. Zrób to stopniowo, pod nadzorem wykwalifikowanego pracownika służby zdrowia. Ale rzeczywiście chcesz wydostać się z leków, a po przeczytaniu tej wiadomości zobaczysz, że możesz czuć się dobrze bez leków.

## 5- Ukryte niebezpieczeństwo

Codziennie robimy pewne rzeczy, nawet o nich nie myśląc; rzeczy, które są tak rutynowe i nawet nie przechodzą nam przez głowę. **Jeśli pijemy wodę z kranu, zawiera ona chlor. Chlor jest toksycznym gazem.** Rząd ujawnia, że dla naszego bezpieczeństwa potrzebny jest chlor w wodzie. Jednak wiele miast na całym świecie oczyszcza wodę za pomocą ozonowania, które jest substancją nieszkodliwą, jest to forma tlenu, ale dodają one chlor po tym, jak tlen wykonał swoją pracę. **Fluor jest również obecny w wodzie.** Rząd stosuje masowe traktowanie ludności. Mówi się nam, że jest to konieczne, aby zapobiec próchnicy zębów, ale jest wiele kontrowersji na ten temat.

**W rzeczywistości fluor jest trucizną; jest produktem pochodzącym z produkcji aluminium i stosowanym w pestycydach. Powoduje również tajemnicze choroby kości, przedwczesne starzenie się skóry i jest wysoce kontrowersyjne, czy rzeczywiście zapobiega próchnicy zębów.** Oprócz tego Kongres stworzył niedawno ustawę ostrzegającą przed pastą do zębów z fluorem, ponieważ **niektóre małe dzieci zmarły, ponieważ połknęły pastę do zębów po szczotkowaniu, a inne zmarły lub poważnie zachorowały w gabinetach stomatologicznych po połknięciu fluoru, który został włożony do ich ust podczas specjalnego leczenia.** Ma to również wpływ na mózg. W rzeczywistości w czasopiśmie "Brain Research" (1998) znajduje się artykuł, który pokazuje, że jedna część na milion fluoru może powodować chorobę Alzheimera, a jest to ilość, która jest zwykle obecna w naszej wodzie.

Są rzeczy dobre dla naszego zdrowia, których nie robimy regularnie: nie ćwiczymy wystarczająco dużo; nie otrzymujemy wystarczającej ilości tlenu ze

świeżego powietrza; nie wystawiamy się codziennie na działanie promieni słonecznych - lekarze mówią nam, abyśmy nie przebywali na słońcu, ale jest to dobre dla zdrowia, jeśli robimy to w odpowiedni sposób -; nie śpimy wystarczająco dużo, w odpowiednim czasie; nie pijemy wystarczająco dużo wody; jesteśmy bardzo zestresowani i dlatego nie usuwamy odpadów w odpowiedni sposób.

**Ćwiczenia fizyczne** mają pewne zalety. Zwiększa krążenie, tlen w całym organizmie, poprawia perystaltykę jelit, dzięki czemu pomaga wyeliminować odpady; zwiększa mięśnie w organizmie, dzięki czemu mięśnie mogą spalać tłuszcz; zwiększa zdolność organizmu do opierania się stresowi; pomaga wyeliminować toksyny; zmniejsza poziom cholesterolu; zmniejsza wagę, ciśnienie krwi, częstość uderzeń serca i lista wydłuża się. A jednak ludzie są telepatami, siedzą dzień po dniu przed telewizorem, zamiast zaczerpnąć świeżego powietrza i ćwiczyć fizyczne.

**Woda** jest kolejnym składnikiem. Każdy pije napoje zawierające kofeinę; jest to kawa lub napoje gazowane. Woda jest drugim najważniejszym składnikiem odżywczym w organizmie po Tlenie. Możemy żyć tylko kilka minut bez tlenu i kilka dni bez wody. **Woda obniża ciśnienie krwi, zmniejsza niepokój, zmniejsza alergię i astmę, i** powie nam dokładnie, jak to działa. Zmniejsza ból artretyczny poprzez ponowne nawodnienie chrząstki w stawie. Zmniejsza ból pleców i szyi poprzez nawodnienie małego krążka pomiędzy kręgami. **Może leczyć wrzody**, ponieważ jeśli organizm ma wystarczająco dużo wody, można wyprodukować wystarczająco dużo śluzu, aby chronić błonę śluzową żołądka, tak aby kwas solny w żołądku nie przechodził przez ten śluz w błonie śluzowej żołądka. Woda może obniżyć poziom cholesterolu i zmniejszyć bóle głowy i inne bóle, w tym migreny.

**Światło słoneczne** jest niezwykle ważne. Obniża ciśnienie krwi. Może zmniejszyć poziom cholesterolu, ponieważ zamienia on Twój cholesterol w witaminę D, kiedy słońce uderzy w Twoją skórę. **Wzmacnia układ odpornościowy, zabija bakterie, uspokaja układ nerwowy.** Kiedy śpisz na słońcu, kiedy leżysz, obniża poziom cukru we krwi poprzez zwiększenie zdolności organizmu do wprowadzania glukozy do komórki i jej wchłaniania. To jest jak naturalna insulina. Światło słoneczne zwiększa poziom tlenu we krwi i jest wykorzystywane przez tkanki organizmu, obniża tętno spoczynkowe i zwiększa tolerancję na stres.

**Tlen** jest tak ważny, ponieważ rak nie może rozwijać się w środowisku o wysokiej zawartości tlenu. A kiedy wprowadzasz więcej tlenu do swojego ciała, wypierasz dwutlenek węgla, który jest odpadem, którego chcesz się pozbyć. I oczywiście tlen zabija bakterie i wirusy. Tak więc świeże powietrze i światło słoneczne są bardzo ważne, razem przyczyniają się do zmniejszenia tempa wzrostu zachorowań na raka, a także do obniżenia ciśnienia krwi, o czym już wspominaliśmy. Ludzie nie stosują tego wszystkiego w praktyce, włącznie ze spaniem. Czasami śpią w dzień, a nie w nocy. Zaprojektowano nas tak, żebyśmy zasnęli krótko po zachodzie słońca i obudzili się, gdy słońce wzejdzie. Jedyny czas, w którym ciało może się wyleczyć, to czas, kiedy śpisz; ponieważ kiedy się obudzisz, zużywasz energię, podczas gdy kiedy śpisz, hormony lecznicze są produkowane przez twoje ciało i twoje ciało może się naprawić i zregenerować.

**Zarówno ciało, jak i umysł chorują bez odpowiedniego snu:** W rzeczywistości wykazano, że jeśli śpisz przed północą, godziny, w których śpisz przed północą są dwa razy ważniejsze i są skuteczne jak godziny po północy. Więc jeśli nie śpisz do północy lub 1 w nocy, straciłeś dwa razy więcej czasu snu. Im więcej śpisz o zachodzie słońca, tym bardziej rytm twojego ciała i biorytm są w harmonii z naturą i popycha cię to do tego, abyś chciał mieć ustalony harmonogram, abyś poszedł spać, wstać i jeść jednocześnie... ponieważ taki harmonogram poprawi zdolność twojego ciała do regeneracji. Twoje hormony, które pomogą Ci strawić pokarm biorący udział we wszystkich reakcjach organizmu, dotrą w określonym czasie, jeśli masz regularne harmonogramy. W przeciwnym razie wszystko będzie bałagan i ciało będzie tak zagubione, że skończysz z brakiem równowagi chemicznej; wtedy lekarz poda ci lekarstwa, aby spróbować skorygować tę nierównowagę. Jednakże, leki są tylko chemikaliami, które dostają się do organizmu i sprawiają, że jesteś bardziej niewyważony.

**Stres jest ważnym czynnikiem w depresji układu odpornościowego:** Kiedy jesteś zestresowany, Twój organizm emituje wszystkie rodzaje hormonów. Nazywa się je hormonami "walka lub lot". Jest to rodzaj reakcji, jaką masz, gdy jesteś ścigany przez lwa lub niedźwiedzia. Ten wielki wzrost energii ma miejsce, gdy uciekasz przed kimś, kto cię goni. Ale kiedy jesteś w pracy lub w domu, masz wielkie uwolnienie tych samych hormonów, a mimo to siedzisz. Ma to niezwykle destrukcyjny wpływ na twoje ciało. Ponieważ nie próbujesz ich ewakuować, ciężko pracując lub ćwiczyć fizyczne, ta chroniczna reakcja na stres jest stała w organizmie. Zatrzymuje perystaltykę jelita, więc nie można wyeliminować odpadów, więc żołądek wydziela więcej kwasu, co zwiększa ryzyko owrzodzeń i odwadnia ciało; stres jest bardzo odwadniający. I oczywiście odwodnienie, nie picie wystarczającej ilości wody jest również stresujące dla organizmu. Więc wchodzisz w ten krąg odwodnienia i większego stresu.

Jedną z rzeczy, które można zrobić, że kilka osób robi regularnie w dorosłym życiu jest śmiech. Dzieci śmieją się 400 razy dziennie, a dorośli średnio 25 razy. Co się dzieje z tymi 375 śmiechami? **Śmiech obniża ciśnienie krwi, pobudza układ odpornościowy, łagodzi układ nerwowy, rozluźnia żołądek i jelito, a w rzeczywistości jest jednym z największych budowniczych układu odpornościowego.** Biblia mówi nawet, że *szczęśliwe serce jest dobrym lekarstwem*. Przypowieści Salomonowych 17:22. Jedną z najważniejszych rzeczy w twoim ciele, o których nie zawsze myślisz, jest usuwanie odpadów. Większość chorób, w rzeczywistości, prawie wszystkie choroby jest spowodowane przez połączenie 3 czynników: **niedożywienia, odwodnienia i stresu.**

**Niedożywienie:** Nie wynika to z braku kalorii, ale raczej z braku witamin, minerałów i enzymów. Tłuszcz, białko i cukier to główne składniki tego, co jesz. Kiedy jesz gotowane jedzenie, zbyt dużo tłuszczu, zbyt dużo białka, twoje jelita są pokryte przetworzonym materiałem. Więc masz nieodpowiednią utylizację. Kiedy rodzi się dziecko, ma doskonały system eliminacji. **Dziecko będzie miało stołek w ciągu 30 minut od każdego posiłku. Tak mamy być nawet wtedy, gdy dorośniemy.** Ale odrzuciliśmy wezwanie natury, nie pijemy wystarczająco dużo wody, jemy wszystkie niewłaściwe jedzenie i nasz przewód pokarmowy staje się bardzo powolny. Cierpimy więc na niedożywienie, ponieważ zjadamy niewłaściwą żywność w nadmiarze i nie jemy właściwej żywności.

**Odwodnienie:** Nie pijemy wystarczająco dużo wody, lecz kofeinę. Kofeina jest lekiem moczopędnym; odwadnia organizm bardziej niż pozytywnie wpływa. **Im więcej pijesz napojów zawierających kofeinę, tym bardziej jesteś odwodniony. Kiedy jesteście odwodnieni, wasze odpady nie mogą dobrze przepływać przez wasze jelito cienkie, które ma około 10 m długości, aby wydostać się z ciała, co jest jedną z przyczyn zaparc.**

**Stres:** Każdy jest zestresowany, idzie do i wracając z pracy ... każdy pracuje za dużo, w pracy, w domu! Kiedy tak się dzieje, twój żołądek jest w węźle, twoje jelita się kurczą, perystaltyka ustaje, a wszystkie te hormony stresu są produkowane w twoim ciele - wszystko to tłumi układ odpornościowy i twoja eliminacja cierpi strasznie. **Kiedy masz zaparcia, nie możesz wyeliminować i ponownie wchłonąć tych toksyn.** Mówisz: "Dlaczego mój lekarz mi tego nie powie?" Artykuł w gazecie "The British Medical Journal" z 1991 r. nosi tytuł "**Gdzie jest mądrość?**". Ujawnia, że tylko 15% wszystkich zabiegów i interwencji, które lekarze zapewniają pacjentom, jest wspieranych przez dobre badania naukowe; 85% jest po prostu 'dobre; ja to zrobię, dobrze, mój nauczyciel powiedział mi, lub książki mówią, że...'. Nauczono nas diagnozować tylko zestaw objawów i podać lek, aby je zamaskować; naprawdę widzisz, dlaczego nigdy nie zostaniesz wyleczony przez to podejście.

## 6- Choroba serca

Według Amerykańskiego Stowarzyszenia Medycznego i rządu, choroba serca jest główną przyczyną zgonu. W tym w chorobie serca lub choroby serca są: dławica piersiowa, która jest tylko ból serca; zawał serca oczywiście, który jest określany jako infekcja mięśnia sercowego; choroba wieńcowa, która oznacza tylko, że twoje tętnice wieńcowe, tętnice twojego serca, są wypełnione tłuszczem i białkami przechowywanymi jako tłuszcz. Miażdżyca tętnic jest tym samym zjawiskiem, z tym wyjątkiem, że dotyczy to tętnic całego ciała. Wtedy przejściowe ataki niedokrwienne są jak wiele udarów, gdzie krew może być odcięta od jednego z naczyń w mózgu, a często prekursorem prawdziwego udaru. Wtedy jest wysokie ciśnienie krwi, to znaczy wysokie ciśnienie krwi. Co to wszystko ma wspólnego? Wszystko to z powodu zwężenia tętnic. Kiedy idziesz do lekarza, czasami podaje ci leki, abyś spróbował otworzyć tętnice, abyś nie odczuwał bólu dławicy piersiowej, co oznacza, że twoje serce nie pompuje wystarczającej ilości krwi. W przypadku zawału serca, on lub ona może dać ci leki, aby spróbować zwiększyć wydajność twojego serca. A jeśli masz chorobę wieńcową, często sugeruje pomostowania tętnicy wieńcowej. Zastanówmy się nad tym. Czy dusznica bolesna jest spowodowana niedoborem nitrogliceryny? Oczywiście, że nie! Nitrogliceryna ma skutki uboczne. Wszystkie te leki mają skutki uboczne.

Czy choroba wieńcowa jest spowodowana brakiem operacji pomostowania tętnicy wieńcowej? Nie. A jeśli masz operację pomostowania naczyń wieńcowych, w której usuwasz żyły z nogi lub naczynia w klatce piersiowej i omijasz zablokowane tętnice w sercu, co oznacza, że już tego nie doświadczasz. W rzeczywistości niektórzy ludzie przechodzą operacji pomostowania tętnic jeden po drugim i wydają około 40-60 tysięcy dolarów. Jeśli masz udar, to dlatego, że nie masz wystarczającej ilości krwi w mózgu, ponieważ naczynia są



zbyt wąskie. Udar nie jest spowodowany niedoborem leku lub wysokim ciśnieniem krwi.

Porozmawiajmy o tym, co ich łączy. Kiedy spożywa się tłuszcz, cukier przechowywany w postaci tłuszczu i nadmiaru białka - przeciętny Amerykanin spożywa 125 g białka dziennie; wszystkie średnie dorosłe osoby naprawdę potrzebują około 40 g białka - są one przechowywane w postaci tłuszczu. Więc są te wszystkie tłuszcze, które krążą w twojej krwi i czynią ją grubszą. Nie pijesz wystarczająco dużo wody i to również zagęszcza twoją krew. I ten tłuszcz gromadzi się na ścianach waszych tętnic, przez co ściany stają się grubsze, a otwarcie waszych naczyń krwionośnych mniejsze. Tak więc, twoje serce musi pompować ciężiej, aby uzyskać tę gęstą, tłustą krew przez mniejszy otwór. Co sądzisz o konsekwencjach? Zwiększa ciśnienie w tętnicach, powodując wysokie ciśnienie krwi. Ponadto powoduje to zmniejszenie ilości krwi, a tym samym ilości tlenu przedostającego się do mięśni serca, co może spowodować zawał serca. Może również spowodować spowolnienie przepływu krwi i zakrzep w mózgu, który spowoduje udar mózgu.

Widzisz, nie jest trudno zrozumieć przyczynę tych problemów. W rzeczywistości wszyscy lekarze wiedzą, że zmiana diety i stylu życia zapobiegnie lub odwróci chorobę serca. W wiodących szkołach medycznych istnieją ważne programy mające na celu odwrócenie tego typu chorób. Umieszczają cię w programie ćwiczeń, umieszczają na lepszej diecie, zmniejszają poziom cukru, zmniejszają ilość spożywanego mięsa, a w rzeczywistości wielu ludziom się polepsza. Ale mówią, że to nie działa na żadną inną chorobę. Dzisiaj dowiemy się, że to działa w przypadku wielu innych chorób. Chcę pokazać list, który niedawno otrzymałem, w którym jest napisane: "*Pilne wycofanie produktu.*" Jest ulotka o leku zwanym Pazacur, przeciwnadciśnieniowym i przeciwianginalnym. Odrzucili go z rynku, ponieważ jego skutki uboczne są tak szkodliwe. Istnieje wiele innych leków na rynku, które ludzie przyjmują tu i ówdzie, z wieloma efektami ubocznymi.

Oto artykuł z Uniwersytetu Kalifornijskiego w San Francisco Medical School pokazujący, że istnieją programy beznarkotykowe, tylko ćwiczenia fizyczne, zmiana diety i stylu życia, który poprawia chorobę serca. Oto kolejny list od lekarza z tego kraju, który pokazuje, że **gniew zwiększa ciśnienie krwi i choroby serca. Powoduje to zwężenie tętnic i zmniejszenie ilości krwi docierającej do mózgu i serca. Powoduje produkcję wielu hormonów, które uszkadzają układ odpornościowy.** W rzeczywistości Amerykańskie Stowarzyszenie Medyczne stwierdziło w artykułach z 1995 i 1998 roku, że zmiana diety i stylu życia naprawdę zapobiegnie wszystkim tym chorobom.

Niedawno zrobiłem film zatytułowany "*Nie możesz zrobić lepiej niż Bóg*", w którym przeprowadziłem wywiad z moją 85-letnią mamą. Miała ciężką chorobę autoimmunologiczną zwaną pseudopolizarthrites rhizomelic. Założyłam jej tę samą dietę, którą stosowałam do leczenia nowotworów, a ona była w stanie pozbyć się czterech leków na wysokie ciśnienie krwi, które przyjmowała przez 35 lat. **Pozbyła się go w ciągu trzech tygodni**, stosując tę dietę i plan zmiany stylu życia, aby **usunąć tłuszcz, nadmiar białka, usunąć cukier z organizmu, pić dużo wody, jeść dobre jedzenie z dużą ilością surowego**

**jedzenia, odpoczynek, ćwiczenia fizyczne, uzyskać świeże powietrze i słońce.** Wszystkie te rzeczy wydają się bardzo proste.

Lekarze mówią, że potrzebujemy leków, ale **leki nie leczą chorób.** W rzeczywistości, wszystkie one mają skutki uboczne. Jeśli otworzymy "Physicians' Desk Reference", ogromną, dużą książkę z bardzo małymi postaciami, wszystkie ich efekty uboczne są tam. Jest produkowany przez firmy farmaceutyczne. Przekonasz się, że w całej książce nie ma ani jednego leku bez skutków ubocznych. Niektóre są tak poważne, że powodują śmierć. Ale dlaczego chcesz umrzeć od leku, który bierzesz, że prawdopodobnie ma znacznie bardziej niebezpieczny efekt uboczny niż wpływ choroby może mieć na organizm?

Choroba wieńcowa serca nie jest spowodowana niewystarczającą operacją obejściową, ale nadmiarem tłuszczu i cholesterolu, który znajduje się w produktach pochodzenia zwierzęcego, a nie roślinnego. **Choroba serca jest spowodowana nadmiarem białka występującym w mięsie, drobiu, rybach, produktach mlecznych i jajach, ponieważ nadmiar ten jest przechowywany w postaci tłuszczu.** Zwiększa on poziom trójglicerydów, które są miarą tłuszczu we krwi.

Cukier przechowywany jest w postaci tłuszczu i ma te same problemy. Aspartame, czyli NutraSweet, powoduje nieprawidłowe tętno, duszność, ból w klatce piersiowej i nadciśnienie tętnicze. Kofeina może powodować arytmie lub nieregularne tętno. Brak ćwiczeń fizycznych przyczynia się oczywiście do chorób serca, ponieważ nie ewakuuje się tłuszczu, tlen nie przepływa do mięśni, w tym do mięśnia w sercu. Fluor powoduje zwapnienie tętnic, a odwodnienie powoduje zgęstnienie krwi. A potem, kiedy nie jesz wystarczająco dużo jedzenia, wystarczająco dobrych surowych świeżych owoców i warzyw, nie masz wystarczająco dużo antyoksydantów w organizmie, które pobudzają krążenie i niszczą w organizmie toksyny, odpady powstałe w wyniku codziennych reakcji w organizmie. I to nie jest tajemnica; **możesz pozbyć się choroby serca.** Nie musisz mieć operacji pomostowania tętnicy wieńcowej... **Jedynym sposobem na znalezienie długoterminowego rozwiązania jest zmiana sposobu jedzenia i życia** oraz pozbycie się stresu.

**Stres jest jedną z głównych przyczyn śmierci w Ameryce. A jeśli trzymasz urazę, masz gniew, jesteś pod ogromnym stresem w pracy, w domu lub cokolwiek robisz, wszystko to powoduje wzrost zawartości tłuszczu we krwi; powoduje zwężenie tętnic i pomaga zwiększyć możliwość wystąpienia chorób serca.** Nie możesz naprawdę wyleczyć się z choroby serca bez zmiany stylu życia. Można mieć operację obejścia jedną po drugiej, ale nie będzie ona skuteczna. Naprawdę poczujesz się lepiej tylko poprzez zmianę diety.

## 7- Rak

Istnieje kilka rodzajów nowotworów. My w zawodzie lekarza dzielimy je na różne kategorie. Rak obejmuje chorobę Hodgkina i białaczkę, która jest niczym więcej niż rakiem krwi, tylko na innym narządzie. Szpiczak mnogi wpływa na kości i inne tkanki w całym organizmie. Czerniak złośliwy (jest to rak, który wydaje się zaczynać w skórze, ale może być naprawdę śmiertelną chorobą, różni się od zwykłego raka skóry). Istnieje rak mózgu, piersi, prostaty, żołądka, okrężnicy, wątroby, trzustki, wielu różnych organów, nawet AIDS jest formą raka. Jednak

rak jest rakiem - nawet jeśli mamy wszystkie te różne nazwy, **wszystkie nowotwory są spowodowane tłumieniem układu odpornościowego. Rak jest naprawdę chorobą deficytową.**

Wiesz, w 1500 roku, kiedy marynarze wychodzili na statki podczas krucjat i innych działań, wielu z nich zginęło. W rzeczywistości zapadli na straszliwą chorobę, która zdewastowała kraj i otrzymali leki, które mieli w tym czasie, ale ci marynarze zmarli w dużej liczbie. W końcu ktoś zdecydował się położyć limonki na statku. A żeglarze jedli limonki, ponieważ naprawdę cierpieli na chorobę związaną z niedoborem, niedoborem witaminy C, szkorbutem. Kiedy je zjedli, nie byli martwi i byli zdrowi. Dlatego angielscy żeglarze dostali imię Limeys. Zajął reszcie zawodu lekarza około 200 lub 250 lat, aby to sobie uświadomić, i uświadomić sobie, że nie było to nic więcej niż choroba niedoboru. Rak jest spowodowany przez 3 podobne rzeczy, o których rozmawialiśmy wcześniej: **Niedożywienie z powodu złego odżywiania, odwodnienie**, ponieważ organizm pracuje z wodą. Nie konsumujemy wystarczająco dużo i **stresujemy się. Jeśli połączysz te trzy rzeczy razem, zobaczysz, że są one prawdziwymi głównymi przyczynami nie tylko raka, ale wszystkich chorób.**

Zainteresowałem się bardziej rakiem, bo na niego cierpiałem. Rak jest prawdopodobnie najbardziej przerażającą chorobą znaną człowiekowi i najbardziej przerażającym słowem w języku angielskim. Miałem śmiertelnego raka. Najpierw opracowałem bryłę, która była mała. Miałam biopsję i był to gruczolakorak przewodu pokarmowego typu inwazyjnego, rak piersi. Biopsja ta miała miejsce na jednej z głównych uczelni medycznych, w szpitalu, w którym znajduje się duży oddział leczenia nowotworów. Zostało to udokumentowane przez patologów, takich jak inwazyjny gruczolakorak przewodu piersi. Piłka była bardzo duża na mojej piersi. Po usunięciu okazało się, że w trakcie zabiegu nie mogli uzyskać wyraźnych marginesów, innymi słowy, rak rozprzestrzenił się już w mięśniach ściany klatki piersiowej; nie było go jeszcze w guzik pod pachą. Miałam więc kolejny zabieg chirurgiczny, w którym próbowano wykonać mniejsze nacięcie i wyciąć wszystko z raka, ale nie mogli tego zrobić, rozprzestrzenił się zbyt daleko.

Zmieniłem swoją dietę radykalnie bez wpływu na inne czynniki w moim życiu, w tym stres, i nie wiedziałem, jak ważne jest prawidłowe spożywanie wody. Ale zmieniłam dietę i zamieniłam się w owoce, zboża i warzywa. Usunąłem cukier, kofeinę i wszystkie inne złe rzeczy z mojej diety, ale mój guz wrócił... Miałem pierwsze usunięcie, ale guz odrósł. Był to rozmiar marmuru i pozostawał taki rozmiar przez kilka miesięcy, ponieważ próbowałem go zlikwidować, ponieważ nie musiałem przyjmować chemioterapii ani radioterapii, ponieważ niszczą one twój układ odpornościowy, który jest tym, czego potrzebujesz do wyleczenia. Nagle, przez około 3 tygodnie, guz ten urósł do rozmiaru dużego owocu winogronowego i prawie miał pękać na mojej klatce piersiowej. To było ogromne! I stało się to bardzo bolesne. Nie wiedziałem, co zamierzam zrobić, ponieważ **zdecydowałem się nie przyjmować chemioterapii i radioterapii.**

W końcu udało mi się znaleźć chirurga, który usunąłby część tego guza, bo zaraz pęknie mi na klatce piersiowej i nie chciałem mieć otwartej rany. W tym czasie miałem węzły chłonne pod pachą i nad obojczykiem. Węzły pod moim ramieniem

były duże jak orzech włoski, a ból był silny. Wszelkie leki przeciwzapalne, które wzięłem, były daremne. Więc znalazłem chirurga, który myślał, że zrobi mi przysługę, operację paliatywną, usuwając część guza, i zrobił to, **a potem odesłał mnie do domu, abym umarł. W tym czasie** miałem jeszcze wiele guzów w centralnym regionie, jeden w mięśniu ściany klatki piersiowej, a drugi w węźle chłonnym. Odmówiłem usunięcia węzłów chłonnych, ponieważ są one częścią twojego układu odpornościowego.

Więc poszedłem do domu i poszedłem zgodnie z planem... **Zacząłem pić dużo wody, a także sok z marchwi, zielone warzywa liściaste i naturalne jedzenie. W rzeczywistości, 75% mojego jedzenia było surowe, a ja nauczyłem się usuwać stres z mojego życia.** Ważne jest zaufanie do Boga. Od samego początku miałem bardzo złe doświadczenia z medytacją i wizualizacją. Zrozumiałem, że tylko Pan Jezus Chrystus może usunąć stres z naszego życia. Zacząłem więc spędzać dużo czasu na studiowaniu Biblii i modlitwie, co pomogło mi złagodzić stres.

Kiedy to zrobiłem, w ciągu 8 miesięcy, rak całkowicie zniknął. Miałem wiele trudnych momentów w tym okresie... Wiele wzlotów i upadków, niepokoju, depresji, miałem różne objawy... I czułem się tak źle, że w pewnym momencie nie spodziewali się, że będę żył całą noc. Nie mogłam jeść ani pić. Więc mogę ci powiedzieć, że ten plan działa. Byłem tak blisko śmierci, że nie spodziewano się ode mnie, że przeżyję, a mimo to żyję, jestem zdrowy i wolny od nowotworów. Jak powiedziałem, całkowite pozbycie się raka bez chemioterapii, bez promieniowania, bez mastektomii zajęło mi 8 miesięcy.

Rak nie jest nieuleczalną chorobą... **Pamiętaj, że rozmawialiśmy o bólach głowy, które nie są spowodowane niedoborem aspiryny. Zróbmy jeszcze jeden krok. Rak nie jest spowodowany brakiem chemioterapii lub niedoborem promieniowania.** W rzeczywistości **chemioterapia i promieniowanie niszczą układ odpornościowy, który jest tym, czego potrzebujesz, aby odzyskać zdrowie. Chemioterapia i radioterapia powodują raka.** Powiedziano nam, że przyczyna raka jest nieznaną, ale to nieprawda. Amerykańskie Stowarzyszenie Medyczne opublikowało artykuł w swoim czasopiśmie, w którym mówi się, że 65% nowotworów można zapobiec poprzez zmianę diety. Mówię, że to 99%.

Ale przyznają co najmniej 65%. **Jeśli 65% nowotworów można zapobiec poprzez zmianę diety, to jaka jest tego przyczyna? To zła dieta.** Przyznają, że w pewien sposób, z wyjątkiem tego, że w przypadku raka, nie ma co z tym zrobić, z wyjątkiem chemioterapii i radioterapii oraz usuwania narządów. Powiem ci, że rak nie jest spowodowany nadmiarem organów. Więc dlaczego ciągle je zdejmujemy? Musimy zdać sobie sprawę, że możemy zapobiec rakowi, a nawet jeśli go posiadasz, możemy go wyleczyć. Nie niszczy jedyne systemu, którego potrzebujesz, by być zdrowym.

Rak tworzy się w twoim ciele, jeśli twój układ odpornościowy jest już poważnie słabiony. Wszyscy mamy komórki nowotworowe w naszym organizmie każdego dnia; tylko wtedy, gdy nasz system działa dobrze, niszczy je. Ale **kiedy nie działa dobrze z powodu nadmiernego spożycia cukru, tłuszczu, białka, chemikaliów i innych rzeczy,** nie może zniszczyć komórek nowotworowych.

W ten sposób mogą one gromadzić się i tworzyć guzy, a lekarz postawi diagnozę i zaproponuje leczenie, które faktycznie powoduje raka. Kiedy kobiety idą na mammogram, mammogramy są promieniowaniem. Twoi lekarze i dentyści powiedzą ci: **"Nie bierz zbyt wielu zdjęć rentgenowskich, one powodują raka"**. Ale mówią: **"Musisz zrobić zdjęcie rentgenowskie, żeby sprawdzić, czy masz raka. A potem, jeżeli masz raka, podamy ci dobrą dawkę tego, czego ci każemy uniknąć, bo to powoduje raka."** To nie ma żadnego sensu. Wyprano nam mózg, żeby w to uwierzyć. Przyjrzyjmy się niektórym lekom stosowanym w leczeniu raka.

## 8- Chemioterapia i radioterapia

### 8.1- Chemioterapia

Chemioterapia jest substancją chemiczną stosowaną w leczeniu. Chemikalia, "Chemia", terapia, "leczenie". Oto niektóre chemikalia powszechnie stosowane w leczeniu nowotworów, leki chemioterapeutyczne. Wiele osób nie zdaje sobie sprawy, że anty-estrogeny takie jak Arimidex i Tamoxifen również tworzą chemioterapię. Myślą, że należą do innej grupy. Ale wszystkie z nich mają skutki uboczne. W rzeczywistości książka zatytułowana *"The Physicians' Desk Reference"* jest dostępna w gabinetach wszystkich lekarzy. Zawiera wiele skutków ubocznych środków zaradczych. Jest to książka napisana bardzo małą czcionką i każdy lekarz ją ma, ale często nie informują o wszystkich skutkach ubocznych. Pozwól mi przejrzeć kilka z nich.

**Cytoksan**, jest jednym z najstarszych. To była musztarda azotowa, jeden z pierwszych leków do chemioterapii. Został użyty podczas II wojny światowej do zabicia naszych wrogów. Pod koniec wojny zastanawiali się, co zrobić z tym produktem, a następnie postanowili dać go pacjentom chorym na raka, myśląc, że mogą zabić raka bez zabijania pacjenta. Ale ten lek wykonuje swoją pracę bardzo dobrze; zabija wielu ludzi. Cytoksan powoduje kilka rodzajów nowotworów. Chemioterapia powoduje raka, krwotoczne zapalenie mięśnia sercowego, które powoduje krwawienie wokół serca, krwotoczne zapalenie okrężnicy, krwawienie w okrężnicy i macicy układu moczowego, włóknienie płuc i zapewnia erozję płuc. Powoduje również nudności, wymioty i wypadanie włosów.

**Methotreksat** ma silne ostrzeżenie w PDR (Physicians' Desk Reference), że reakcje toksyczne mogą być śmiertelne. Śmierć nastąpiła podczas leczenia nowotworów złośliwych. Jest również stosowany w leczeniu łuszczycy i reumatoidalnego zapalenia stawów, ale jest to lek śmiertelny. Powoduje raka u zwierząt, powoduje owrzodzenia jamy ustnej, przełyku i żołądka, może naprawdę sparaliżować jedną stronę ciała, powodować drgawki i niewydolność nerek.

**Leki przeciw estrogenne:** Leki przeciw estrogenowe, które lekarze generalnie nie są klasyfikowane jako chemioterapia: **Arimidex**, który promuje ciśnienie krwi, drgawki, niepokój, krzepnięcie krwi, krwawienie z pochwy, parestezja, gdzie masz drętwienie w opuszkach palców, ból w klatce piersiowej, duszność i wymioty. Innym bardzo popularnym jest **tamoksyfen**, z marką **Novadex**. Lekarze czasami kierują ludźmi, którzy nawet nie mają raka piersi, do tamoksyfenu, po prostu dlatego, że mają historię rodzinną. Tamoksyfen

powoduje raka macicy, wątroby, wzmożone bóle kości i nowotworów, depresję, torbiel jajnika, skrzep krwi w płucach, kataraktę i retinopatię z siatkówką oka.

## 8.2- Promieniowanie

**Promieniowanie spala wszystko na swojej drodze.** Kiedy układ odpornościowy jest poważnie uszkodzony, ma duże trudności z odzyskaniem sił. Jednakże, jeśli poddałeś się temu zabiegowi, czasami możesz radykalnie zmienić swoją dietę i wyzdrowieć. Ale naprawdę spróbuj wydostać się z tej dziury, gdy już będziesz miał te zabiegi. Mówisz: *"Dlaczego nie usunąć raka, czy nie jest to sposób na pozbycie się go?"* Pozwól, że zadam ci to pytanie: Jeśli twoje dziecko ma ospę wietrzną i jest bardzo chore, czy udałbyś się do sklepu, aby kupić lekarstwa i spróbować spalić wszystkie te ospy wietrzne, czy też udałbyś się do chirurga i poprosiłbyś go o usunięcie tych wszystkich śladów ospy wietrznej ze skóry twojego dziecka, tak aby się ich pozbył? Oczywiście, że nie! Można je usunąć, ale dziecko nadal będzie na nie cierpieć, ponieważ ospa na skórze jest tylko lokalnym objawem choroby układowej. To jest rak, lokalny przejaw choroby układowej. Jesteś chory, ponieważ twój układ odpornościowy nie działa prawidłowo. Więc **kiedy po prostu usunąć raka, wiem, że wszystkie czynniki, które przyczyniły się do powstania raka, są nadal w organizmie.** Może on wrócić albo w to samo miejsce, albo w inne miejsce, albo będziesz miał inną poważną chorobę, chyba że zmienisz wszystkie te czynniki.

A co z usuwaniem węzłów chłonnych? Według lekarzy, węzły chłonne powinny być usuwane w przypadku raka. Jeśli masz infekcję na stopie i opuchnięte gruczoły tworzą się w pachwinie, czy udałbyś się do chirurga i powiedziałbyś mu, żeby je usunął, ponieważ są one zaangażowane w infekcję? Oczywiście, że nie! Ponieważ te gruczoły, te węzły chłonne w pachwinie zapobiegają rozprzestrzenianiu się infekcji. Tak samo jest z węzłami chłonnymi w obliczu raka, są one częścią twojego układu odpornościowego. **Kiedy mają raka, to dlatego, że wykonują swoją pracę, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się raka. Więc jeśli pójdziesz do chirurga, aby je usunąć, zniszczysz małych policjantów przy drzwiach, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się raka.** Następnie jest chemioterapia lub radioterapia, która niszczy układ odpornościowy, po której rak nie ma już bariery; może rozprzestrzeniać się wszędzie. Więc to nie jest sposób na wyleczenie raka. Musisz odpowiednio nakarmić swoje ciało.

## 9- Przyczyny raka

Ludzie mówią: *"że mam raka, bo go odziedziczyłem. Moja mama miała raka, być może raka piersi, mama mojej mamy miała raka piersi."* Pozwól, że zapytam cię o to: Jeśli widzisz grubą kobietę chodzącą po ulicy, z nadwagą i trzymającą za ręce duże dzieci wokół niej, czy uważasz, że mają tę wagę z powodu problemu genetycznego? Mało prawdopodobne. Matka karmi się sama, a matka karmi swoje dzieci. Z pewnością możemy odziedziczyć te modele, ale bardzo niewiele nowotworów jest naprawdę odziedziczonych. To, co **kopiujemy od naszych rodziców, to zarządzanie żywnością i stresem.** Poprzez swoje działania pokazują nam, jak radzić sobie ze stresem, a to może nie być właściwa droga. Więc jeśli twoja matka ma raka piersi lub jakikolwiek inny rodzaj raka, lub jeśli istnieje historia rodzinna, uczysz się od matki i babci jeść, a ogólnie nie wszystko

jest dobre. Jesteśmy przyczyną chorób, ponieważ jesteśmy ignorantami, nie rozumiemy, że wszystko, co jemy, daje nam zdrowie lub sprawia, że jesteśmy chorzy.

Wszystko, co robimy, czy robimy ćwiczenia fizyczne, czy nie, czy pójdziemy pod słońcem lub uzyskać świeże powietrze, te rzeczy mają istotny wpływ na nasze zdrowie. Więc kiedy zachorowaliśmy, weźmy na siebie odpowiedzialność. Nauczmy się pozbywać się chorób i zapobiegać im. Rzadko są dziedziczne. Jesteśmy architektami naszego własnego nieszczęścia... Idziemy do sklepów spożywczych, aby zebrać przyczyny nowotworów i przywieźć je do domu, a następnie jemy, stresujemy się również w chorobach nowotworowych i jest to spowodowane naszą rutyną. **Jak powiedziałem, nie można mieć raka, jeśli układ odpornościowy nie jest poważnie Choked. Więc musisz nauczyć się budować swój układ odpornościowy w sposób naturalny.**

Przyjrzyjmy się przyczynom raka. Są:

**Leki, które** bierzesz, mogą powodować raka. Jeśli spojrzysz na tę wielką czerwoną książkę, którą ci właśnie pokazałem, zobaczysz, że wiele środków przeciwhipertensyjnych, a nawet niektóre leki na stany lękowe i depresję mogą naprawdę powodować raka. Niektóre leki na nadciśnienie tętnicze również sprzyjają rozwojowi raka. Terapia estrogenowa, zastępcza terapia estrogenowa może powodować raka. Może powodować wzrost zachorowalności na raka piersi, może powodować raka macicy i każdy rodzaj raka w organizmie.

**Fluor:** Według niektórych ekspertów, w tym dr Johna Yiamouyiannisa, który napisał książkę zatytułowaną: "*Fluor, czynnik starzenia się*", wydaje się istnieć związek między fluorem a rakiem.

**Aspartam:** NutraSweet jest związany z guzami, zwłaszcza guzami mózgu, rakotwórczymi.

**Mięso:** Zwierzęta cierpią na choroby, na które możemy się zarazić, jedząc mięso. Kiedy gotujemy drób, mięso lub ryby, wytwarzają one substancje rakotwórcze. Stada mleczarskie są zakażone wirusem białaczki bydła i wirusem AIDS u bydła.

**Mleko** jest zakażone wirusem białaczki bydła. W rzeczywistości, badanie z 1980 r. wykazało wzrost występowania białaczki u ludzi na obszarach o wysokim stężeniu białaczki bydła w stadach mlecznych.

**Cukier** unieruchamia układ odpornościowy na 4 godziny po spożyciu. Twoje białe krwinki nie mogą się oprzeć chorobie.

**Kofeina i alkohol** są środkami odwadniającymi i uważa się, że są one związane z rakiem piersi.

**Środki konserwujące** znajdują się we wszystkich pakowanych produktach spożywczych i żywności w puszkach, niektóre z nich naprawdę wywołują raka.

**Barwniki spożywcze** znane jako rakotwórcze. Ten nowy fałszywy tłuszcz, olestra, usunie rozpuszczalne w tłuszczach witaminy z Twojego organizmu - potrzebujesz go dla zdrowego organizmu i aby zapobiec nowotworom.

**Przetworzone produkty żywnościowe:** Biały ryż, biały chleb, wszystkie substancje chemiczne i brak składników odżywczych w przetworzonej żywności, wszystkie te rzeczy przyczyniają się do choroby organizmu.

**Silikonowy żel** wszczepiony w pierś okazał się być szkodliwy dla układu odpornościowego. Zdecydowanie zalecam usunięcie silikonowych implantów żelowych w piersiach, jeśli je posiadasz. Jest kilka przypadków kobiet, które miały poważne choroby autoimmunologiczne... wygląda na to, że miały ten silikonowy żel wszczepiony w ich ciałach.

**Palenie: Palenie** powoduje powstawanie blizn, wiesz, że istnieje związek między paleniem a rakiem płuc, istnieje również związek między paleniem a rakiem macicy, a także rakiem jamy ustnej, przełyku, pęcherza moczowego, nerek i trzustki.

**Brak światła słonecznego:** Słońce zmniejsza rozmiar wewnętrznych nowotworów nowotworowych.

**Brak świeżego powietrza i ćwiczeń fizycznych:** Rak rozwija się w środowisku z niedoborem tlenu.

**Środki chemioterapeutyczne** również wywołują raka, jeśli nie działają, można wykonać przeszczep **szpiku kostnego**. Zniszczy to cały twój układ odpornościowy, który musisz odzyskać i wyobrazić sobie konsekwencje. Ponadto, **jeśli masz przeszczepiony narząd, taki jak nerka lub wątroba, dostajesz te same środki chemioterapeutyczne w celu wyeliminowania układu odpornościowego, aby nie odrzucił on przeszczepu.**

Jak widzisz, to, co naprawdę musisz zrobić, aby być zdrowym i zapobiegać nowotworom, to dobrze nakarmić organizm, nawodnić go dobrze, pijąc dużo wody, ponieważ odwodnienie okazało się jednym z głównych czynników powodujących raka, a w rzeczywistości, nie mogłem się poprawić, dopóki nie zacząłem pić dużo wody. **Mówię, że przeciętny człowiek potrzebuje minimum 10 szklanek dziennie** tylko po to, by zastąpić codzienne straty wody. Nie byłem przyzwyczajony do picia wody przez całe życie. Wypiłem kawę i kofeinowane napoje gazowane. Odkryłem więc, że mam 18 lat opóźnienia w zużyciu wody.

## 10- Choroby Autoimmunologiczne

Kolejna kategoria to choroby autoimmunologiczne. Zaczniemy od sposobu, w jaki dzielimy je na kategorie w medycynie: Reumatoidalne zapalenie stawów, toczeń rumieniowaty układowy, twardzina, zapalenie wielomięśniowe, zapalenie skórno-mięśniowe, a następnie reumatyczna polimialgia. Wszystko to jest związane z problemami stawów i tkanek. W ten sposób lekarz może Ci powiedzieć, że twój układ odpornościowy jest zbyt silny, ale nie jest to możliwe, w przeciwnym razie byłoby to zbyt zdrowe-kiedy jesteś zdrowy, jesteś tak zdrowy, jak tylko możesz. A kiedy twój system immunologiczny działa dobrze, nie zaszkodzi ci to. Jeśli masz którąkolwiek z tych chorób, to dlatego, że twój układ odpornościowy nie działa dobrze i jest duszony z powodu niektórych rzeczy, o których rozmawialiśmy... Choroby te są w rzeczywistości niedoborami żywieniowymi: niewystarczająca ilość niezbędnej żywności, nadmiar zbędnej żywności, słaba eliminacja, niewystarczająca ilość wody. **Znam wielu**



**pacjentów, którzy zostali wyleczeni z reumatoidalnego zapalenia stawów. Wielu osobom na wózkach inwalidzkich udało się wstać i odzyskać siły.** Jeśli masz poważne i trwałe upośledzenie stawów, nie mówię, że wstaniesz i zatańczysz, ale mogę ci powiedzieć, że możesz zatrzymać postęp choroby i odwrócić zmiany, które nie są trwałe.

Moja matka, jak już powiedziałem, miała poważną chorobę autoimmunologiczną zwaną Polymyalgia Rheumatica w wieku 85 lat **i wyzdrowiała w ciągu 6 miesięcy bez żadnych leków**, po prostu stosując dietę omówimy później, **jak wyleczyć prawie wszystkie choroby**. Przeprowadziłem z nią wywiad w tym nagraniu "*Nie możesz zrobić lepiej niż Bóg*". Zobaczysz, że na początku nie była zbyt zadowolona ze zmiany diety. Ale teraz jest wyleczona. Była strasznie chora i nie była w stanie jeść i ubierać się, a także odczuwała wielki ból. Ale jego trigliceryd, który jest miarą tłuszczu we krwi, zmniejszył się o 400 punktów w ciągu 4 miesięcy. Jego poziom cholesterolu spadł z 280 do 120. Więc wracamy do tego samego i widzimy, że **te choroby autoimmunologiczne są naprawdę spowodowane niedożywieniem, odwodnieniem i stresem**. Przekonamy się również, że cukier tłumi układ odpornościowy i może powodować bóle stawów; brak wody - odwodnienie spowodowane kofeiną i alkoholem może również powodować bóle stawów.

**Fluor** zmniejsza zdolność układu odpornościowego do ochrony przed chorobami. Implanty silikonowe wydają się być związane z chorobą autoimmunologiczną i tłumieniem immunologicznym. W literaturze medycznej wykazano, że zapalenie stawów jest spowodowane przez dietę ubogich w składniki odżywcze. **Alkohol, aspiryna i tłuszcze nasycone w mięsie i produktach mlecznych produkują prostaglandyna E2, która tłumi układ odpornościowy. Napoje bezalkoholowe są bogate w fosforany i wpływają na równowagę mineralną organizmu. Brak ruchu może również powodować sztywność stawów i niedostateczną ilość tlenu.** Nie jest tajemnicą, że ludzie chorują! Tak samo jest z chorobami autoimmunologicznymi, jak z chorobami nowotworowymi i chorobami serca. Jesteśmy odpowiedzialni za te choroby. **Leki nigdy nie leczą choroby**, tylko zmieniają jej lokalizację powodując skutki uboczne.

## 11- Choroby neurologiczne

Są to choroby systemu neurologicznego: Parkinson's, (możesz rozwinąć coś, co nazywamy drżeniem klatki piersiowej, drżeniem i bólem głowy, ...). Choroba Huntingtona jest bardzo podobna do choroby Parkinsona. Amyotroficzne stwardnienie boczne, znane również jako choroba Lou Gehriga, gdzie układ nerwowy jest dotknięty, począwszy od dolnej części ciała i ostatecznie dociera do płuc, gardła, a śmierć może nastąpić; dlatego uważa się je za śmiertelne w 100%. Stwardnienie rozsiane jest chorobą mięśni, pomyśl o tym; wszystkie te choroby mają dziwne nazwy, "wielokrotność" oznacza po prostu kilka, a "stwardnienie" oznacza twarde części; po prostu masz dużo twardych części w mięśniach, nie mówi ci, co powoduje chorobę. **Choroba Alzheimera jest faktycznie demencją**, ale jej nazwa pochodzi od nazwiska osoby, która po raz pierwszy opisała ten typ demencji. I znowu, te tytuły to tylko łacińskie określenia opisujące objawy. A potem napady są również częścią tych zaburzeń neurologicznych... Wszystkie leki stosowane w leczeniu tych chorób mają bardzo

destrukcyjne skutki uboczne. Istnieje **lek, w którym jedną z niepożądanych reakcji jest próba samobójcza. Te środki nie leczą ich, a wręcz pogarszają ich stan. Ulżyło ci w krótkim okresie czasu, ponieważ niektóre z twoich objawów zmniejszyły się w przypadku długotrwałej katastrofy.**

## 12- Problemy kobiet

Są to problemy, z którymi boryka się wiele kobiet:

**Fibrocystyczna choroba piersi jest** pogłębiana przez spożycie kofeiny. Jest on obecny nie tylko w kawie i kofeinowanej sodzie, **ale także w herbacie i czekoladzie jest związek podobny do kofeiny.** Więc wszystkie te rzeczy trzeba wyeliminować. Fibrocystyczna choroba piersi jest również pogłębiana przez dietę wysokotłuszczową. Każdy guz, czy to łagodny, czy złośliwy, jest nieprawidłowy. Przywracając równowagę organizmu poprzez właściwą dietę, właściwy styl życia, organizm może pozbyć się tych nowotworów.

**Błyski gorąca menopauzalna:** Miałem poważne błyski gorąca. Próbowałem kilka razy, aby pozbyć się mojej estrogenowej terapii zastępczej, ale miałem gorące przebłyski, których nie mogłem znieść. Ale kiedy odkryłam, że mam raka piersi, wiedziałam, że muszę natychmiast zatrzymać te estrogeny, ale bałam się tego, co stanie się ze mną później. Jak **tylko wybrałem całkowicie wegańską dietę: Żadnego mięsa, produktów mlecznych, jaj, drobiu i ryb, nigdy więcej nie ucierpiałem z tego powodu.** I oczywiście, musisz pić dużo wody. Ale powiesz: "Nie chcę mieć osteoporozy, a mój lekarz mówi mi, że muszę przyjmować estrogen". Osteoporoza nie jest spowodowana niedoborem estrogenów. Jak powiedzieliśmy wcześniej, **osteoporoza jest spowodowana brakiem aktywności fizycznej i nadmiarem białka w diecie, zwłaszcza nadmiarem białka zwierzęcego.**

Więc jeśli zjesz mniej niż 40 g białka dziennie, nie będziesz miał osteoporozy. Należy również wyeliminować leki takie jak kortyzon, który jest przyczyną, a także palenie tytoniu i kofeinę. Więc musisz skorygować te czynniki za pomocą ćwiczeń fizycznych i niezbędnej ilości białka. Przestań przyjmować wapń, ponieważ osteoporoza nie jest niedoborem wapnia. Co się dzieje, jak powiedziałem, to to, że kiedy spożywa się zbyt dużo białka i pije zbyt dużo mleka, organizm staje się bardzo kwaśny i musi usunąć wapń z kości, aby zneutralizować kwas. Osteoporoza jest spowodowana brakiem odpowiednich składników odżywczych i trzeba pozbyć się nadmiaru złego jedzenia w diecie.

**Niepłodność** można skorygować za pomocą planu, który mamy przedyskutować. Samce i samice myszy narażone na GMS na wczesnym etapie życia rzeczywiście cierpią na niepłodność, co potwierdzają eksperymenty laboratoryjne. Istnieją dowody na to, że fluor, zwłaszcza **fluor w wodzie i pastach do zębów, przyczynia się do problemu niepłodności i braku antyoksydantów.** Powinny one być w tym, co jesz; niekoniecznie w suplementach, ponieważ nie są one naturalne.

**Nudności ciążowe** są w dużej mierze spowodowane odwodnieniem. Kiedy kobieta jest w ciąży, jej ciało musi pobrać dużą ilość wody z jej komórek, aby utworzyć cały płyn owodniowy dziecka. Kiedy jesteś odwodniony, możesz mieć

mdłości. Jeśli planujesz zajść w ciążę, upewnij się, że pijesz dużo wody, dobrze nawadniaj swoje ciało i dobrze się odżywiaj. A potem zespół napięcia przedmiesiączkowego. W rzeczywistości można się leczyć przywracając równowagę ciała - pozbywając się stresu w życiu, pijąc dużo wody, wykonując ćwiczenia fizyczne i jedząc wszystko co naturalne... **Choroby te nigdy nie są rozwiązywane za pomocą leków.**

### 13- Zapalenie stawów

Wygląda na to, że wszyscy cierpią na bóle stawów, pleców lub szyi. Choroba zwyrodnieniowa stawów jest nieco inna niż reumatoidalne zapalenie stawów. My, lekarze, klasyfikujemy to inaczej, ale wszystko jest spowodowane tymi samymi czynnikami. **Choroba zwyrodnieniowa stawów, bóle pleców i szyi wynikają głównie z braku aktywności fizycznej, złej diety i niewystarczającej ilości wody. Woda jest niezbędna do produkcji płynu synowizyjnego, specjalnego rodzaju płynu, który organizm wytwarza w celu odżywiania powierzchni stawów.** Gdy powierzchnie te stają się zbyt suche, zużywają się i mogą powodować bóle pleców i szyi. Ale możesz je nawodnić, jeśli nie są takie złe. **Rwa kulszowa** jest bólem w tylnej części pośladka i wzdłuż nogi, i jest zazwyczaj spowodowane przez **przepuklinowy dysk** lub przesuwany dysk, ponieważ dyski są odwodnione z powodu niewystarczającej ilości wody i dobrego odżywiania poprzez odpowiednie ćwiczenia fizyczne. Miałem poważne problemy z płytą, zanim zdałem sobie sprawę, że potrzebuję wody.

Miałam je operowane kilka lat temu i wtedy ból powrócił. A kiedy przeprowadziłam się do cieplejszego klimatu i nie wypijałam wystarczająco dużo wody, mój ból się nasilił. Ale jak tylko zacząłem pić dużo wody, po kilku miesiącach byłem w stanie nawodnić dyski. Znowu obrzękły i przestały wywierać nacisk na żyłę. **W miarę jak kobiety się starzeją, ich rozmiar zmniejsza się wraz z zapadaniem się dysków pomiędzy kręgami. Ale możesz ponownie zwilżyć te dyski i zwiększyć ich rozmiar i zdolność do poruszania się i być bezpiecznym przed bólem.** Można również usunąć tę płytę z przejścia poprzez nawodnienie i pompowanie jej, aby nie naciskać na żyłę.

**Cukier powoduje również bóle stawów; tłumi układ odpornościowy i jest bardzo odwadniający, a do odżywiania powierzchni stawów potrzebna jest woda. Kofeina i alkohol odwadniają ciało i brak ruchu fizycznych;** stawy stają się sztywne, jeśli się ich nie rusza. Brak składników odżywczych może również powodować te choroby. Musisz dobrze się odżywiać. A światło słoneczne daje ci witaminę D, która wzmacnia kości. Kortyzon i leki przeciwzapalne zawsze pogarszają sytuację, ponieważ nawet jeśli na początku maskują objawy, to później powodują poważniejsze problemy. To, co musisz zrobić, to ta sama stara piosenka: **dobrze się odżywiać, ćwiczyć fizycznych i pozbyć się stresu.** A my pokażemy ci, jak zdobyć ten plan poniżej.

### 14- Cukrzyca i Hipoglikemia

Istnieje coraz więcej dowodów na to, że **rozwój cukrzycy typu I, cukrzycy młodzieńczej, wiąże się z wykorzystaniem mleka krowiego i innych**

**produktów mlecznych u bardzo małych dzieci.** Nawet jeśli używasz insuliny przez całe życie, nie powstrzyma to rozwoju choroby. Jest to choroba naczyń krwionośnych i ci, którzy na nią cierpią, mogą stać się ślepi; mają straszne wrzody na stopach i w konsekwencji tracą stopy lub nogi. Musimy wyeliminować cały cukier, ponieważ zwiększa on cukrzycę. Musimy usunąć wszystkie ekscytotoksyny, GMS i aspartam oraz wszystkie substancje chemiczne z przetworzonej żywności. Palenie pogłębia cukrzycę wszystkich typów. Musimy wybrać dietę bogatą w witaminy, minerały i enzymy... Najważniejsze jest zapobieganie rozwojowi młodocianej cukrzycy poprzez spożywanie zdrowej diety **i eliminowanie mleka krowiego ze wszystkich diet.**

Jeśli chodzi o **cukrzycę typu II**, łatwo jest ją wyeliminować dzięki zdrowej diecie. Nawet lekarz powie ci, że jeśli jesz owoce, zboża i warzywa na diecie o niskiej zawartości tłuszczu oraz wyeliminujesz cukier i ćwiczenia fizyczne, możesz go wyeliminować. Jest to bardzo ważne, ponieważ leki, które podają w leczeniu tego typu cukrzycy, jednym z nich jest glukotrol, zwany również glipsydem, po którym następuje specjalne ostrzeżenie. Na ulotce dołączonej do opakowania znajduje się informacja o wzroście śmiertelności z powodu chorób układu sercowo-naczyniowego, atak serca. Może cię zabić, a ponadto powoduje nudności, biegunkę, żółtaczkę, anemię, zmniejsza liczbę białych krwinek i płytek krwi związanych z koagulacją, zawrotami głowy, bólem głowy i sennością. Innym powszechnie stosowanym produktem jest glukofag z niemal takimi samymi konsekwencjami, w tym zwiększonym ryzykiem zgonu z przyczyn sercowo-naczyniowych. Więc musisz mieć dobre odżywianie, tę samą piosenkę.

Hipoglikemia jest spowodowana nadmiarem rafinowanego cukru. Po spożyciu jest to stymulacja, jakbyś zażył dawkę kokainy, a twoja insulina wzrasta. Kiedy Twoja insulina spożywa cały ten cukier, stajesz się hipoglikemiczny, kruchy, nerwowy i drażliwy... Więc jeśli ćwiczymy fizycznej, jeśli dobrze jemy, jeśli jemy owoce, ziarna i warzywa oraz usuwamy tłuszcz, wysokie białko i cukier z naszej diety, a jeśli pijemy dużo wody, możemy pozbyć się cukrzycy typu II i zapobiec cukrzycy typu I i hipoglikemii.

## **15- Bóle głowy, zespół chronicznego zmęczenia, grypa i przeziębienia**

### **15.1- Bóle głowy**

Podobnie jak migreny, nie są spowodowane brakiem aspiryny. Bóle głowy są spowodowane przez ekscytotoksyny, GMS i aspartam, alergię na mleko, słaba eliminacja z powodu odwodnienia od kofeiny i alkoholu oraz **niejedzenia wystarczającej ilości surowego pożywienia**, odwodnienie również z powodu niewystarczającej ilości wody. Stres również się do tego przyczynia, jest bardzo odwadniający... Więc jeśli jesz zbilansowaną dietę, jeśli jesz owoce, zboża i warzywa, możesz wyeliminować te problemy.

### **15.2- Zespół przewlekłego zmęczenia.**

Prawie każdy na to cierpi. Jest to spowodowane zaburzeniami snu, a te są spowodowane stresem, brakiem wody i złą dietą przez długi okres czasu. Cukier sprzyja rozwojowi Candida w jelitach i przyczynia się do rozwoju zespołu przewlekłego zmęczenia. Jest to grzyb, który może rosnąć w twoim jelicie i

wchodzić do twojego krwiobiegu. Ten Candida jest intensyfikowany przez stosowanie tabletek antykoncepcyjnych lub jakichkolwiek estrogenów, a także stosowanie sterydów, kortyzonu i antybiotyków, ponieważ **wyeliminują one dobre bakterie w okrężnicy**. W ten sposób Candida może rozmnażać się, przenikać do twojego krwiobiegu i przyczyniać się do zespołu chronicznego zmęczenia. Ponadto jest on spowodowany słabą eliminacją, odwodnieniem, brakiem ruchu i brakiem składników odżywczych. Jak już mówiłem wcześniej, wykazano, że przyczyną tego zespołu jest niewystarczająca ilość witamin i minerałów, nadmiar tłuszczu i białka oraz zaburzenia snu, a **jeśli weźmiesz zdrową osobę i celowo zakłócisz jej sen przez trzy noce, mogą one wywołać objawy fibromialgii**, objawiające się bólem i dyskomfortem mięśni czasami w stawach oraz uczuciem zmęczenia i osłabienia.

### 15.3- Grypa i przeziębienia

Do tej grupy możemy zaliczyć również grypę i przeziębienia, ponieważ wszystkie one wynikają z tłumienia układu odpornościowego. **Jeśli twój system odpornościowy działa dobrze, nie dostaniesz grypy ani przeziębienia**. Badanie zostało przeprowadzone poprzez wybranie kilku wolontariuszy, aby umieścić wirusa zimna w nosie i stopach w zimnej wodzie, a następnie umieścić je w zimnej odzieży. I tylko około 15% przeziębilo się, ponieważ chcieli zobaczyć, jak dobrze działa ich system odpornościowy, gdy są narażeni. Czasami można być blisko osoby z zimnem i dostać go, a czasami jest na odwrót. Musimy utrzymać nasz układ odpornościowy w dobrej kondycji, karmiąc go dobrze, robiąc wszystkie dobre, naturalne rzeczy, o których mówiliśmy i możemy wyeliminować wszystkie te problemy.

### 16- Alergie, astma i bronchit

Kiedy ciało jest odwodnione, uruchamiany jest mechanizm regulacji wody. Organizm produkuje histaminę, która jest regulatorem numer jeden wody, a następnie zapewnia, że mózg i ważne organy otrzymują wystarczającą ilość wody. Ale kiedy histamina jest produkowana w twoim organizmie, wtedy chcesz mieć leki przeciwhistaminowe i po to idziesz do apteki lub do lekarza po nie. Ale to, czego naprawdę potrzebujesz, to woda, ponieważ organizm produkuje histaminę, ponieważ nie ma jej wystarczająco dużo. Potrzebujesz dużo wody.

**Istnieją również częste przyczyny alergii na produkty mleczne: ser mleczny, masło, jaja, ser wołowy, jogurt i cukier.** Wszystkie te rzeczy powodują alergie i istnieje również związek z astmą, alergiami i zapaleniem oskrzeli, nie tylko z powodu odwodnienia, ale również fluorków, GMS glutaminianu monosodowego, aspartamu, leków - wiele leków powoduje zwężenie oskrzeli, mogą one powodować inne alergie i powodować astmę. Tłuszcze i potrawy smażone obniżają funkcję immunologiczną, a produkty zwierzęce powodują zwiększenie ilości powstającego śluzu, co może pogłębić te problemy.

Cukier podrażnia błonę śluzową i pozbawia organizm zapasów wapnia - zmniejszając Twoją odporność. W przypadku wszystkich tych chorób nie zaleca się palenia tytoniu, a leki, które może podać lekarz, zawierają kortyzon, który

dodatkowo osłabia układ odpornościowy. Tak więc to, co **musisz zrobić, jeśli masz jakieś lub wszystkie te trzy problemy, to zwiększyć spożycie wody, abyś** mógł wyłączyć system histaminowy w swoim organizmie. Twój organizm wie, że potrzebuje wody i do tego produkuje histaminę. Nie używaj leków przeciwhistaminowych. Pij wodę i usuwaj produkty mleczne z organizmu.

## 17- Choroby jelitowe

Wszystkie te choroby układu pokarmowego mają zasadniczo tę samą przyczynę, z wyjątkiem kamieni żółciowych. Są one spowodowane głównie nadmiarem tłuszczu w diecie. Ale zaparcia i hemoroidy, uchyłkowatość i choroba okrężnicy, są spowodowane brakiem wody, nadmiarem tłuszczu i białka, które dostają się do organizmu i są przechowywane jako tłuszcz. Wszystko to powoduje problemy z opróżnianiem jelit. Kiedy masz zaparcie, mogą pojawić się hemoroidy. Jeśli masz wrzodziejące zapalenie jelita grubego, często jest ono zaostrzone przez stres. Zapalenie uchyłków pojawia się, kiedy jedzenie utknęło w małych kieszeniach w jelicie i te kieszenie są spowodowane tym, że nie eliminujesz wystarczająco szybko zawartości jelita.

Zespół jelita drażliwego jest spowodowany zwiększonym stresem, złą dietą, brakiem wody. Więc co powinniśmy zrobić? Zamiast brać sterydy, kortyzon, na tę czy inną chorobę, trzeba zmienić sposób jedzenia, zmienić sposób życia, ćwiczenia, pić wodę, dobrze jeść przez wyeliminowanie tłuszczu, cukier, który zwykle jeść, i oczywiście wrzody żołądka lub dwunastnicy mogą być leczone przez picie wody. Twój lekarz może powiedzieć, że potrzebujesz jakiejś diety. Ale to woda jest potrzebna do produkcji śluzu, aby wyrównać żołądek tak, aby kwas w żołądku nie dostał się do błony śluzowej. Kiedy to robisz, możesz faktycznie leczyć wrzody. 2,000 przypadków wrzodów zostało wyleczonych tylko wodą. Zostało to odnotowane w 1983 roku w czasopiśmie Gastroenterologii Klinicznej. Więc nawet jeśli te rzeczy mogą być poważnymi problemami, jeśli masz dobrą dietę, pijesz dużo wody i odciążasz stres od swojego życia, mogą one cudownie zniknąć.

## 18- Jak być zdrowym?

Masz teraz dobre pojęcie, co musisz zrobić, żeby się wyleczyć lub być zdrowym:

**Odżywianie:** Należy jeść owoce, zboża i warzywa w ich najbardziej naturalnych formach. **Wyeliminujcie produkty mleczne, to jest mięso, drób, jajka, ryby i wszystkie produkty zwierzęce, ponieważ wszystkie one zawierają hormony, antybiotyki, pestycydy, które powodują choroby. Istnieje** wspaniała książka ***Mooove Over Milk (uciekając od mleka)***, która pokazuje związek między cukrzycą, osteoporozą i tymi chorobami neurologicznymi, o których mówiliśmy. Daje ci całą dokumentację w literaturze medycznej, aby dowiedzieć się, dlaczego **mleko jest dla ciebie bardzo szkodliwe**.

Jest jeszcze jedna książka o Nutrasweet, aspartamie, napisana przez lekarza medycyny, doktora H.J. Robertsa, pokazująca wszystkie problemy związane ze aspartamem. FDA zatwierdziła to wiedząc, że zawiera on ten produkt zwany metanolem, który może powodować ślepotę i drgawki. I jeszcze książka Excitotoxins, napisana przez dr Russella Blaylocka, neurochirurga. Ta książka powie Ci, jak GMS glutaminianu monosodowego i aspartam, w tym

zhydrolizowanych warzyw, białka i naturalnych aromatów, które często zawierają GMS glutaminianu monosodowego, może powodować choroby. Mogą one powodować guzy mózgu, powodować drgawki, przyczyniać się do choroby Parkinsona i Lou Gehriga.

Więc, co jesz? ... Powinieneś pozbyć się tych diet na bazie mięsa zwierzęcego przed dietą wegetariańską lub owocami, zbożami i warzywami. **Kiedy gotujesz jedzenie, niszczysz wszystkie enzymy. Cokolwiek podgrzane powyżej 107 lub 110 stopni zniszczy wszystkie enzymy. Stwierdzono, że jeśli koty są karmione gotowaną karmą w ciągu około czterech pokoleń, nie mogą się już rozmnażać, a rasa zniknie.** Możesz zacząć zmieniać swoją dietę, jeśli po prostu szukasz lepszego stylu życia. **Ale jeśli masz ciężką chorobę, tak jak to było w moim przypadku z rakiem, lepiej od razu się zmienić.** Twój powrót do zdrowia zależy od tego.

**Ćwiczenia fizyczne:** Ćwiczenia fizyczne to drugie prawo zdrowia. Jeśli masz problemy z plecami, powinieneś zacząć ćwiczyć tak dużo, jak to możliwe. Jeśli masz za dużo bólu, zacznij pić dużo wody. Ale ćwiczenia pomogą ci pozbyć się bólu pleców i stawów.

**Woda:** Jeśli nie pijesz wystarczająco dużo wody, twoje ciało nie może funkcjonować. **Jeśli twoje dzieci wyjdą pobawić się w błocie i wrócą do domu z brudnymi ubraniami, a ty włożysz je do pralki i nalejesz dwie szklanki wody i uruchomisz pralkę, to jak ubrania będą czyste? Tak samo jest z twoim ciałem. Twój organizm wytwarza produkty odpadowe w komórkach. Jeśli nie pijesz wystarczająco dużo wody, te odpady nie mogą wydostać się z twoich komórek, a twoje komórki chorują i sprawiają ci problemy.**

**Światło słoneczne:** Jest ono ważne w leczeniu i poprawie wszystkich znanych człowiekowi chorób. Kiedy zaczniesz odżywiać swoje ciało dobrze odżywiając się i pijąc wystarczającą ilość wody, nie będziesz narażony na szkodliwe promienie słoneczne. Należy jednak unikać ekspozycji na silne światło słoneczne z obawy przed poparzeniem się.

**Poznanie powściągliwości:** Poznanie powściągliwością to umiarkowanie we wszystkim, co konsumujemy. Musimy pozbyć się cukru, alkoholu, tytoniu i wszystkiego innego, co jest szkodliwe dla naszego organizmu.

**Świeże powietrze:** Jest niezbędne dla organizmu. Bez niego twoje ciało nie może funkcjonować prawidłowo.

**Odpoczynek:** Odpoczynek o właściwej porze nocy. Nie możesz zmusić swojego ciała do pracy ponad miarę i oczekiwać, że będzie dobrze. Tylko podczas snu ciało może się naprawić i zregenerować. **Jeśli masz poważną chorobę, powinieneś być w łóżku do 9:00.** Spróbuj położyć się spać zaraz po zachodzie słońca i wstać, gdy słońce wschodzi. Jeśli jednak masz poważną chorobę, powinieneś dużo odpocząć. W rzeczywistości, dla tych z Was, którzy mają raka lub inne poważne choroby, kiedy ćwiczysz, **chodzenie** jest najlepszym ćwiczeniem. Nie wykonuj ćwiczeń fizycznych, dopóki się nie zmęczysz. Musisz oszczędzać swoją energię. Osłabiasz swoje ciało, jeśli za dużo ćwiczysz.

**Pozbycie się stresu:** Po odżywianiu, ćwiczeniach, wodzie, świetle słonecznym, poznanie powściągliwością, świeżym powietrzu i odpoczynku najważniejszą rzeczą jest pozbycie się stresu, umieszczając swoje zaufanie do Boga. Biblia święta jest podręcznikiem użytkownika i właściciela dla twojego ciała. Nasze ciała zostały stworzone przez Boga. To On stworzył także jedzenie, które musimy jeść. Jedzmy więc pokarm Projektanta, czyli pokarm, który został poczęty przez tę samą Istotę, która poczęła nasze ciało. A jedzenie stworzone przez Boga jest nam dane z wszystkich dobrych składników odżywczych, z wszystkich dobrych enzymów, których potrzebujemy. Jedz **tak surowo, jak możesz**, ponieważ gotowanie żywności niszczy enzymy i składniki odżywcze.

Jeśli będziemy postępować zgodnie z Biblią świętą, nauczymy się pozbywać gniewu, urazy i przebaczenia. **Kiedy jesteśmy zestresowani, kiedy jesteśmy źli, kiedy trzymamy urazę, nasz organizm nie może przyswoić sobie jedzenia, nawet jeżeli jemy dobrze; bo nasze jelita nie funkcjonują dobrze i nasza perystaltyka ustaje. Tak więc nasz żołądek kurczy się, a mózg nie może funkcjonować prawidłowo, gdy jesteśmy całkowicie związani tymi fałszywymi emocjami.**

Ci, którzy nie spędzają czasu z Panem, nie są w stanie pozbyć się stresu w swoim życiu. Stres nas zabija; to jeden z największych zabójców, a w rzeczywistości dwóch amerykańskich psychiatrów twierdzi, że najważniejszą przyczyną śmierci w Ameryce jest stłumiony gniew. Musimy się go pozbyć, musimy nauczyć się nie złościć. Wszystkie stresy wokół nas powodują, że jesteśmy chorzy - nie zostaliśmy stworzeni, aby tak żyć. (**Koniec zeznań**)

**Łaska niech będzie ze wszystkimi miłującymi Pana naszego, Jezusa Chrystusa ku nieskazitelności. Amen.**



## Zaproszenie

**Drodzy bracia i siostry,**

**Jeśli uciekłeś od fałszywych kościołów i chcesz wiedzieć, co powinieneś zrobić, oto dwa rozwiązania, które są ci oferowane:**

**1- Sprawdź, czy wokół ciebie są jakieś inne dzieci Boże, które boją się Boga i pragną żyć zgodnie ze Zdrową Doktryną. Jeśli je znajdziesz, dołącz do nich.**

**2- Jeśli nie znajdziesz żadnego, a chcesz do nas dołączyć, nasze drzwi są dla Ciebie otwarte. Jedyne, o co będziemy Cię prosić, to abyś najpierw przeczytał wszystkie Nauki, które dał nam Pan, a które można znaleźć na naszej stronie Internetowej [www.mcreveil.org](http://www.mcreveil.org), aby upewnić się, że są one zgodne z Biblią. Jeśli uważasz je za Biblijne i jesteś gotów podporządkować się Jezusowi Chrystusowi i żyć według wymagań Jego Słowa, powitamy cię z radością.**

**Łaska Pana Jezusa Chrystusa niech będzie z wami.**