

Dedicație

Mulțumiri

Prefață

Introducere

Capitolul 1. Misterele vieții și ale îmbătrânirii

Capitolul 2. Apa

2.1. Proprietățile generale ale apei

2.2. Acid, alcalin și pH

2.3. Filtrele de apă

Capitolul 3. Alimentele

3.1. Elementele nutritive

3.2. Produsele reziduale ale alimentelor

Capitolul 4. Organismul uman

4.1. Mașina supraviețuirii

4.2. Sistemul excretor

4.3. Homeostazia

4.4. Stilul de viață și acidificarea

Capitolul 5. Bolile

5.1. Bolile contagioase și bolile adulților

5.2. Cancerul

5.3. Bolile cardiovasculare, ateroscleroza, hipertensiunea arterială

5.4. Diabetul zaharat

5.5. Artrita, guta

5.6. Bolile de rinichi

5.7. Diareea și constipația cronică

5.8. Alte boli ale adulților

5.9. Bolile contagioase

Capitolul 6. Metode și dispozitive pentru inversarea procesului de îmbătrânire

6.1. Atacul chimic

6.2. Atacul fizic

6.3. Dispozitivul de apă alcalină

6.4. Epoca undelor infraroșii îndepărtate

Capitolul 7. Alte dispozitive non-medicale pentru îmbunătățirea sănătății

7.1. Dispozitive aprobate de guvernul japonez

7.2. Sistemul magnetic și efectul său asupra organismului uman

Capitolul 8. Mediul natural și sănătatea

8.1. Planeta Pământ

8.2. Cele două tipuri de apă din natură

8.3. Ionii electrici din aer

8.4. Gradientul de potențial electric din aer

8.5. Câmpul magnetic natural

8.6. Mediul antropic sănătos

Capitolul 9. Teorii convenționale despre îmbătrânire

Capitolul 10. Concluzii și post-scriptum

10.1. Concluzii

10.2. Post-scriptum

Bibliografie

Despre Sang Whang

CAPITOLUL 1

Misterele vieții și ale îmbătrânirii

Interesul meu științific în chestiunea „vieții” a debutat la începutul anilor 1970, când am studiat experimentele cu detectorul de minciuni asupra plantelor făcute de dl. Bakster.

Descoperirea lui Bakster

În 2 februarie 1966, dl. Bakster, fost expert CIA în tehnica poligrafului, a descoperit accidental că o plantă poate citi mintea omenească și că acest fapt poate fi demonstrat cu ajutorul detectorului de minciuni. Mai auzisem de oameni capabili să comunice cu plantele, dar niciodată că acest fenomen ar putea fi detectat de un instrument.

Dl. Bakster își uda plantele din birou în acea zi și dorea să știe cât durează până când apa ajunge la o anume frunză, din momentul în care el o turnase în ghiveci. Cum un detector de minciuni poate măsura conductivitatea superficială a pielii omenești, el a conectat senzorii pentru conductivitate ai detectorului la frunza respectivă pentru a obține un grafic al variațiilor conductivității frunzei. Se aștepta la o creștere graduală a conductivității, pe măsură ce frunza primea umezeala de la rădăcină.

Comunicarea cu plantele

Rezultatul i-a contrazis așteptările. Conductivitatea a scăzut, dar ce l-a surprins mai mult a fost faptul că graficul rezultat arăta ca și cum ar fi fost realizat pentru un om. De atunci s-au făcut teste extinse, iar concluziile au fost publicate în *International Journal of Parapsychology*, vol. x, nr. 4, 1968. Rezultatul a fost nu doar că plantele citesc mintea omului, ci și că acestea pot simți suferința emoțională a altor lucruri vii, precum unele specii de crevete.

Mulți cercetători au făcut alte teste de când cu primul experiment al lui Bakster. Ei au aflat că noi, se pare, comunicăm mai bine cu plantele prin imagini vizuale decât prin cuvinte. Presupun că acestea nu înțeleg limbile noastre. De asemenea, se pare că putem comunica mai bine atunci când scădem frecvența undelor cerebrale până la undele alfa, între 8 și 16 Hertzi (sau cicluri pe secundă). Putem ajunge la undele alfa atunci când închidem ochii și ne relaxăm. Poate din această cauză închidem ochii când ne rugăm.

Pe atunci eram vicepreședintele departamentului de cercetare într-o firmă importantă de comunicații electronice din sudul Floridei și eram interesat de posibila utilizare a plantelor cititoare de minți pentru detectarea celor care ar dori să deturneze avioanele. Proiectul nu a mai fost lansat, din cauza lipsei fondurilor, dar pe parcursul cercetărilor am învățat multe lucruri interesante despre celulele vii și inteligența lor.

Toți începem dintr-o singură celulă cu un nucleu în interiorul nucleului se află ADN-ul și cromozomii pe care îi primim de la părinți. Această celulă unică se înmulțește prin diviziune în 2, 4, 8, 16, 32 etc. Interesant de observat este că toate aceste celule au același ADN și aceiași cromozomi, în întreg organismul. Identificarea unei persoane este mult mai precisă prin analiza ADN-ului decât prin analiza amprentelor digitale.

Celulele posedă inteligență

E uimitor că celulele cu același ADN produc organe diferite într-un organism uman, în funcție de locația lor. Cu alte cuvinte, celulele cu același ADN produc păr pe cap deși produc și unghii pe degete. Un alt mod de a privi „problema” e acesta: întrucât fiecare celulă din organism are același ADN ca celula unică originară, ele posedă suficientă informație pentru a produce tot ce se găsește în organism - oase, piele, dinți, ochi, inimă, sânge etc.

Dacă pielea este tăiată, celulele de sub suprafață produc altă piele pentru a o înlocui. Dar când pielea crește în forma originală celulele trebuie cumva să știe să oprească acest proces. Asta înseamnă că există un fel de inteligență locală în fiecare celulă, care le spune să nu producă nimic ce nu ar trebui să fie acolo, deși au capacitatea de a crea orice putem găsi în corpul uman. Această suprimare a capacităților cere de câteva ori mai multă inteligență decât este nevoie pentru crearea

unui singur lucru.

Celulele canceroase maligne pot fi considerate celule care au pierdut această inteligență. Ele produc lucruri care nu au ce căuta acolo. Această idee ridică mai multe întrebări interesante.

Cum pierd celulele inteligența?

Putem reda celulelor această inteligență?

Dacă mintea noastră poate comunica cu celulele plantelor, putem noi comunica cu celulele umane?

Nu avem încă toate răspunsurile la aceste întrebări, dar primele două sunt, astăzi, foarte aproape.

Începutul dezvoltării organismului

Începând cu o singură celulă, organismul uman se dezvoltă treptat, într-o ordine prestabilită. Nu se dezvoltă în vid. Pentru ca o celulă să parcurgă procesul de mitoză, divizându-se pentru a se înmulți, este nevoie de duplicarea cromozomilor. Pentru acest proces de copiere a cromozomilor este necesară o cantitate suficientă de proteine și aminoacizi în interiorul celulei. Celulele embrionare primesc aceste nutrimente, precum și oxigenul, din pântecul mamei prin intermediul cordonului ombilical.

Sângele mamei nu circulă prin corpul fătului în mod direct, dar toate nutrimentele necesare, mineralele și oxigenul îi sunt transferate prin cordonul ombilical. Sângele fătului le transportă apoi prin tot corpul acestuia. Din nefericire, dacă există substanțe toxice în sângele mamei, acestea vor fi transferate fătului prin cordonul ombilical. Cunoaștem, din păcate, cazuri de copii născuți cu dependență de droguri.

Începutul îmbătrânirii

Chiar dacă sângele mamei nu conține substanțe toxice, corpul fătului produce reziduuri. Procesul metabolic, oxidarea (arderea) nutrimenților pentru a obține energia necesară funcționării, creează materii reziduale pe care organismul trebuie să le elimine. Întrebarea este cât de bine, sau cât de complet, reușim să eliminăm toate reziduurile? (Mai multe detalii privind tipurile de hrană și nutrimente, precum și reziduurile acestora, vor fi discutate în capitolul al treilea).

Reziduurile care nu sunt eliminate complet trebuie stocate undeva în organism. Procesul îmbătrânirii, care debutează chiar de la începutul vieții, reprezintă acumularea acestor deșeuri care nu au fost înlăturate. Chiar când nu sunt substanțe toxice în mâncare, tot rămân resturi care trebuie eliminate; totuși, dacă au fost substanțe periculoase, acestea se transformă în reziduuri otrăvitoare. Organismul trebuie să detoxifice otrava și să scape de ea.

Un renumit fiziolog francez, Alexia Carrell, a ținut în viață o inimă de pui timp de aproximativ 28 de ani. El a incubat un ou de găină. Inima puiului care creștea a fost extrasă și tăiată în bucăți. Aceste bucăți, formate din multe celule, au fost transferate într-o soluție salină care conținea minerale în aceeași proporție ca sângele de găină.

Carrell a înprospătat zilnic soluția respectivă și a menținut în viață inima puiului circa 28 de ani. Când a încetat schimbarea soluției, celulele inimii au murit. Secretul supraviețuirii inimii puiului este că el a menținut constante fluidele extracelulare și că a eliminat reziduurile celulare în fiecare zi, prin schimbarea lichidului în care era păstrată inima.

Nemurirea

Oamenii au căutat nemurirea din vremuri străvechi. Istoria ne spune că, în aproape toate culturile, omenirea a căutat fântâna tinereții sau ierburi speciale care să ne ajute să trăim mai mult. Teoretic, noi suntem nemuritori. Ovulele și spermatozoizii se combină și creează celule noi și o nouă viață. Această viață nouă produce ovule și spermă, formând o altă ființă vie. Cu alte cuvinte, celulele sexuale nu mor niciodată. O parte din noi continuă să trăiască, printr-o nouă viață, la nesfârșit.

Ovulele și spermatozoizii sunt celule sexuale. Potrivit fiziologiei moderne, celulele sexuale nu dau

semne de îmbătrânire și transportă potențialul vieții de la o generație la alta. Părinții pot avea semnele îmbătrânirii, dar copilul se naște fără acestea. Avem însă și alte celule, celulele somatice obișnuite. Pe măsură ce acestea cresc, se transformă în țesuturi specializate: nervi, mușchi, țesut conjunctiv, tendoane, cartilaje, piele, os, țesut adipos. Aceste țesuturi cresc la rândul lor și formează organe. Celulele specializate ale țesuturilor și organelor îmbătrânesc, din păcate, și mor. Ce face ca aceste celule să moară?

Îmbătrânirea și inversarea îmbătrânirii

Răspunsul este simplu. Celulele se deteriorează deoarece produsele reziduale se acumulează. Vă puteți imagina o casă careia i se permite să arunce doar 99,99% din gunoiul pe care îl produce zilnic? În doar câteva luni, casa ar mirosi foarte urât.

Acum că înțelegem că procesul de îmbătrânire și de deteriorare a celulelor este rezultatul acumulării reziduurilor, ne rămâne să înțelegem proprietățile acestor produse reziduale și să descoperim o metodă sigură de a ajuta organismul să le elimine complet în fiecare zi. Mai departe, dacă reușim cumva să îndepărtăm reziduurile vechi pe care le-am stocat în organism de câțiva ani, vom deveni mai tineri.

Aceasta este „inversarea îmbătrânirii”, tinerețea perpetuă!

Nu înseamnă că dăm ceasul cronologic înapoi. Nu vorbesc despre ștergerea ridurilor, astfel încât să părem tineri deși interiorul îmbătrânește. Prin inversarea îmbătrânirii înțeleg reducerea reziduurilor acumulate într-un organism de 50 de ani până la nivelul unuia de 40 de ani, sau chiar mai tânăr. Dacă deșeurile acumulate nu au produs daune ireversibile la nivelul țesuturilor și organelor până la această vârstă, atunci funcționarea lor poate fi, de asemenea, revigorată.

Următoarele capitole explică detaliile științifice ale îmbătrânirii și inversării îmbătrânirii.

CAPITOLUL 2. Apa

Apa susține viața în toate formele ei, inclusiv viața umană.

Ea este una dintre cele mai misterioase substanțe de pe planeta noastră. Cercetătorii încă descoperă fapte uimitoare despre apă. Mai mult de 70% din masa noastră corporală este apă. Asta înseamnă aproape 38 de litri pentru o persoană de 55 de kilograme. Suntem burdufuri de apă, legate în piele, care umblă. Dacă înțelegem apa și bem tipul corect de apă vom beneficia de sănătate și longevitate.

2.1. Proprietățile generale ale apei. Proprietățile apei

Apa este un solvent puternic. Prin urmare, poartă cu ea numeroase ingrediente invizibile, cum ar fi minerale, oxigen, nutrimente, produse reziduale și poluanți. În organismul uman, sângele (care este compus din apă în proporție de 90%) circulă peste tot, distribuie substanțele nutritive și oxigenul, și colectează reziduurile și dioxidul de carbon. Fiecare substanță găsită în corp a fost adusă acolo de sânge și poate fi extrasă de acolo prin intermediul sângelui.

Spre deosebire de alte substanțe, apa este mai ușoară în starea solidă decât în starea lichidă. De aceea gheața plutește în apă. Altminteri, în timpul iernii, lacurile și bălțile ar îngheța de jos în sus, omorând toate vietățile care trăiesc acolo. Nu doar că susține viața, apa o și protejează.