

چرا بیمار میشویم؟

سال هاست صنعت داروسازی درباره اینکه چرا مردم بیمار می شوند، تئوری های مختلفی را مطرح کرده است. اولین تئوری علت را باکتری و میکروب ها دانسته است. مهم ترین درمان امروز و

ادعا شرکت های دارو سازی

دیابت، چیزی بیش از یک بیماری ژنتیکی نیست، در نتیجه ما روی دارویی کار می کنیم که از نظر ژنتیکی مشکلات را حل کند. به یاد داشته باشید که شرکت های داروسازی در حقیقت نمی خواهند به آن صورت که ادعا می کنند بیماری را درمان کنند و اگر هم درمانی را مطرح می کنند، خارج از حوزه کاری خود عمل می کنند.

مبتلا شدن

پیش از هرچیز شما باید مشخص کنید که بیمار بودن، طبیعی و وضعیتی طبیعی و نرمال بدن نیست. قرار نیست بدن شما بیمار شود. در مورد این حقیقت عجیب بیندیشید. حیوانات دچار بیماریهای قلبی نمی شوند. بگذارید مجدد تکرار کنم، حیوانات هرگز دچار بیماریهای قلبی نمی شوند. چرا انسان مبتلا به بیماری می شود؟

علت بیمار شدن

علل بیمار شدن شما از این قرار است :

۱. بدن شما خارج از وضعیت تعادل است (یعنی به طور نرمال عمل نمی کند).

۲. سیستم دفاعی بدن شما ضعیف است (یعنی عملکرد نرمال ندارد.) و ...

پرسش جادویی

حال به یک روند پیشرفتی دست می یابیم! مشخص می شود که علت تمام بیماری ها دو چیز است:

۱. وارد شدن سموم به بدن

۲. وارد نشدن «مواد خوب» در حد کافی به بدن.

اکنون بیایید از پرسش جادویی ما استفاده کنیم: علت آن چه چیزی است؟

تأثیر سم در بدن

خب حالا بیایید به فهرست برگردیم و به بعضی مفاهیم نادرست توجه کنیم و ببینیم اگر بخواهیم عملاً هر بیماری را از بین ببریم چه کاری باید انجام دهیم. شاید تعدادی از شما که این کتاب را می خوانید، بیمار باشید یا کسی را بشناسید که مبتلا به بیماری باشد.

تولیدات انسانی

در آمریکا، مثل بعضی کشورهای دیگر، تقریباً هر چیزی را که می خورید، سمی است یا حاوی مواد سمی است. عملاً هر چیزی که انسان تولید می کند مسموم است. این بدان مفهوم نیست که هرچیز طبیعی سمی نیست.

افزودنی های شیمیایی

افزودنی های شیمیایی سمی هستند و هنگامی که به روند فراوری غذا اضافه می شوند، بسیاری ارزش های غذایی را از بین می برند. همان طور که قبلاً اشاره کردم اگر به طور مرتب یک سیب بخورید، فقط یک پنجم ماده غذایی سیبی که پنجاه سال قبل خورده می شد به بدنتان می رسد؛

حقیقت قرن

صنعت غذایی آگاهانه و به عمد این مواد را به مواد غذایی می افزاید، چون انسان را گرسنه می کنند و باعث چاقی انسان و اعتیاد آنها به غذا می شوند. حالا توجه کنید، آنچه به شما می گویم یکی از بزرگترین حقایق قرن است؟

منافع صنایع غذایی

درست همین زمان که در حال خواندن این کتاب هستید، صنعت مواد غذایی مثل تمام صنایع دیگر باید منافعش را افزایش دهد و تنها راهی که می‌توانند این کار را انجام دهند، فروش بیشتر مواد غذایی به شماست. علت چیست که امریکایی‌ها چاق‌ترین مردم روی کره زمین هستند؟

دروغ بزرگ

در اینجا مشکل بزرگ دیگری وجود دارد. شما نمی‌توانید به برچسب غذاها نگاه کنید، شما باید مواد تشکیل دهنده را بخوانید. چون اگر برچسب بگوید همه مواد طبیعی هستند، یک دروغ بزرگ است. چرا؟

دلایل طراحی مواد شیمیایی

این مواد شیمیایی مسموم و مخفی به طور خاص برای این کارها طراحی می‌شوند:

- جلوگیری از فاسد شدن غذا: برای تولید هرچه ارزان‌تر غذا، گاهی اوقات لازم است مواد شیمیایی را به غذا بیفزایند تا مدت‌های طولانی فاسد نشود و طعم آن مانند روز اول تولید حفظ شود. و

عوارض استرس

وقتی این مواد را مصرف می‌کنیم بدن دچار «استرس» می‌شود. هر چیزی که می‌خوریم و بدنمان دچار استرس می‌شود دو کار انجام می‌دهد:

۱. سیستم دفاعی بدن را تضعیف و فرد را در مقابل بیماری‌ها آسیب‌پذیر می‌کند. و...

چه باید کرد تا دوباره بیمار نشویم؟

اما در اصل این فصل اطلاعاتی به شما میدهد که به طور بالقوه هر بیماری ای که دارید، می توانید از بین ببرید و از بیماریهای آینده نیز پیشگیری کنید. این اطلاعات همچنین روند پیری را کند می کند.

سوال مهم

سؤال مهمی که اغلب مطرح می کنم این است «چطور یک روش خوب انتخاب کنم و چطور یک تأمین کننده سلامتی کاملاً طبیعی را بیابم؟» این یک سؤال بسیار خوب است. متأسفانه این پزشکان نمی توانند تبلیغات کنند، چون FDA به دنبال افرادی است که بدون دارو و جراحی بیماری ها را درمان می کنند و اگر آنها را بیابد، بیکارشان می کنند.

توصیه برای پاکسازی

توصیه ای که تقریباً آخر فهرست قرار دارد، می تواند مهم ترین و عمیق ترین تأثیر را بر شما بگذارد؛ اما به طور کلی همه توصیه ها براساس مشاهدات و تجربیاتم هستند، توصیه هایی که بالای فهرست آمده است در مقایسه با آنهایی که در آخر فهرست قرار دارند، نتایج مهم تری را برای اکثریت داشته اند

عوامل تأثیر بر سلامتی

تمام چیزهایی که خیلی مهم هستند و می توانند تأثیرات چشمگیر بر سلامتی تان داشته باشند از این قرارند:

1. مرتب با تأمین کنندگان سلامت طبیعی ملاقات داشته باشید

وقتی به خودروی خود علاقه مند هستید، داخل و خارج آن را تمیز نگه میدارید. و ...

قوانین برای سالم زندگی کردن

اولین قانون کلی من این است: هنگام خرید به سوپرمارکت ها نروید، به فروشگاه های مواد غذایی سالم یا فروشگاه مواد طبیعی مراجعه کنید .

قانون دوم من این است: هرگز چیزی نمیخرم که نام تجاری داشته باشد یا توسط یک شرکت مواد غذایی تجاری بزرگ تولید شده باشد. من در این کارخانجات بوده ام و چیزهای زیادی درباره آنها می دانم.

و....

