

# CUPRINS PE TEMATICI

## **Abecedarul ierbii de grâu**

Ce este iarba de grâu?  
La ce se folosește iarba de grâu?  
Cum se administrează iarba de grâu?  
De unde o pot procura?  
De ce ar trebui să o procur?  
Cum încep?  
De ce să acord credit acestor informații?  
Ierburi din cereale *versus* iarba de grâu  
Declinarea responsabilității  
Mulțumiri

## **Istorie și cultură**

Ce este iarba?  
Semnificația culturală a ierbii  
Istoria modernă

## **Rădăcinile spirituale și religioase ale ierbii de grâu**

Iarba de grâu în manuscrisele de la Marea Moartă  
Semnificația cuvântului „iarbă“ în ebraica și în chineza antică  
Puterea spirituală a ierbii de grâu  
Filosofia alimentelor vii  
Combustibil pentru rachete spațiale  
Dezvoltarea spirituală  
Efectul antiîmbătrânire  
Cuvintele lui Iisus din Evanghelia Eseniană  
Câteva cuvinte despre Edmond Bordeaux Székely  
Extras: Evanghelia Eseniană a Păcii, Cartea IV  
Iarba – iertarea naturii

## **Pionierii**

Charles F. Schnabel  
V.E. Irons  
Povestea Annei Wigmore  
Viktoras Kulvinskis  
Yoshihide Hagiwara

## **Nutriția**

Iarba este mai mult decât suma părților sale  
Factorii de care depinde nutriția: unde, când și cum

Recoltarea la valoarea nutrițională maximă – teoria conexiunii

De ce este iarba atât de bună?

Magia clorofilei

Iarba – o abundență de enzime și nutrienți

Grafice referitoare la nutriție

Nu discutăm despre branduri individuale

Comparații referitoare la clorofilă

Mitul procentului de 70% clorofilă

Mulțumiri

Multitudinea de variabile din rapoartele de laborator

Cultivarea în pământ vs fără pământ

Suplimente vs concentrate de alimente integrale

### **Cercetări**

Factorul de stimulare a creșterii și alimentele complete

Studii timpurii referitoare la „factorul din sucul de iarbă“

Funcția imună și stimularea hormonului de creștere

Sistemul imunitar

Germeii de grâu măresc nivelul de antioxidanți

Germeii de grâu și antimitagenii

Iarba de orz – un puternic antioxidant

Antiulcer

Colita ulcerativă

Antidoturi pentru aditivi și insecticide alimentare

Intoxicarea cu pesticide comune

Reducerea durerii provocate de pîntenii calcaneeni

Vitalitatea și rezistența

Bolile de piele

Longevitatea

Reîntinerirea celulară, repararea ADN-ului, antiîmbătrânirea

Inhibarea carcinogenilor

Efectul anticancer

Efectul antiinflamator

Iarba de orz elimină simptomele pancreatitei

Colesterol redus pentru pacienții cu diabet de tip II

Prevenirea și tratamentul aterosclerozei

Bolile de sânge

Iarba de grâu aduce fetei

un aport de hemoglobină mult mai eficient decât medicamentele

Sucul de iarbă sau fire întregi

### **Vindecarea cu iarbă**

Puterea de sub tălpile noastre

Vindecarea este o călătorie

Cauzele îmbolnăvirii

Redobândirea sănătății

Cei patru pași către redobândirea sănătății

Curăță! Hrănește! Reîntinerește! Vindecă!

Pasul I. Curăță!

Multe boli, un singur tratament

Pasul II. Hrănește!

Pasul III. Reîntinerește!

Pasul IV. Vindecă!

Ce tip de iarbă de grâu să consumi?

Uscată vs proaspătă. Care este mai bună?

Compararea dozelor

Diferențe între pudre

Cultivarea în interior sau afară. Care metodă este mai bună?

Are iarba uscată proprietăți terapeutice?

Cultivată în casă sau în mod profesionist?

Puterea secretă a sucurilor proaspete

Cum să consumi iarba de grâu

Sucurile obținute în casă

Mestecarea

Barurile cu sucuri

Cum să faci astfel încât totul să fie mai gustos

Cât de mult să bei?

Cum să faci clismă și implanturi cu iarbă de grâu

Dacă sunt alergic la grâu?

Aplicații în situații de prim ajutor

Ochii

Nasul și gura

Tăieturi, vânătăi, iritații, arsuri

Pielea și cosmetica

Alte întrebări

Iarba de grâu – noul medicament miraculos?

### **Povești adevărate, de la oameni adevărați**

Tumoarea pe creier

Cancerul de sân, afecțiuni ale pielii

Fertilitatea

Longevitatea

Afecțiunile pielii

Medicul veterinar

Cancerul de colon

Cancerul de inimă, de stomac sau de gât

Managementul durerii

Cancerul de gât

Cancerul de stomac

Afecțiunile oaselor, tiroidei și ale pielii; cancerul

Perioada de sarcină și alăptarea  
Cancerul de sân  
Cancerul de vezică urinară  
Candidoza, intestinul iritabil, sindromul intestinului permeabil  
Iarba și maratonul rezistenței  
Cancerul de colon, limfă și ficat  
Vârșnicii care consumă iarbă de grâu îi înving pe culturști  
Iarba și melanomul  
Hernia de disc, boala Lyme, emoțiile  
Cancerul gâtului, tubul digestiv și melanomul  
Cancerul limfatic  
Cancerul de prostată  
Lupusul, histerectomia

### **Centre de tratament în care se folosesc terapii cu iarbă de grâu**

Institutul de Sănătate Hippocrates  
Optimum Health Institute – San Diego  
Cursurile  
Terapii și alimente  
Catedrala cu iarbă de grâu  
Cazarea  
Medicamentele  
Optimum Health Institute – Austin  
The UK Center for Living Foods (Centrul Britanic pentru Alimente Vii)  
Institutul Ann Wigmore – Puerto Rico  
Fundația Ann Wigmore  
Creative Health Institute  
Living Foods Institute  
Centrul de Sănătate Hippocrates din Australia

### **Cum să cultivi singur iarbă de grâu**

Cum să cultivi iarbă de grâu în pământ  
Zece pași către succes  
Identificarea soluțiilor. Sfaturi pentru a deveni un grădinar iscusit  
Despre sol  
Calitatea semințelor și depozitarea  
Amenajarea spațiului de cultură  
Lumina  
Recoltarea  
Apa pură  
Musculițele sâcâitoare  
Cum să păstrezi iarbă proaspăt recoltată  
Cum să faci față insistentului mușgai  
Mușgaiul provoacă stări de greață?

Cum să eviți starea de greață  
Cele patru tipuri de mucegai  
Trucuri pentru a avea o iarbă de grâu fără mucegai  
Distrugătorii de mucegai  
Fără mucegai și alte sfaturi legate de cultivare  
de la maestrul cultivator Michael Bergonzi  
Identificarea problemelor împreună cu maestrul cultivator Richard Rommer  
Cum să cultivi iarbă de grâu fără pământ  
Cu pământ *versus* fără pământ  
Ai spus cumva hidroponie?  
Germinatoare de iarbă prin metoda hidroponică  
Construiește-ți singur germinatorul de iarbă  
Cultivarea altor germeni prin această metodă  
Cât costă?

### **Storcătoarele de sucuri**

De ce nu funcționează storcătoarele de fructe normale sau blenderele  
Storcătorul original pentru iarbă de grâu  
Storcătoarele cu angrenaj dublu  
Storcătoarele cu angrenaj simplu  
Analiza finală

### **Companii producătoare**

Salută produsele pe care le vei întâlni în rafturile magazinelor  
Cei care cultivă pe câmp *versus* cultivatorii care folosesc tăvițe  
*Greenlife*<sup>™</sup>  
Produsele  
Pines Wheatgrass  
Cum se cultivă iarbă  
Recoltarea și procesarea  
Produse și fibre  
Green Magma<sup>®</sup>  
Cultivarea, recoltarea și procesarea  
Doar sucul, nu și fibra  
Povestea din spatele Maltodextrinei  
Dynamic Greens Wheatgrass  
Începuturile  
Atenție la detalii în timpul fiecărei etape  
Storcerea sucului  
Ambalarea și congelarea  
Green Kamut<sup>®</sup>  
Cum și unde se cultivă  
Procesare și ambalare  
Sheldon Farm Wheatgrass  
Cultivarea ierbii și storcerea sucului

Kyo-Green  
NaturesGreenz – Noua Zeelandă  
VitaRich Foods  
Procesarea ierbii  
Nu există nicio picătură de suc, însă nu se observă  
Greens Plus®  
Perfect Foods, Inc.  
Evergreen Juices, Inc.  
The Synergy Company™  
Uscarea prin congelare

### **Știința și iarbă de grâu**

Care este părerea ta?  
De unde vin, totuși, medicamentele?  
De ce nu îți oferă medicul informații despre iarbă de grâu  
De ce nu există mai multe studii referitoare la iarbă de grâu  
Medicamentele autorizate nu sunt atât de sigure  
Nu toate studiile sunt valide  
Cum se analizează un studiu  
Vindecarea este de natură electrică, spirituală, chimică, fizică  
Analiza finală

### **Epilog – dr. Ann Wigmore**

### **Referințe și studii**

#### **Resurse – de unde se poate procura iarbă de grâu**

Cultivatori și transportatori de iarbă de grâu comandată prin poștă  
Resurse internaționale  
Cultivatori și producători  
Centre de pregătire specializate pe iarbă de grâu  
Surse de semințe  
Aspecte generale  
Producători de storcătoare de suc  
Alte cărți despre iarbă

### **Index**

**Alte cărți scrise de Steve Meyerowitz**

**Cine este Sproutman®?**

# Pionierii

## Charles F. Schnabel



Charles Franklin Schnabel  
Părintele ierbii de grâu

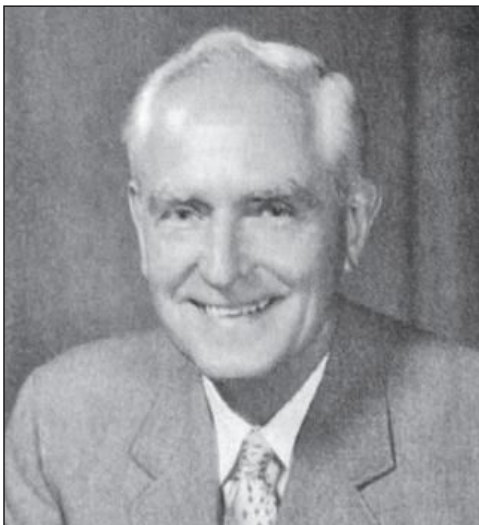
*6,8 kilograme de iarbă de grâu au valoarea nutrițională totală a 159 de kilograme de legume obișnuite din grădină. Știm în continuare foarte puține lucruri despre ceea ce poate însemna iarba pentru om în viitor.<sup>1</sup>*

– Charles F. Schnabel

Ziua de 31 iulie 1930 a fost o zi importantă în istoria alimentelor pe bază de ierburi. În acea zi, Charles F. Schnabel a strâns în total 126 de ouă de la 106 găini. Oricine se pricepe la găini ar spune că acest lucru este un fenomen. Și pentru ca povestea noastră să se transforme într-un basm, atunci când Schnabel le-a cumpărat, găinile erau bolnave, mai mult moarte decât vii. Le luase doar în scopul de a le salva de la exterminare. Dar ce legătură are acest lucru cu iarba de grâu? Pentru a le face bine, Schnabel le-a hrănit cu un amestec de verdețuri și iarbă de ovăz tinere, proaspăt tăiate. Rezultatele miraculoase pe care le-a obținut l-au inspirat atât de tare, încât s-a gândit să le încerce și în cazul său, personal. A uscat verdețurile tinere pe soba cu lemne, le-a transformat sub formă de pudră și le-a adăugat în mâncărurile consumate. Avea o familie numeroasă și toți membrii familiei, iar la un moment dat și rudele și vecinii, se hrăneau cu iarba lui Schnabel. Fiica sa își aduce aminte și acum de mirosul de iarbă pusă la uscat care se simțea în toată casa. Așa a început omul modern să consume ierburile. Începând din acel moment, oamenii au continuat să consume ierburi tinere. Grație lui Schnabel, societățile comerciale au început să producă și să ambaleze ierburile tinere pentru consum. Așa a început totul, iar acest om a avut contribuția inițială.



## V.E. Irons



*În anul 1900, SUA se afla pe primul loc dintr-un total de 93 de țări în ceea ce privește sănătatea. În 1920, se situa pe locul al doilea. Iar în 1978 ne situăm la poziția 79. Am avut foarte mult de pierdut. Imaginează-ți cea mai bogată națiune din lume, cu cei mai mulți oameni de știință, cu cele mai multe spitale, doctori sau infirmiere – plasată totuși pe unul dintre ultimele locuri la sănătate – în doar 82 de ani. Și, totuși, în 1920 nu cunoșteam vitaminele. Vitamina înseamnă un aminoacid viu. În prezent, afacerile cu vitamine reprezintă o industrie de mai multe milioane de dolari, dar sănătatea noastră este tot mai slăbită. La ce sunt bune vitaminele moarte?*

*Gândește-te bine! Doar VIAȚA creează VIAȚĂ! Doar VIAȚA susține VIAȚA și doar vitaminele vii ne pot salva. Adică Viața verde!*

– V.E. Irons

V. Earl Irons s-a născut în anul 1895, fiind considerat unul dintre pionierii industriei alimentelor naturale. Este cunoscut pentru susținerea ideii de curățire a colonului, fiind primul care a utilizat semințele de psyllium și bentonita ca agenți de curățire intestinală. Compania pe care a fondat-o în 1946 fabrică și în prezent produsele Sonné, Vit-Ra-Tox și produsele de curățire Springreen. Asemenea celorlalte personalități descrise în prezentul capitol, Irons suferea de o boală gravă, care i-a schimbat total viața. La vârsta de 40 de ani, a suferit o formă severă de artrită cunoscută sub numele de spondilită anchilozantă. Din disperare, s-a orientat către tratamentele naturiste. Succesul în ceea ce privește demersul de însănătoșire a fost pus pe seama regimului de detoxifiere, motiv pentru care a continuat să promoveze aceste principii pentru tot restul vieții.

Irons nu provenea dintr-o familie de fermieri. În 1919 a absolvit Yale, o mare parte a vieții locuind în Boston. Însă dr. Royal Lee, fondatorul faimoasei Standard Process Supplement Company, l-a adus pe Irons în Kansas City și i-a prezentat acestuia minunatele beneficii nutriționale și de detoxifiere ale ierbii. Acesta a început să cumpere tablete și pudră pe bază de iarbă de la Cerophyl și le-a introdus în linia sa de produse de curățire a colonului pe care o crease în 1946.



## Povestea Annei Wigmore



Fotografie de Michael Parman

*Visez o lume lipsită de boli... o lume în armonie completă și aflată într-un echilibru fizic, mental și spiritual, care să respecte legile naturii referitoare la cauză și efect.*

– Ann Wigmore

În ciuda relației strânse pe care am avut-o cu cerealele de-a lungul istoriei noastre sau a abundenței de ierburi la nivel mondial, consumul de sucuri din iarbă a început să fie promovat abia din ultima jumătate a secolului

XX. Consumul din ce în ce mai mare de suc proaspăt stors obținut din iarba de grâu s-a datorat în mare parte eforturilor și geniului unei singure femei, Ann Wigmore.

### Boala și condițiile adverse au dus la inovație

Născută în Lituania în 1909, Ann Wigmore a avut o copilărie destul de dură. S-a născut prematur, apoi a fost abandonată, fiindcă era un copil bolnăvicios și o povară pentru părinții ei, care doreau să înceapă o nouă viață în America. Bunica acesteia, un naturalist autodidact, a salvat-o și a făcut-o bine oferindu-i Annei o viață normală. A învățat foarte multe despre vindecare pe când o urmărea pe bunica sa îngrijind răniții în timpul primului război mondial cu ierburi și plante de leac. Dar, la vârsta de 16 ani, încă nu fusese dată la școală și nu știa să își scrie nici măcar numele! La îndemnul bunicii, Ann a plecat în America pentru a primi o educație adecvată și pentru a se întâlni din nou cu părinții. Din dorința de a reuși pe tărâm american, a adoptat stilul de viață local, inclusiv dieta tipic americană. Apoi, un teribil accident de mașină i-a distrus ambele picioare. Odată instalată cangrena, doctorii au recomandat amputarea picioarelor. Ea a refuzat și, împotriva dorinței tatălui ei, s-a întors acasă. „Revenirea mea nu a fost una fericită. Nici tatăl, nici mama mea nu aveau grijă de mine și, doar cu ajutorul unchiului meu, găseam ceva de-ale gurii la prânz”<sup>7</sup>.

Ann era conștientă că trebuie să existe o cale mai bună. S-a întors la dieta „țărăneasă“, cu legume, cereale, semințe și ierburi. Astfel și-a recăpătat sănătatea, punând în practică ceea ce învățase de la bunica sa. A cules ierburi și plante sălbatice și le-a aplicat pe picioare. Nu era un act disperat al unei minți bolnave, ci rezultatul învățăturilor primite de la bunica ei cu privire la puterea de vindecare a ierburilor și plantelor. Ann a dezvoltat un apetit „nesățios“ pentru tot ce era verde. Ronțăia iarbă și îi storcea sucul. Ore întregi stătea la soare în verile călduroase, așteptând ca picioarele să i se vindece. Iarna era aproape. Iarba urma să dispară. Ce să facă?

*I-am cerut Domnului să mă îndrume. Iar El mi-a oferit o soluție emoționantă. Folosirea cerealelor pentru a crește iarba în propria bucătărie!*

Într-o zi, spre surprinderea ei, micuțul ei cățeluș alb, care îi oferise întotdeauna atât de multă iubire și afecțiune, a început să îi lingă picioarele – singura parte din corpul ei pe care cățelușul nu o atinsese până atunci! „Primul meu impuls a fost să mă gândesc la siguranța cățelului. Am ridicat instinctiv mâna pentru a-l îndepărta, iar în acea clipă mi-a venit în gând vorba bunicii mele: «Creaturile ghidate de instinct, lăsate de unele singure, nu greșesc»“.

Gestul cățelușului era primul semn că Ann se însănătoșea. Odihnă, soare, ierburi și plante sălbatice, ierburi cultivate în bucătărie – toate au dus la reinstaurarea stării sale de sănătate. Atunci a știut că nu avea să moară. Medicii l-au informat pe tatăl acesteia că, la prima vedere, fiica sa era în afara oricărui pericol. „Acest lucru l-a înfuriat, deoarece nu putea să accepte că se înșelase cu privire la decizia sa de a-mi amputa picioarele“. Au mai trecut câteva luni până când picioarele i s-au vindecat complet, iar ea s-a întors la spital pentru reexaminare. Doctorii „nu au făcut niciun comentariu când, la radiografia cu raze X, se vedeau oasele bine sudate“, spuse Ann. După câțiva ani, Ann Wigmore alerga la cursa de maraton din Boston.

Ann și-a testat iarba pe care o creștea în casă și pe prietenii ei. Grâul devenise iarba ei favorită, căci animalele o preferau și pentru că era dulce la gust, ușor de găsit și ieftină. Pentru a-și continua cercetările, a adoptat o maimuță bolnavă de cancer. Ann a îngrijit animalul până când acesta s-a vindecat cu ajutorul unor tehnici creative și cu rețete cu alimente vii, printre care semințe germinate, nuci fermentate și „iaurt“ de semințe, dar și rejuvelac – o băutură din grâu cultivat încolțit. Acestea, alături de iarba de grâu, aveau să devină mai târziu piatra de temelie pentru dieta cu alimente vii propusă de ea.

Cu toate că știa că făcuse o descoperire importantă, nu avea la îndemână nicio metodă practică pentru a o face disponibilă pe scară largă. Cei mai mulți nu ar fi

## Yoshihide Hagiwara



*Era clar pentru mine... că firele de iarbă ale cerealelor furnizau elementele cele mai apropiate de alimentul perfect pe care natura îl poate oferi... Cred cu putere că eliminarea constantă a acestei pudre naturale din dieta umană și înlocuirea sa cu alți nutrienți având o valoare dubioasă constituie cea mai serioasă amenințare pentru sănătatea noastră, a tuturor.*  
– Yoshihide Hagiwara

În aceeași perioadă în care Ann Wigmore făcea experimente cu sucul de iarbă de grâu, un farmacist și doctor din cealaltă parte a lumii iniția cercetările asupra ierbii de orz. Atât

orzul, cât și grâul fac parte din aceeași familie cerealieră, respectiv Triticum. Sunt semințe înrudite. Este nevoie de o privire atentă pentru a face deosebirea. Mai simplu de observat este diferența dintre Wigmore și Hagiwara, iar naționalitatea și fondul cultural sunt suficiente. Hagiwara a excelat în tot ceea ce a întreprins. În ciuda acestor diferențe, existau câteva elemente comune evidente. Ambii au avut o copilărie tulburătoare și aveau o stare de sănătate extrem de precară. Dar cel mai important este că amândoi credeau cu fervoare în puterea ierbii.

Yoshihide Hagiwara și-a început viața destul de dur. Părinții nu îl puteau îngriji, așa că au renunțat la el, la fel cum i se întâmplase și lui Ann Wigmore. În momentul în care mama sa adoptivă a fost diagnosticată cu cancer, băiatul a fost trimis la orfelinat. Cu toate acestea, Hagiwara a avut curajul și tăria de caracter să își ia viața pe cont propriu. A absolvit Academia Navală, după care s-a înscris la Universitate pentru a studia farmacologia. După absolvire, în 1949, și-a deschis o farmacie și a început să creeze diferite formule pentru clienții și vecinii săi, inclusiv preparate pentru afecțiuni ale pielii, picioarelor și părului. Unele dintre acestea se mai vând și astăzi în Japonia. Mai târziu, avea să se întorcă la studii, de această dată pentru a deveni doctor în medicină.

În 1952, s-a mutat în Osaka pentru a deschide o companie producătoare de medicamente, denumită Yamashiro Pharmaceutical Co. Ltd. Acolo a dezvoltat și a brevetat peste 200 de medicamente, având peste 700 de angajați. A creat cea mai mare companie de medicamente din Japonia! Hagiwara iubea cercetarea

# Povești adevărate, de la oameni adevărați

*Datorită condiției mele fizice bune, determinării și dorinței de a câștiga, nu voi pierde. Nu pot pierde.*

– Lance Armstrong, campion american la ciclism; declarație din perioada în care suferea de cancer la testicule

*Poveștile cuprinse în acest capitol sunt mărturiile ale unor persoane reale, fiind redată propriile lor cuvinte. Sunt oameni a căror viață le-a fost amenințată, cel mai adesea de o boală în fază terminală. Mulți își scriseseră deja testamentele sau li s-a spus că mai aveau puțin timp de trăit. Nu este vorba despre „maniaci după sănătate” și nici despre „extremiști”. Mulți nici nu au auzit vreodată despre iarba de grâu. Sunt oameni obișnuiți, pentru care medicina convențională a făcut tot ce a putut. Dar au avut voința de a trăi, de aceea au căutat alte metode și au îmbrățișat tratamentele alternative. Viețile lor nu pot fi trecute sub tăcere. Sunt vieți adevărate, bătălii adevărate și crize personale reale. Câteva cazuri implică animale – animale de companie ai căror proprietari s-au luptat cu disperare să le salveze viețile. Iar aceste animale furnizează încă un alt set de dovezi, căci acestea nu s-au însănătoșit datorită „vindecării prin credință” sau a efectului placebo. Aceste povestiri reprezintă doar o parte din sutele sau miile de cazuri din întreaga lume. Ele nu sunt prezentate cu titlu de „dovadă”. Ci sunt redată pentru a hrăni speranța. Comentariile, întrebările și/sau clarificările marcate între paranteze pătrate aparțin autorului.*

## **Tumoarea pe creier**

– pastor Lindsey Robinson, Harrisburg, PA

*Comentariile soției sale, Myra Robinson, sunt prezentate cu litere italice.*

Era în luna de după Ziua Recunoștinței a anului 1999. M-am trezit în acea dimineață și mă simțeam atât de slăbit încât de abia mă puteam dezmetici. Un coleg de muncă s-a oferit să mă conducă până la spital. După o săptămână petrecută acolo, doctorii nu și-au putut da seama ce am, cu toate că îmi făcuseră toate testele care le-au trecut prin minte. M-am întors din nou în luna ianuarie, iar doctorul mi-a comunicat că aveam o tumoare pe creier. [*Myra Robinson:*] *Era vorba de glioblastom multiform (GBM), cea mai comună și cea mai agresivă dintre tumorile primare cerebrale, pe lângă faptul că este și cea mai rezistentă formă la tratamente.*



Acesta mi-a spus că nu putea interveni, deoarece era situată foarte aproape de nervi și că, dacă ar fi atins-o cât de puțin, puteam paraliza pe partea dreaptă. Aveam nevoie de o altă opinie, așa că am mers la spitalul Johns Hopkins, din Baltimore. Acolo mi s-a spus că ar putea scoate o parte din tumoare. Astfel că în anul 2000 m-am operat.

După operație, m-am ocupat de îndatoririle mele de serviciu. Sunt pastor, așa că m-am rugat. M-am întors pentru a efectua un test de rezonanță magnetică (RMN) și alte teste necesare, pe care le făceam de două ori pe an; la momentul acela, am crezut că totul e bine. Însă în anul 2004, un nou test RMN a relevat reactivarea tumorii. *Scanările arătau o activitate intensă. De această dată tumoarea era în stadiul al patrulea, stadiul cinci fiind cel mai grav.* Când am auzit acest lucru, m-am speriat foarte tare, așa că am revenit în sala de operație pentru o nouă intervenție, în februarie 2004, efectuată de același doctor specialist, dr. Raphael Tamego, de la spitalul Johns Hopkins. Acesta mi-a spus că mai am puțin de trăit, dar, cu toate acestea, doreau să îmi acorde încă o șansă de a mă face bine. Astfel, în perioada de recuperare, mi-au administrat timp de treizeci și trei de zile tratamente cu radiații. Iar acest lucru nu mă făcea să mă simt deloc bine. Tot ceea ce reușea să facă era să îmi distrugă partea dreaptă a corpului. Acum trebuie să folosesc un baston când merg, pe care îl țin cu mâna stângă, deoarece partea dreaptă și piciorul drept nu mai sunt funcționale. Aceste tratamente au reușit doar să îmi vlăguiască de tot partea dreaptă. Nu mai eram capabil să îmi țin brațul ridicat mai mult de câteva clipe și eram nevoit să stau foarte mult timp întins în pat.

*Durata maximă permisă pentru tratamentele cu radiații era de treizeci și trei de zile. Apoi a făcut și o săptămână de chimioterapie. Până la sfârșitul lunii mai, soțul meu părea că a suferit un atac. Nu se putea folosi deloc de partea dreaptă – își târșâia piciorul drept, nu își mai putea folosi brațul drept, iar vorbirea sa era neclară. În urma efectuării testului RMN, s-a evidențiat că, în ciuda radiațiilor și a chimioterapiei, tumoarea nu a răspuns deloc tratamentului, devenind, de fapt, mult mai agresivă ca până atunci. Radiațiile au provocat inflamarea creierului, ceea ce a dus la o debilitate fizică. A fost tratat cu doze ridicate de steroizi, administrați intravenos, pentru a se reduce inflamarea creierului.*

Astfel, m-am trezit într-o dimineață și mă simțeam extrem de vlăguit. Soția mea m-a dus la Centrul Medical Hershey. Când au auzit cât de rău mă simțeam, toată familia mea a venit să mă vadă. Doctorii mi-au comunicat că nu mai era nimic de făcut. *Am primit sfaturi pentru a-l interna într-un azil și apoi a fost trimis acasă, unde a trebuit ajutat pentru a se mișca, timp de o lună.* Verișoara mea din Chicago m-a întrebat: „Ai auzit de tratamentul cu suc de iarbă de grâu?”

Nu, nu auzise. Au căutat pe internet și au aflat de un bărbat din Canada care vinde acest produs. Verișoara mea a plătit prima comandă. Am primit produsul înghețat. Soția îmi prepara zilnic sucul, din care beam cam 170 de grame o dată. Acum nu vă pot spune că aceasta este cauza, însă tot ceea ce îmi amintesc este că tumoarea a scăzut în perioada care a urmat tratamentului cu suc de iarbă de grâu.

Ultimele teste cu rezonanță magnetică (RMN) au relevat că tumoarea a scăzut, iar eu mă rog în continuare ca aceasta să se resoarbă complet.

*Deși soțul meu folosește bastonul, capacitatea de a merge s-a îmbunătățit vizibil; și-a redobândit capacitatea de a-și folosi mâna dreaptă, iar partea dreaptă a corpului s-a întărit în mod evident. Acum poate sta în picioare neasistat pentru intervale mai lungi de timp, este capabil să conducă mașina prin oraș în călătoriile scurte și, cu toate că este nevoit să stea jos, și-a reluat ritualurile de rugăciune.*

Acum vreau să vă povestesc o întâmplare destul de amuzantă. Când am mers la spital ultima oară, doctorul meu a intrat în cameră și mi-a spus că nu mai există nicio speranță pentru mine. Soția mea l-a întrebat cât timp crede că mai am de trăit, iar el a răspuns că până la vară. „*Am făcut tot ceea ce era posibil din punct de vedere medical*“. Ei bine, această întâmplare avea loc în urmă cu un an și, iată-mă, sunt viu! Oncologul mi-a spus: „Tumoarea a scăzut, însă nu știu care este cauza“. Astfel că mi-a administrat pe cale orală Temador, în doză scăzută, pentru a continua chimioterapia. L-am luat timp de cinci zile, la fiecare 23 de zile. *Am continuat să ne rugăm fierbinte la Dumnezeu, iar El este cel care a înfăptuit minunea!*

## **Cancerul de sân, afecțiuni ale pielii**

*– Tom Stem, crescător de câini, ciobănesc de Shetland și ogar irlandez  
Stouffville, Ontario, Canada*

Cresc de multă vreme câini Sheltie (ciobănești de Shetland) și ogari irlandezi. Începând din 1969, am crescut în crescătoria proprie douăzeci până la douăzeci și cinci de câini adulți. Dacă nu știi, cancerul este cauza majoră de deces pentru ogarul irlandez. Însă pentru ambele rase, atunci când se îmbolnăvesc, este vorba fie de cancer, fie de afecțiuni hepatice sau renale, dermatologice sau osoase. Toate bolile lor se încadrează în aceste categorii. Însă prin administrarea unei hrane sănătoase și cu ajutorul sucului din iarbă de grâu, câinii noștri au reușit să evite toate aceste afecțiuni.

## Cancerul de sân

Am început să hrănim câinii cu iarbă de grâu din cauza soției mele. Janice a fost diagnosticată cu cancer de sân în 1972. Doctorul a programat-o pentru operație la o săptămână după prima vizită la cabinet. Soția mea avea un aspect cenușiu al feței și se simțea extrem de obosită. Am acceptat justetea diagnosticului, însă ne-am orientat imediat către un tratament alternativ. Am achiziționat cartea „Cum am învins cancerul pe cale naturală“, scrisă de Eydie Mae Hunsberger, și ne-am inspirat din programul Annei Wigmore.

Am decis să anulăm intervenția chirurgicală și am încercat terapia cu iarbă de grâu. Am cultivat singuri iarbă de grâu și Janice a băut aproximativ 227 de grame pe zi, în fiecare zi. După circa nouă luni de zile de tratament continuu cu suc de iarbă de grâu, umflăturile de la sân au dispărut. Oncologul a diagnosticat-o ca fiind complet recuperată. Nu ne-a pus nicio întrebare și chiar cred că uitase că anulasem intervenția chirurgicală.

Și mai e un aspect important. În urma preparării sucului pentru Janice, rămăneau foarte multe resturi de pulpă. Astfel, am început să le adaug în bolurile cu mâncare ale câinilor noștri. Acestea conțineau în continuare cantități mici de suc. Am amestecat această pulpă cu carne, legume și puțină apă. Mai târziu, după ce am început să cultivăm iarbă la exterior (și să congelăm sucul pentru a-l păstra), adăugam câteva cuburi în bolurile cățeilor, iar aceștia le mâncau ca pe bomboane.

## Fertilitatea

Niciuna dintre aceste rase nu pot făta cățeluși după vârsta de 6-7 ani, iar majoritatea crescătorilor consideră că este vorba despre un prag natural al fertilității. Însă cățelele mele au avut puiți până la vârsta de zece ani. Iar numărul de cățeluși fătați varia, la rasa Sheltie, între doi și până la patru pui. Cățelele Sheltie crescute de mine fătau între cinci și șapte pui! Chiar dacă nu sunt un credincios, ca om de afaceri aș include iarbă de grâu în dietă, fiindcă produce bani. Fiecare cățeluș se vinde cu 600-700 de euro și am cu doi pui mai mult la fiecare fătare în comparație cu un crescător obișnuit!

## Longevitatea

În mod obișnuit, un câine Sheltie care este hrănit exclusiv cu mâncare cumpărată din comerț trăiește doar până la șapte sau opt ani. Dacă dieta acestora conține, pe lângă mâncarea cumpărată din comerț, și resturile rămase de la masa stăpânilor, atunci pot trăi până la zece și unsprezece ani. Dar câinii noștri Sheltie au o durată



de viață cuprinsă în general între paisprezece și șaptesprezece ani. În cazul ogarului irlandez, durata de viață este de patru-cinci ani dacă este hrănit doar cu mâncare comercială specială pentru câini. Atunci când sunt hrăniți cu un mix de mâncare comercială și resturi de la masa stăpânilor, viața lor se prelungește până la șase-șapte ani. Iar majoritatea câinilor noștri ajung și până la vârsta de nouă ani.

Nimeni nu va putea face față unui adevăr atât de crud. Este un aspect foarte controversat, deoarece foarte puțini recunosc rolul dietei în îmbătrânire sau în menținerea sănătății. Aceștia consideră doar că este o slăbiciune genetică. Dar eu am văzut ce beneficii oferă o nutriție de calitate și mai știu și în ce fel va contribui la sănătatea câinilor mâncarea specială din comerț. Am văzut cățeluși pe care era nevoie să îi așezăm singuri acolo unde doream, din cauză că nu li se dezvoltaseră suficient de bine oasele labelor.

Picioarele din spate crescuseră deformat, iar scheletul osos era slăbit, din cauza nutriției de proastă calitate. Este o stare similară cu rahitismul la om.

## Afecțiunile pielii

La un moment dat, la mine au început să vină diverse persoane, cu câinii lor bolnavi, pentru a-i face bine. Am descoperit că problemele dermatologice răspund imediat la tratamentul cu suc de iarbă de grâu. Am avut chiar un caz în care pielea supura, într-atât era de iritată. Doctorii au pus cățelușa sub tratament cu steroizi în încercarea de a controla afecțiunea. La început, tratamentul a avut rezultate pozitive, însă ulterior nu a mai avut pur și simplu niciun efect. Când au adus-o la mine, erau pe punctul de a eutanasia animalul. În acel moment, am decis să încercăm cu 28 de grame de suc de iarbă de grâu la fiecare 9 kilograme de greutate corporală pe zi. Ei bine, în șapte zile se putea observa o ameliorare a rănilor deschise. După două săptămâni, deja se puteau vedea firisoare de păr cum începeau să crească la loc pe zonele fără păr. La trei săptămâni de la începerea tratamentului, blana începea să acopere rănilor vechi. Dispoziția cățelușei era normală și arăta ca un animal sănătos. Când proprietara a revenit să o ia, aceasta a primit-o cu atât de multă voioșie, încât femeia a spus: „Parcă ar fi din nou pui, așa se comportă!”

## Medicul veterinar

*Ce are de spus medicul veterinar în legătură cu acest lucru?* De-a lungul întregii perioade, am apelat la serviciile aceluiași veterinar, doctorul Clark, de la clinica veterinară Sharon. El însuși a fost cel care a tras un semnal de alarmă asupra acestui fapt atunci când, într-o bună zi, m-a întrebat: „Cum se face că niciunul dintre câinii tăi nu se îmbolnăvește de cancer?”. „Aveți multe cazuri

de cancer?“, am întrebat eu. „O, da, în fiecare săptămână, însă niciodată de la crescătoria ta!“. Astfel, am început să mă gândesc la motivul pentru care se întâmpla acest lucru. Să fie oare pentru că permitem câinilor să alerge în spații largi, deschise? Nu cred. Singura soluție care mi s-a părut logică a fost sucul din iarbă de grâu. Din momentul în care am început să administrez iarbă de grâu câinilor, niciunul dintre ei nu a mai făcut cancer și nici nu a mai suferit de probleme hepatice, renale, dermatologice sau osoase. Sunt absolut convins că toate acestea s-au datorat ierbii de grâu.

## Confirmarea

Acest lucru avea loc în perioada în care abia începusem să folosesc sucul din iarbă de grâu – și îmi doresc în continuare să obțin o dovadă care să-mi confirme bănuielile. L-am rugat pe dr. Clark să îmi trimită un câine bolnav de cancer. Întâmplător, tocmai avea un ogar irlandez care trebuia eutanasiat pentru că suferea îngrozitor. Avea o tumoră pe laba din față, pe care nu o mai putea folosi deloc. Nu reușea nici măcar să mai calce cu ea. Proprietarul mi-a încredințat cățelușa pentru a face tot ceea ce se putea ca să se însănătoșească. I-am amenajat un culcuș confortabil și am hrănit-o cu 110-140 de grame de iarbă de grâu pe zi.

Nu știam cu adevărat ce fac în acele momente. În prezent, aș hrăni-o cu 225-280 de grame pe zi. Din dorința de a fi sigur că mănâncă tot, am hrănit-o cu ajutorul unei seringi. În doar câteva zile, cățelușa se simțea în mod evident mai bine. După o săptămână, începuse să își întindă piciorul dureros, destul de ezitant însă. După două săptămâni, atingea ușor cu piciorul podeaua. După o lună, mergea, însă nu a mai putut alerga niciodată. Tumoarea era în continuare în același loc, mare și tare ca piatra. Animalul și-a recăpătat mobilitatea totală a lăbuței și își folosea foarte bine încheietura. Era capabilă să meargă cu pași mărunți și se bucura de viață, socializând cu ceilalți căței.

Patru luni mai târziu, când dr. Clark mi-a făcut o vizită în alte scopuri, a văzut cățelușa și tot ceea ce îți pot spune este că a avut o reacție de uimire absolută – nu îi venea să creadă că animalul era viu – a mai trăit încă nouă luni, o perioadă suficient de lungă pentru un ogar irlandez în vârstă și care avea și cancer în stadiu terminal. Dacă aș fi știut atunci ceea ce știu acum, i-aș fi administrat mai mult suc. Și totuși, am reușit să aduc acea cățelușă la o stare de sănătate care să îi permită să se comporte normal. Vreau să știi că nu am înfrumusețat cu absolut nimic această poveste sau orice detaliu din cele pe care le-am redat. Toate aceste fapte ți le-am povestit exact așa cum s-au petrecut și în felul în care le-am observat eu personal.

## Cancerul de colon

– *Michael Claener, Queensville, Ontario, Canada*

M-am dus la doctorul meu pentru un examen medical obișnuit și pentru analizele de sânge uzuale, iar acesta mi-a comunicat că valorile din sânge erau foarte scăzute. Era îngrijorat și mi-a spus să repetăm analizele. Înainte de a trece mai departe, poate că ar fi bine să menționez că toți membrii familiei mele și toate rudele mele lucrează în domeniul stomatologiei și al medicinei. Deși acest fapt nu mă recomandă ca specialist, am fost crescut totuși într-un mediu care m-a ajutat să am un bagaj bogat de cunoștințe în aceste domenii.

Când am părăsit cabinetul doctorului, am știut că am o problemă, dar am tot încercat să mă conving singur că în treizeci de zile rezultatele analizelor vor fi normale și cu asta se va încheia totul. Ei bine, pe durata celor treizeci de zile, mi-am analizat cu atenție scaunul, care devenea tot mai închis la culoare. Am știut atunci în adâncul sufletului că am cu adevărat o problemă gravă de sănătate. Am revenit la doctor, dar nu i-am spus nimic din cele constatate. La primirea rezultatului analizelor am constatat că valorile din sânge erau și mai scăzute. Pierdeam sânge. Doctorul a început să îmi vorbească despre ceea ce puteam face pe viitor, însă l-am oprit. Am refuzat pur și simplu să apelez la metode invazive. I-am spus că doresc să repet testul. Am observat urme de sânge în scaun și mi-am dat seama că situația era destul de alarmantă. La următorul test, valorile scăzuseră cu 21%.

Acest lucru era destul de tulburător, deoarece ar fi trebuit să evidențiez valoarea minimă de 34%, dar aceasta era în continuă scădere. Doctorul m-a rugat să facem un test al scaunului, iar eu i-am răspuns că nu este nevoie. Era negru (de la sânge). Acesta mi-a spus: „Îți cunosc familia și știu că îți dai seama de afecțiunea de care suferi (cancer de colon). Trebuie să acționăm cât mai repede, ca să nu fie prea târziu“. L-am asigurat că mă voi întoarce la el și am părăsit cabinetul în grabă.

Astfel, în acel moment și pentru prima oară de multă vreme, l-am sunat pe vărul meu care este oncolog. El mi-a spus: „Michael, poate fi un singur lucru. Având sânge în scaun și cu valori atât de scăzute, nu am niciun dubiu că am dreptate. Este vorba de cancer de colon. Asta ai!“ Mi-a sugerat să fac o colonoscopie și să mă operez. Fratele meu, care este tot doctor, mi-a ținut aceeași prelegere, însă am refuzat orice metodă invazivă. Nu le-am permis să mă atingă. Îi cunosc pe acești tipi – „ohh, te vom face bine“ –, apoi te deschid și încep să taie și să preleveze eșantioane, pentru ca după aceea, pe neașteptate, cancerul să se extindă și să mori în patul tău. Așa că m-am decis – nu mă las pe mâna voastră!

Decizia mea a fost să încerc iarba de grâu. Am simțit că nu aveam nimic de pierdut. Am urmat un program intensiv, luând 510 grame de suc din iarbă de grâu,

în fiecare zi (iarbă de grâu congelată, cultivată la exterior). Nu am făcut niciodată colonoscopie și nu m-am întors la doctor decât după trei luni. De ce să o fi făcut? Știam ce avea să îmi spună și nu vroiam să aud acest lucru, dar mintea mea făcuse cu siguranță alegerea potrivită, deoarece culoarea scaunului devenise mult mai deschisă. După trei luni de tratament cu iarbă de grâu, am făcut o nouă analiză, iar valorile din sânge crescuseră din nou la 33%, aproape de cele normale. Doctorului meu nu îi venea să creadă când a citit rezultatele. Mi-a spus: „Poate că ai o zi norocoasă. Hai să repetăm testul pentru a ne asigura.“ Testul efectuat luna următoare a relevat că valorile crescuseră cu până la 38%, iar luna care a urmat ajunseseră la 39%. Doctorul... și-a frecat fruntea energic. Nu i-am spus că este vorba de iarbă de grâu, pentru că nu doream să deschid o întreagă discuție în contradictoriu cu el.

Acestea se întâmplau când aveam vârsta de cincizeci și șase de ani. Acum am împlinit cincizeci și nouă de ani și nu mai privesc spre trecut. Au fost momente terifiante pentru mine. În opinia mea, oricine primește astfel de vești și care, ca și mine, nu vrea să recurgă la operație, nu are nimic de pierdut dacă încearcă iarba de grâu. Trebuie să menționez că ai nevoie și de voință. Mi-aduc aminte că atitudinea mea, în acele vremuri, era că am să îl „curăț“ pe criminal!

## **Cancerul de inimă, de stomac sau de gât**

*– dr. Edward Brown, Los Angeles, California*

Am absolvit școala de medicină în anul 1972 și imediat după aceea m-am angajat la o clinică dedicată ajutorării oamenilor săraci. Ofeream servicii medicale oamenilor care nu își permiteau acest lucru. Nu am avut parte de o carieră care să îmi permită să fac bani, dar munca de acolo m-a ajutat foarte mult. Am reușit astfel să văd lumea – Caraibe, America Centrală, Filipine, Australia... Îmi place să mă numesc doctorul junglelor. Este muncă de misionar. Nu mai am licență pe teritoriul Americii de mult timp.

În 1989, am descoperit că am cancer. Era o formă rară de cancer în fază terminală, o excrescență înăuntrul inimii mele. Am suferit patru atacuri de cord. De fiecare dată era mai rău. Nodulul devenea tot mai mare și a început să se extindă. Am fost nevoit să renunț la muncă, cu toate că am desfășurat câteva lucrări de voluntariat pentru a nu mă mai gândi la problemele mele.

Maladia mi-a dus viața într-o nouă etapă. Pentru că aveam cancer, începusem să mă specializez asupra acestei boli. A devenit misiunea vieții mele. Când am început să îmi analizez opțiunile, am fost dezamăgit să aflu că nu prea existau soluții viabile – doar ciopârțirea, chimioterapia și radioterapia.

Ei bine, cu astfel de lucruri mi-am petrecut perioada dintre 1989 și 1994. Am suferit ultimul atac de cord în 1994. Tumoarea s-a retras în sfârșit, dar aceasta era



blocată în sistemul nervos care alimentează cordul. Inima mea împărțea sângele și funcțiile nervilor cu tumoarea. Astfel, existau foarte puține „tulburări“. Ulterior, tumoarea mea s-a dizolvat, iar acest lucru este dovedit cu probe. Ce m-a salvat? Fără niciun dubiu este vorba de terapia cu sucuri. Din păcate, nu aveam cunoștințe despre iarba de grâu la acea vreme. Aș fi vrut să fi știut. Oricum, în ultimele șase luni de vindecare, am transformat în suc 80% din tot ceea ce mâncam. Consumam cu preponderență o dietă vegetariană, cu legume crude și cantități mici de orez brun. Înainte de a începe să storc sucul, tumoarea era într-o fază stabilă, dar tot nu ceda. Un alt doctor mi-a spus că lipsa hidratării la nivel celular [insuficiente fluide în celule] creează mediul prielnic pentru culturile de celule responsabile cu răspândirea cancerului. Deci, m-am gândit, cea mai bună apă, apa care este sănătoasă și vie, este cea conținută de fructe și de legume. Terapia cu sucuri este cea mai bună terapie pe care o cunosc, iar iarba de grâu este cea mai indicată plantă pentru obținerea sucurilor. Optzeci la sută din ceea ce mâncăm ar trebui să fie sub formă de suc. Sucurile stoarse și o dietă sănătoasă te vor energiza, hrăni și rehidrata la nivelul celulelor.

Acesta este unul dintre motivele pentru care iubesc iarba de grâu, pentru că, odată cu fiecare dolar cheltuit, am descoperit că iarba de grâu este cea mai eficientă metodă de a preveni și de a trata numeroase boli. Pacienții aflați în fază terminală ajung într-un stadiu în care nu mai pot mânca deloc, dar întotdeauna se va putea consuma iarbă de grâu.

Dacă nu poți să bei sucul, atunci îți poți pregăti oricând o clismă cu iarbă de grâu. Îți poți relaxa [îmbăia] corpul în baia cu iarbă de grâu. Prin oricare dintre aceste metode, principiile sale vor pătrunde în capilare. Dacă ar trebui să recomand un singur produs, acesta ar fi iarba de grâu. Dacă ani de zile ar trebui să consumi doar iarbă de grâu [pentru întreținere], nu vei muri niciodată de malnutriție. Am fost în atâtea țări și am folosit foarte multe medicamente [minunate], însă, din păcate, acestea nu acționează decât în cazul anumitor persoane. Iarba de grâu acționează în toate cazurile. Am văzut și revăzut de sute de ori rezultatele. Însă este pur și simplu doar experiența mea.

*Dacă aș fi nevoit să ofer un singur produs pacienților mei, acesta ar fi iarba de grâu.*

*– dr. Edward Brown*

Iarba de grâu acționează în mod miraculos asupra regenerării celulare. Da, există și alte tehnologii fenomenale pe piață, însă nu contează de ce suferi; dacă nu ai o fundație puternică de nutrienți în sânge, acestea nu vor funcționa... sau dacă o vor face, nu va fi decât temporar. Primul lucru pe care îl fac cu pacienții mei este să îi inițiez în cura cu iarbă de grâu.

## Cancerul de prostată

– *Bill Nasdy, Bonita Springs, Florida*

Aveam cancer de prostată; nivelul antigenului specific prostatic (PSA) era paisprezece – cel mai mic care s-a înregistrat vreodată era cinci. La început, am fost de acord cu operația – o intervenție chirurgicală masivă pentru a se îndepărta complet prostata. Toate acestea se întâmplau în luna februarie; operația era programată pentru luna mai. Am convenit să încep chimioterapia și radioterapia. Am șaptezeci de ani, dar sunt în formă. Inițial mi-au administrat Flutamidă. Știți despre ce este vorba? Am aflat mai târziu că este un castrator chimic. A fost îngrozitor – cel mai urât lucru! Mă storcea de toate puterile.

Am luat parte la un grup de sprijin, unde cineva mi-a vorbit despre iarba de grâu. Am ieșit de acolo și am cumpărat lucrarea *The Wheatgrass Book* a Annei Wigmore. În acel moment, am decis să nu mai continui cu tratamentul și am început cu toată încrederea tratamentul naturist. Am anulat operația și am renunțat la medicamente după 5 săptămâni de iad.

Am schimbat totul. Mi s-a spus: „Mergi împotriva recomandărilor doctorului.“ Ei bine, am devenit vegetarian, ceea ce înseamnă foarte mult pentru mine, deoarece am crescut în țara cărnii. Imediat PSA a scăzut. (Îmi fac analize lună de lună.) În fiecare zi beau 170-283 de grame [de iarbă de grâu] înainte de fiecare masă. Acest lucru mi-a schimbat complet viața. De asemenea, urmez ozonoterapie la Institutul Optimum din Naples. Este fantastică și nici măcar nu costă nimic. Mai mult, iau și antioxidanți – ceai Essiac, CQ10, ulei din ficat de rechin, vitamina E, palmier pitic ras și 9.000 mg de vitamina C zilnic. Antioxidanții sunt cei mai indicați, iar iarba de grâu este, bineînțeles, bogată în antioxidanți.

Am uitat să spun că în urmă cu patru ani am urmat un tratament cu microunde asupra prostatei pentru a îndepărta durerea la urinare. Nu a fost o intervenție reușită și chiar cred că aceasta a provocat de fapt cancerul. Administrația Americană pentru Alimente și Medicamente (FDA) nu o aprobase la acel moment, dar în prezent este acceptată atât aici, cât și în Canada. Nu aș mai repeta procedura niciodată și cu siguranță nu o recomand nimănui! Aceasta este problema cu instituția medicală. Se permite administrarea unor tratamente dăunătoare chiar înainte de a fi aprobate în mod oficial, și abia apoi le aprobă, în timp ce iarba de grâu sau ozonoterapia, care nu sunt toxice, sunt scoase în afara legii. Trebuie să ne recâștigăm sănătatea și controlul pe care au pus mâna guvernatorii și medicii. Ei nu sunt zei. Este incredibil cu cât de multă încredere sunt investiți aceștia din partea publicului larg, iar ei ne presează cu medicamente periculoase, terapii

extreme sau intervenții de prisos. Adică, dragii mei, este o nebulie curată! Sunt semne însă că lucrurile tind să se schimbe în bine. Clasa de mijloc se alătură acestei politici cu cele mai mari șanse. Priviți-mă pe mine, habar nu aveam despre aceste lucruri!

Acum cancerul meu a intrat în remisie. La ultima analiză de verificare a PSA-ului... asistenta îmi spune: „Sper că nu ai făcut niciun fel de exercițiu fizic astăzi.“ Tocmai înotasem 50 de bazine! Se pare că exercițiile fizice cresc în mod artificial PSA-ul. I-am spus: „La naiba, am aruncat pe fereastră cincizeci și opt de dolari!“ Ghiciți cum mi-a ieșit analiza? A doua zi am primit un telefon prin care am fost anunțat că valoarea PSA-ului era 0,12.

Ascultă-mă, sunt un tip foarte activ pentru vârsta mea, însă mă simțeam vlăguit. Vrei să știi care a fost marea surpriză pentru mine? De când consum iarbă de grâu, energia mea s-a dublat. Săr cu parașuta, am un job cu normă întreagă, înot 50 de bazine. Și lasă-mă să îți spun că totul depinde de activitatea fizică și de dietă. Sistemul tău imunitar va avea grijă de tine, dacă și tu ai grijă de el. Aceasta este cheia! Iar acest lucru nu se poate realiza dacă îl bombardezi cu țigări, băutură, mâncare nesănătoasă, stres crescut sau medicamente toxice. Chimioterapia distruge cancerul, însă imediat ce te oprești, te lovește din nou! De această dată va apărea în altă parte și va fi și mai sever.

Am cultivat opt tăvi cu iarbă de grâu și asta nu este tot. De când am început acest program, nu am mai răcit și nici nu m-am mai îmbolnăvit de gripă. Soția mea s-a îmbolnăvit, însă eu nu am luat răceala. Tăieturile și inflamațiile se vindecă imediat; pur și simplu mi-a schimbat viața. În plus, beau în fiecare zi suc de morcovi cu usturoi – foarte mult usturoi – sfeclă, pătrunjel și germen, mulți germen, cu precădere în salate. Nu consum produse lactate, carne de vită, de porc sau de pui de găină – singurul lucru pe care îl consum ocazional este peștele de mare. Cred cu putere în el [vegetarianism]. Dați-mi semințe și legume; dați-mi iarbă de grâu în loc să aștept ca vaca să o mănânce și apoi să mănânc carnea acesteia.

## **Lupusul, histerectomia**

– *Cynthia Gebhart, Geneva, Florida*

Am lupus – însă nu știu dacă îți sună cunoscut... Este afecțiunea prin care anticorpii din sânge încep să atace celulele bune din organism. Simptomele sunt evidente oriunde. Am mâncărimi ale pielii, articulațiile mi se umflă, apar durerile de cap, tăierea respirației, simptome similare cu răceala, depresie... Mă simt letargică în majoritatea timpului, eu fiind de felul meu o persoană foarte activă. Întrebați pe oricine doriți – mă aflu mereu în mișcare. Lucrez cu normă



întreagă, îmi ajut soțul, am doi copii și trăim cu toții în apropierea râului St. Johns. Însă acest lupus m-a doborât la pat și se pare că nimic nu mă poate scăpa de el. Majoritatea timpului calc pe coji de ouă.

În urmă cu un an, după ce dentistul mi-a curățat canalul unui dinte, a apărut lupusul care m-a țintuit la pat luni de zile. După acest eveniment, mi-a fost extirpat un chist de pe ovarul drept. Mi-au trebuit cinci luni de zile pentru a-mi reveni după intervenție. Sufeream de dureri acute; nu puteam suporta durerile, iar orice făceam nu dădea rezultate. Mă simțeam obosită și dărâmată tot timpul. Aveam articulațiile umflate, țesuturile pielii erau inflamate. Doream să muncesc, dar eram vlăguită din punct de vedere fizic. Îmi era teamă că va trebui să fac o histerectomie. Le-am văzut pe mătușa mea și pe sora mea trecând prin această intervenție. Le-am stat alături pe parcursul celor șase luni în care au gemut și s-au văicărit, iar ele nu sufereau de lupus! Aveam o stare de anxietate foarte puternică cu privire la această intervenție.

M-am gândit ca înainte de a intra sub bisturiu poate că ar fi fost mai bine să controlez lupusul. Împreună cu soțul meu am intrat pe internet și am căutat toți medicii specialiști în lupus, alegându-l într-un final pe cel mai bun dintre aceștia. Acest domn era foarte cunoscut, șef de departament la un spital renumit... cel mai bun. M-am dat cu greu jos din pat și am mers în Atlanta, Georgia. Doctorul m-a examinat și mi-a spus: „Ești pe moarte. Vreau să mergi imediat la spital.“ Când am sosit mi-au administrat steroizi și câteva tipuri de medicamente pe cale intravenoasă. Abia atunci muream cu adevărat! Când am ieșit din spital, am dormit timp de două săptămâni. Nu mă puteam da jos din pat, cu toate că sunt cu preponderență o persoană activă. Soțul meu nu înceta să spună: „Nu te simțezi atât de rău înainte de a lua toate aceste medicamente.“ Așa că am revenit din nou în Atlanta și am refăcut analizele. Atunci l-am întrebat pe doctor „De ce?“ Și nu simțeam că voi primi un răspuns sincer. Îi tot repetam soțului meu „Nu îmi dai niciodată răspunsuri sincere.“ Nu este corect! Doctorul a continuat să mă îndoape cu și mai multe medicamente. Arătam și mă simțeam și mai rău. Am stat din nou alte două săptămâni în spital, timp în care soțul meu mi-a spus, „Nu ai fost niciodată mai rău ca acum; trebuie să te scoatem de sub medicație.“ Cu ajutorul lui Dumnezeu, exact atunci l-am cunoscut pe Russell.<sup>3</sup>

Russell îl familiarizase pe unchiul meu cu programul cu iarbă de grâu, așa că am renunțat la medicamente și am decis să îmi încerc și eu șansele cu iarbă de grâu. Îl tachinam pe unchiul meu, spunându-i am să fac precum o vacă. Dar trebuie să recunosc că după trei săptămâni în care am băut suc de iarbă, mă simțeam aptă să escaladez Everestul! Adică, nici nu aveți idee cât de mult a trecut de când nu mă mai simțisem atât de bine. Simțeam că pot atinge norii de pe cer. Marea mea temere era ca nu cumva totul să fie doar un fulg de zăpadă care se va topi imediat! Apoi am folosit în terapie echinacea și ozon. Soțul meu și cu

mine eram absolut copleșiți de toate terapiile și informațiile minunate pe care le descopeream, iar medicului meu nu îi venea să creadă ce valori avea colesterolul meu. Îmi verific mereu colesterolul, deoarece am o disfuncție tiroidiană. Ani buni de zile valorile acestuia au fost cuprinse între 240 și 280, iar dintr-odată atinsese valoarea de 173! Acest lucru s-a întâmplat după ce am consumat iarba de grâu – pentru că este singurul lucru pe care l-am făcut diferit! Și, bineînțeles, am renunțat la medicamente. Apropo, medicul mi-a spus că luam suficiente antibiotice încât să omor un elefant. Și cu asta am terminat cu specialiștii cei mai cei! În prezent, nu consum decât produse naturale. Cultiv singură iarba și storc suc din țelină, morcovi și diverse ierburi și mă simt minunat! Da, am făcut operația [histerectomie] și urmează să îți spun care este cea mai interesantă parte: nu *numai* că *nu* a recidivat lupusul, dar în două săptămâni de la acea intervenție mă întorceam din nou acasă, la treburile mele gospodărești, și de atunci totul a fost în regulă. Nu am absolut *nicio* îndoială că iarba de grâu a fost acel lucru care a întors totul în favoarea mea. Am suferit mult prea multe operații, am călcat pragul prea multor spitale și am trecut prin momente de groază prea mari pentru ca cineva să mă poată convinge de contrariul celor spuse de mine.

*Efectul pe care aceste băuturi cu conținut foarte nutritiv l-a avut asupra tuturor pacienților mei, în special a celor care sufereau de artrită, nu este departe de o minune... Îți spun, indiferent de vârsta sau de starea de sănătate pe care o ai, aceste alimente minunate din iarbă de grâu te pot duce cu ușurință la un nou nivel de sănătate radiantă – ochi strălucitori, energie din abundență, articulații lipsite de dureri și o dorință de viață pe care îți amintești că ai resimțit-o în zilele în care te-ai simțit cel mai sănătos.*

– Dr. Julian Whitaker, MD, editor al *Health & Healing Newsletter*<sup>4</sup>

*Conform standardelor prezente, dieta noastră este cea mai bună din istorie. Cu toate acestea, ducem o luptă pe care nu putem să o câștigăm în fața bolilor degenerative. Cancerul și bolile cardiace s-au acutizat cu trecerea fiecărei decade, iar toate acestea au loc în ciuda cunoștințelor pe care le deținem în legătură cu vitaminele sau dezvoltarea științei medicale. Lipsește ceva din dieta noastră, iar acest lucru poate fi factorul din firul de iarbă.*

– Dr. Charles F. Schnabel, 1939<sup>5</sup>

*Arta vindecării vine de la natură, nu de la doctor. De aceea, medicul ar trebui să înceapă din natură și să fie deschis la minte.*

– Paracelsus, 1493-1541<sup>6</sup>