

CUPRINS

| | |
|--|---|
| <i>Kombucha</i> | 7 |
| Cuprins | |
| Comentarii asupra cărții | |
| Introducere | |
| Întinerire, nu îmbătrânire! | |
| Îmbătrânirea este un proces lent – la fel și întinerirea | |
| Este nemurirea posibilă? | |
| Se poate vorbi de un sânge „nemuritor“? | |
| Procesul de îmbătrânire este sinonim cu acumularea de deșeuri organice | |
| Deșeurile organice | |
| De ce nu au artrită copiii? | |
| Inversarea procesului de îmbătrânire și vindecarea bolilor legate de vârstă sunt tratamente pe termen lung | |
| „Remediile rapide“ pot face mai mult rău decât bine | |
| Nu gândiți în termeni de zile, ci de luni și ani | |
| Abordarea fizică | |
| Mai presus de orice, nu provocați daune | |
| De ce nu funcționează dietele alimentare | |
| De ce nu sunt eficiente detoxificările | |

Eliminarea toxinelor

Sistemul natural de eliminare

Transformarea acizilor solizi în acizi lichizi

Exercițiile fizice

A arăta mai tânăr nu înseamnă a fi mai tânăr

Apa – H₂O

Apa nu este altceva decât un transportator

Cum trebuie înțeles pH-ul

PH-ul apei

Apa de ploaie

Apa de izvor

Apa „obișnuită“ de la robinet

Principalele substanțe chimice din apă

 Clorul

 Fluorul

Tratarea apei de băut cu aditivi sănătoși în diferite țări europene

Rezervoarele de apă

Apa obișnuită la sticlă

Eliminarea toxinelor cu ajutorul apei ionizate alcaline

PH-ul corpului dumneavoastră

Echilibrul corect este foarte important

Sucurile gastrice din stomac

Pielea/transpirația

Saliva

Saliva și urina

Urina

Sângele

Sucurile pancreatice

Principalele minerale din corp și din hrană

De ce este atât de importantă apa alcalină ionizată, lipsită de acizi?

Apa alcalină nu este o apă alcalină!

Reducerea durtății apei

De ce trebuie să folosim apa acidă ionizată?

Apa acidă nu este o apă acidă

Poate fi folosită apa acidă pe cale internă?

Ce este ionizarea?

Ionizarea apei

Când trebuie consumată apa alcalină ionizată

Câtă apă alcalină trebuie să consumăm?

Cantitatea corectă depinde de dieta fiecăruia!

Gătitul cu apă alcalină

Comercializarea apei alcaline

Depozitarea apei

Folosirea apei ionizate pentru frumusețe

Folosirea apei ionizate bogate în oxigen împotriva bolilor

Există efecte secundare negative ale apei ionizate?

Cum poate fi preparată apa alcalină ionizată?

Activatorul apei

Ionizatoare moderne high-tech

Măsurarea pH-ului

Probleme tehnice care pot apărea în timpul ionizării apei

Oxigenul

Calciul

Alimente care generează săruri acide sau alcaline

Articolele care se vând cel mai bine în supermarketurile din Australia

Cum putem ști dacă un aliment generează săruri acide sau alcaline?

Lista alimentelor

Lista plantelor medicinale

Alimentele organice

Alimentele organice sunt mai bune

Alimentele care generează săruri alcaline pot genera uneori săruri acide!

Este posibil ca organismul să facă foamea, deși are stomacul plin?

Unde sunt viermii?

Prelucrarea industrială a alimentelor le transformă în produse acide!

Medicamentele generează săruri acide

Alți factori care accelerează procesul de acidifiere

Electro-poluarea, razele telurice și stresul

Razele telurice și electro-poluarea

Electro-poluarea

Câmpurile magnetice pot schimba pH-ul sângelui

Cum ne putem proteja de electro-poluare?

Razele telurice.....

Asigurările de sănătate plătesc studii legate de casa fiecăruia!

Alte destinații ale apei ionizate

Apa activată și plantele

Apa activată și animalele

Folosirea apei activate în industrie

Filtrele de apă

Urina ionizată

Pulberea lui Percy

Ce putem spune despre alimentele bogate în acid lactic?

Ionizarea alimentelor poate preveni otrăvirea lor

Memoria apei

Levitizarea apei.....

Florile de gheață

Remediile din flori – remedii ale iubirii

Avantajele metodei Stepanovs

Un super-aliment obținut numai cu apă și lumină solară ...

Substanțe coloidale pentru o absorbție mai bună

Mineralele marine coloidale

Argintul coloidal.....

Preparați-vă singuri argint coloidal

Aurul coloidal

Întinerire, nu îmbătrânire! Îmbătrânirea este un proces lent – la fel și întinerirea

Este nemurirea posibilă?

La ora actuală, există savanți (atât în Occident cât și în Orient) care susțin că omul ar putea trăi până la 400 de ani, sau ar putea chiar să devină nemuritor. Aceste afirmații incredibile au la bază teste făcute pe insecte supuse unor curenți electrici, câmpuri magnetice și frecvențe radio.

Privind lucrurile dintr-un alt unghi, ne putem considera cu toții niște dovezi vii ale nemuririi, dat fiind că spermatozoizii și ovulele noastre se combină, dând naștere unor noi celule și unei noi vieți. Nu este mai puțin adevărat că „celulele vechi” mor, și tocmai acest lucru dorim noi să-l schimbăm.

Se poate vorbi de un sânge „nemuritor“?

Un efect surprinzător al sângelui purificat prin metoda „Zapper“ este acela că durează o perioadă foarte lungă de timp (vezi și capitolul intitulat „Agenți patogeni care ne electrocutează“). Acest lucru a fost demonstrat de un prieten al dr. Beck, care a luat niște mostre din sângele său pentru a fi examinate la microscop. După ce a terminat cu ele, le-a pus într-un sertar și a uitat de ele timp de 50 de zile. Când a dat din nou peste ele, accidental, a fost curios să privească din nou mostrele de sânge la microscop. Spre marea lui uimire, a constatat că sângele a rămas viu. În mod normal, ar fi trebuit să moară după numai două zile. De atunci, se spune că sângele doctorului Beck este nemuritor!

O altă dovadă a nemuririi s-ar putea dovedi într-o bună zi cercetările fiziologului francez Alexia Carrell. Acest om de știință a reușit să țină în viață o inimă de pui timp de 27 de ani. El a prelevat inima unui pui direct din oul acestuia, a tăiat-o în bucăți și a introdus-o într-o soluție care conținea toate mineralele necesare vieții, exact în proporția în care se regăsesc acestea în sângele de găină. A schimbat apoi soluția în fiecare zi. Celulele inimii nu au murit decât în ziua în care a încetat să mai schimbe soluția. Explicația pentru care celulele au supraviețuit aproape trei decenii este legată de faptul că *deșeurile produse de celule au fost eliminate regulat, fluidul celular păstrându-și constant compoziția chimică.*

Procesul de îmbătrânire este sinonim cu acumularea de deșeuri organice

Pornind de la cercetările lui Alexia Carrell, putem trage concluzia că nemurirea poate fi atinsă în anumite circumstanțe. Cine și-ar dori însă să trăiască într-o soluție și să mănânce numai alimente pe placul sângelui? Omul nu a ajuns încă în această fază de evoluție. Marea majoritate a oamenilor nu își doresc decât să îmbătrânească foarte lent, să își păstreze starea de sănătate o perioadă cât mai lungă de timp și să moară în pace atunci când le sosește timpul, lăsând loc următoarei generații.

Problema cu care ne confruntăm noi nu este legată atât de prelungirea vieții, cât de calitatea acesteia. În timpul ultimilor 50 de ani, durata medie de viață a crescut în țările occidentale cu zece ani, ceea ce înseamnă un procent de 13%. Pe de altă parte, incidența anumitor boli cronice, precum astmul sau alergiile, a crescut cu 100% în numai zece ani!

Principala problemă cu care ne confruntăm noi este acumularea de deșeuri organice acide.

De-a lungul anilor, în corpul nostru se acumulează deșeuri organice acide. Chiar și alimentele puternic alcaline conțin anumite substanțe capabile să genereze acizi, contribuind chiar și ele la această acumulare de deșeuri acide. Așa se explică de ce urina poate fi acidă în pofida unei diete bazate în majoritate pe alimente alcaline. Mi-am

monitorizat personal urina timp de 16 ani, iar la început nu-mi venea să cred că acest lichid nu este oglinda fidelă a alimentelor pe care le ingerez în ziua respectivă, ci mai degrabă o oglindă a alimentelor pe care le-am ingerat în ultimele decenii. Mi-a luat mult timp să înțeleg că mostrele de urină, în special cele care nu sunt luate imediat după o perioadă de odihnă, nu au o valoare reală în stabilirea acidității sau alcalinității sângelui. Voi explica mai amănunțit acest lucru în rândurile care urmează.

Deșeurile organice

Cele mai comune deșeuri organice acide din corpul nostru sunt **acidul acetic, amoniacul, acidul carbonic, dioxidul de carbon, colesterolul, acizii grași, acidul lactic și acidul uric**. Evident, noi avem nevoie de o parte din aceste substanțe, dar din cauza dietei moderne (vezi mai jos: „lista alimentelor din supermarketurile noastre“) și a stresului, echilibrul este perturbat, iar nivelele ridicate pot conduce la artrită, gută, reumatism, și așa mai departe.

De ce nu au artrită copiii?

Atunci când ne naștem, noi ne aflăm în cea mai alcalină fază a vieții.

În perioada de dezvoltare, embrionul absoarbe substanțele alcaline ale mamei sale. Din acest motiv, toate femeile

însărcinate suferă de un deficit de substanțe alcaline, cum este calciul, care explică grețurile de dimineață și alte afecțiuni specifice sarcinii. Începând din clipa în care ne naștem, fiecare nouă zi de viață înseamnă o acumulare suplimentară de deșeuri organice acide. Această acumulare care durează decenii la rând reprezintă principala explicație a bolilor legate de bătrânețe, precum și a procesului de îmbătrânire în sine.

Din păcate, apariția bolilor legate de îmbătrânire se produce la vârste din ce în ce mai mici. La ora actuală există tot mai mulți tineri cu probleme ale prostatei, artrită, reumatism și un libido scăzut. După părerea mea, a sosit timpul să ne trezim și să conștientizăm cu mai multă luciditate ce mâncăm și cum trebuie să „digerăm“ reclama făcută produselor. Nu este deloc de mirare că tinerii care se plâng de aceste afecțiuni sunt chiar cei care se iau după aceste reclame (altminteri, extrem de inteligent realizate) care fac publicitate alimentelor puternic acide. Veți înțelege mai bine ce vreau să spun atunci când veți citi mai jos lista cu alimentele pe care le preferăm și bolile pe care le acceptăm ca urmare a acestor preferințe.

Inversarea procesului de îmbătrânire și vindecarea bolilor legate de vârstă sunt tratamente pe termen lung

Orice om dorește să rămână sănătos și să atingă o vârstă înaintată. Sunt practicate în acest scop tot felul de

terapii, tratamente, diete și exerciții, dar eu cred că a sosit timpul să ne lărgim viziunea și să ne propunem direct inversarea procesului de îmbătrânire.

Blocarea acumulării lente, dar ferme, a deșeurilor organice acide în corp oprește procesul de îmbătrânire, eliminând o bună parte din acizii deja acumulați. Acest proces de **inversare a îmbătrânirii** elimină lent, dar sigur, cauzele pentru care se declanșează bolile legate de vârstă.

„Remediile rapide“ pot face mai mult rău decât bine

Din păcate, oamenii s-au obișnuit să caute remedii rapide de eliminare a durerii, luând tot felul de medicamente puternice care acoperă adevărata cauză a simptomelor bolilor legate de bătrânețe. O tabletă sau o injecție nu poate vindeca o boală precum artrita, reumatismul sau diabetul, dar poate reduce pentru moment suferința pacientului. Aceste tratamente au însă efecte adverse și pe termen lung nu fac decât să agraveze problema și să dea naștere altor boli (majoritatea medicamentelor sunt acide).

Nu gândiți în termeni de zile, ci de luni și ani

Îmbătrânirea este un proces foarte lent. La fel și acumularea de deșeuri acide. De aceea, inversarea