

Secrete nutritionale pentru o vedere perfecta!

Secrete nutritionale pentru o vedere perfecta cu hrana integrala

O nutritie buna este de o importanta vitala pentru o musculatura, nervi si vase oculare sanatoase. Acestea 3 determina sanatatea si vitalitatea vederii. Daca sunteti slabiti, obositi sau extenuati, cu vedere neclara, malnutritia sau malabsorbția de elemente vitale este foarte probabil sa fie cauza imediata.

Sanatatea si nutritia reprezinta o responsabilitate personala pentru fiecare dintre noi. Felul in care mancam determina starea noastra de sanatate. Daca mancam hrana devitalizata, dezvoltam un organism “devitalizat”, iar ochii nostri devin fara viata. Hipocrate, un medic grec, si parintele medicinei, a spus candva ca “Mancarea trebuie sa va fie medicamentul, iar medicamentul trebuie sa va fie mancarea”.

Mancarea este legatura noastra directa catre Mana Natura. Mancarea naturala integrala ne ofera substante numite minerale, vitamine, enzime, fibre, oligoelemente si lichid organic. Dr. Frederick Tilney a numit candva aceste elemente vitale “Licoarea vietii”.

Acestea sunt elemente datatoare de viata, care hranesc celulele, tesuturile, parul, pielea, oasele, dintii si ochii. Fara un aport zilnic al acestor elemente puteti sa uitati de o sanatate buna si o vedere perfecta!

Faceti sanatatea, nutritia si miscarea o rutina zilnica. Sanatatea ar trebui sa fie cel mai important hobby pe care il aveti. O masina, o barca, o casa, sau niste “jucarii” scumpe sunt mai importante decat sanatatea dvs sau a celor dragi?

“Vindecă-te singur”

Care este singurul medic ce va poate vindeca? **Dvs insiva!** Daca sunteti in cautarea sanatatii si a vederii perfecte, doar **DVS** va puteti oferi intelegerea necesara sa aplicati legi ale nutritiei Templului dvs Divin!

Doar dvs puteti stii cum sa plutiti in ritmul natural al vietii. Doar dvs puteti stii cand va este foame, cand sunteti obositi, cand va e sete, etc. Doar dvs puteti stii cand sa mancati, cand sa dormiti, cand sa beti, cand sa faceti miscare, cand sa meditati spiritul, etc. Vand acordati atentie naturii dvs originale, adica nevoile dvs interne si sentimentelor intuitive – veti merge catre o moderare “naturala” in toate activitatile pe care le intreprindeti.

Invatati sa mancati corect, iar sanatatea, vederea si energia dvs vor exploda. Ochii sunt cele mai abuzate organe din corp. acestea reflecta starea organelor interne – bune sau suferinde. De exemplu, meridianele ficatului si ale vezicii biliare sunt conectate cu ochii, fruntea si templele. Aceste doua organe functioneaza impreuna pentru a detoxifia organismul de substantele in exces, grasimi, si otravuri de mediu.

Daca cineva are un ficat slabit, slab functional, ochii pot arata unele dintre aceste simptome si caracteristici: intepaturi ale ochilor, dureri de frunte, temple si partile laterale ale craniului, ochi vineti, glob ocular ingalbenit, ochi proeminenti, ochi inlacrimati, etc. Un ficat intoxicat slabit poate cauza oboseala cronica, infectie cu candida, pierderea memoriei si degenerarea imunitara.

Descoperiti secretele de baza ale sanatatii, nutritiei si energiei nelimitate

Cele 5 elemente cheie catre o vedere perfecta

1. Mancati doar cand va este foame si beti lichide doar cand va este sete

Se spune ca “foarte putin oameni mor din infometare, insa milioane mor prematur din cauza excesului de mancare”. Un alt glumet intelept a spus ca “jumătate din macarea pe care o consumam ne hraneste pe noi, cealalta jumătate hraneste medicul”.

Stomacul, care este organul central al sistemului digestiv, lucreaza ca un cuptor. Daca il supra-incarcam cu lemn, nu obtinem altceva decat fum; refuza sa arda normal. Insa, umpleti acelasi cuptor cu $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ din cantitatea maxima, iar lemnul va arde usor si fara fum. In mod similar stomacul va proceda la fel.

Pastrarea sanatatii necesita sa consumam mancare doar jumătate sau maxim $\frac{3}{4}$ si sa ne oprim! Daca nu ne supra-alimentam putem adauga 30 sau 40 de ani in plus la viata. Cei care mananca prea mult sufera constant de afectiuni precum diabetul, boli hepatice, probleme de colon, sindrom premenstrual, sindromul oboselei cronice, boli de piele, boli de sange, cancer artrita, etc., pana cand in cele din urma mor prematur. Sanatatea si energia ii urmeaza pe cei care tin cont de acest aspect. Medicul grec Plutarch si-a sfatuit clientii sa “posteasca (sa se abtina de la mancare o zi sau doua) atunci cand se simt bolnavi”.

Daca mancati prea devreme dupa o masa anterioara este tot un obicei prost. Asta va rezulta in putrefactia hranei in stomac. Asta, mai departe, cauzeaza indigestie si toxemie – o pierdere a energiei nervoase, oboseala, vedere slaba si alte complicatii. Supra-alimentarea distruge valoarea nutritionala a hranei ingerate.

Exista o voce psihologica interna ce va spune cand, ce si cat de mult sa mancati in fiecare zi. Ascultati inteligenta organismului dvs. Ce simtiti?

Simtiti ca va este foarte foame? Sau mancati de plictiseala, depresie sau probleme emotionale?

Care sunt semnele fizice si psihologice ale foamei adevarate? Gura trebuie sa saliveze. Limba trebuie sa fie roz, apoasa si clara – nu galbena, maro sau intunecata. Limba este direct legata de sistemul gastrointestinal inferior. Ea este partea superioara a intregului sistem digestiv. Foamea este o senzatie a gurii si gatului – nu a stomacului. Zgomotele stomacului indica faptul ca toxinele si mancarurile nedigerate inca se afla in el. Poate inseamna si ca persoana respectiva a ingerat prea multe mancaruri stimulante, si bauturi procesate, zaharuri, prajituri, dulciuri, lapte si produse lactate pasteurizate, etc.

Semne pozitive ale foamei adevarate: daca va este cu adevarat foame, veti fi fericiti, plini de viata, cu o predispozitie catre mancare la orele mesei. Si nivelul de energie trebuie sa fie mare inainte de a manca. Oboseala, extenuarea, supararile emotionale si stresul nu reprezinta conditii bune in care sa mancati. Daca sunteti suparati, odihniti-va 30-60 de minute mai intai, si apoi mancati cand va restabiliti energia. Mancarea se digera usor atunci cand omul este odihnit si plin de energie si vitalitate. *De fapt, indigestia este una dintre cele mai mari cauze ale pierderii de energie!*

Exista un vechi proverb care spune “Mancati ca sa traiti – nu traiti ca sa mancati”. Majoritatea oamenilor traiesc doar ca sa vada cat pot manca. Traiesc doar pentru “amuzamentul” alimentatiei. Mancarea trebuie sa fie delicioasa, nutritionala si gustoasa, insa nu treceti limita. Daca mancati mancaruri nutritionale, integrale si gustoase, va veti multumi cu cantitati mai mici.

Daca mancarea este bine digerata si asimilata – fara dureri de stomac, indigestie sau gaze – ochii pot primi un aport bun de micro-nutrienti. Vetii obtine rezultate mai bune si o vedere drastic imbunatatita prin identificarea semnelor de foame adevarata.

Nota importanta: mancati doar cand va este foame. “Cand stiti atunci cand e de ajuns, intotdeauna veti fi avut indeajuns”.

2. Mestecati bine hrana. Este cheia catre o sanatate si o vedere buna.

Observati pranzul de la ora 12 de la birou. Oamenii, intocmai ca niste roboti, se grabesc catre cel mai apropiat fast-food. Mancarea este mestecata si inghitita pe nerasuflate. Nimeni nu se gandeste la calitatea hranei care patrunde in organismele noastre. Toate aceste mancaruri fara viata sunt apoi “spalate” cu cafea sau bauturi pline de zahar. Cum poate cineva sa aiba o sanatate buna, o energie ridicata si o vedere perfecta cu aceste mancaruri? Mancarurile fast food conduc la boli si decese rapide. Boala este un proces pe care cineva il urmeaza in timp.

Urmatorul scenariu se intampla in cazul a milioane de oameni in fiecare zi. “Trebuie sa mananc repede. Am mult de munca la birou.” “Trebuie sa ma grabesc la serviciu” “Pauza de pranz e foarte scurta, deci trebuie sa amananc repede”. “Pana la 3 sau 4 sunt deja extenuat si stresat, asa ca mai beau o cafea ca sa ma revigorez”.

Acest scenariu este prezent in viata de zi cu zi la oras. Iar spitalele si morgile sunt pline de astfel de suflete triste care nu au avut timp sa mestece, sa se relaxeze, sa digere, sa asimileze, sa mediteze si sa contempleze asupra hranei. Care este scopul vietii pe pamant?

Mancarea ingerata pe graba nu are cum sa fie digerata adecvat. Mestecatul adecvat initiaza secretia de sucuri digestive. Pregateste mancarea pentru asimilare in tractul gastrointestinal si pentru eliminarea sa prin miscarile intestinale. Problemele intestinale apar o data cu obiceiurile alimentare daunatoare. Bolile de stomac si colon cauzeaza si ele deficiente de vedere.

Mancatul pe graba previne o digestie buna. Ulterior, mancarea stagneaza in stomac si imediat intra in putrefactie si fermentatie. Asa ca auzim “razboaie gazoase” in birourile din toata lumea. Oamenii de stiinta ar trebui sa gaseasca o cale sa inglobeze aceste gaze si sa ne alimentam cu energie de pe urma lor!

Totul se rezuma la mestecat. Mestecatul este o arta. De ce? Pentru ca stomacul nostru nu are dinti cu care sa proceseze mancarea nemestecata. Cu toate acestea am auzit de un om care si-a inghitit dintii falsi. La modul serios, digestia incepe cu saliva din gura, ce contine o enzima numita ptialina. Aceasta descompune amidonul inainte ce acesta sa ajunga in stomac.

Trecem peste primul pas al digestiei atunci cand infulecam mancare ape graba. Oamenii cu viata lunga intotdeauna isi mesteca bine mancarea – de 20-30 de ori pe fiecare inghititura. Mabrobiologistii spun “mestecati bine, ganditi bine. Mestecati dur, ganditi dur”.

Bucurati-va de gustul mancarii; asta face ca sucurile digestive sa fie secretate din plin, si va permite sa utilizati nutrientii esentiali ai hranei pentru imbunatatirea vederii.

3. Mancati in mare parte hrana naturala, integrala din climatul dvs sau in functie de sezon

Dieta optima pentru vederea perfecta, sanatatea si longevitatea perfecta, este una care include o multime de boabe integrale (orez, grau, orz, ovaz, etc, si pastele lor) si legume (usor fierte iarna si naturale in timpul verii).

Suplimentati aceasta dieta integrala de baza cu fructe brute consumate in mare parte in lunile calde de vara. Nucile si semintele trebuiesc inmuiate in apa peste noapte pentru un aport nutritional mai mare, sau folosite in supe si gatit: migdale, alune, nuci, seminte de susan, floarea soarelui si seminte de dovleac. Daca nu sunteti vegetarieni, consumati doar cantitati mici de mancaruri animale pentru o buna sanatate. Produsele lactate si oualele organice sunt mai bune decat cele comerciale, care contin hormoni sintetici, antibiotice si chimicale.

Pestele din Alaska, Noua Zeelanda si Australia nu contine mercur sau chimicale. Toti ceilalti pesti din orasele de coasta sunt foarte contaminati. Puiul si curcanul organic este mai bun decat cel provenit din comert.

Daca vreti sa va simtiti si sa aratati cat mai bine, consumati mancaruri provenite din zona in care locuiti, si mancati-le in anotimpul lor potrivit. Asta inseamna sa mancati fructe de sezon si legume recoltate in zona dvs. In Michigan, ghimbirul este recoltat in mai. Frunzele verzi sunt recoltate in iunie. Fructele de padure in audust si septembrie. Merele in septembrie si octombrie, etc. Fructele si legumele proaspete apar primavara si vara dintr-un motiv. Acestea curata ficatul de toxinele acumulate in timpul lunilor de iarna. Fructele de padure, in special coacazele, afinele, capsunile si ciresele ajuta la detoxifierea ficatului, curata sangele si cresc fierul si oxigenul in organism.

Boabele gatite, fasolea, supele, pastele, radacinile de legume fierte sunt cel mai potrivite pentru iarna. Amintiti-va: mancarea proaspata este plina cu potasiu – un mineral care raceste sangele si corpul in lunile de vara. Mancarurile integrale gatite pe de alta parte, sunt bogate in sodiu, fosfor si nitrogen – minerale calde care incalzesc sangele si corpul in lunile de iarna,

4. Mancaruri bogate in super-nutrienti pentru o vedere perfecta

Semintele contin forta datatoare de viata a naturii. Semintele reprezinta inceputul unei noi vieti.

Semintele de floarea soarelui sunt o hrana suprema pentru ochi. Acestea contin vitamina B2, care ajuta la prevenirea si vindecarea fotofobiei (frica de lumina). Sunt si bogate in vitamina D, vitamina razei de soare, planta floarea soarelui se intoarce catre soare in timpul culturii, si astfel absoarbe lumina solara. Mancati cate o lingura de seminte de floarea soarelui in fiecare zi, in cereale sau inmuiate peste noapte.

Morcovii sau sucul de morcovi fac minuni pentru vederea nocturna.. morcovii sunt bogati in vitamina A. organismul nu necesita un aport ridicat de vitamina A in fiecare zi, deoarece aceasta se depoziteaza in ficat pentru folosirea sa ulterioara. Deci, un pahar de 6 uncii de suc de morcovi pe saptamana este indeajuns pentru a va oferi destul beta-caroten si vitamina A pentru o vedere nocturna sclipitoare. Mancarurile comerciale anorganice pot slabi ficatul si alte organe, conducand la vedere slaba.

Edgar Cayce, “profetul somnului”, recomanda morcovii ca remediu pentru multe afectiuni in cartile sale de remedii dietetice.

Noi recomandam sa consumati doar morcovi organici. Spre deosebire de varietatea comerciala, chimica, morcovii organici sunt dulci natural si delicioși. Contin de pana la 4 ori mai mult vitaminele, mineralele, oligoelementele si puterea vindecatoare a morcovelui, decat brandurile anemice.

Ierburi pentru vindecarea si protejarea ficatului

Ceaiurile din plante de coacaze, afine si zmeura sunt foarte bune pentru vederea nocturna. Patrunjelul contine vitamina B2, care ajuta la imbunatatirea vederii diurne. Ceaiul de burenita este folosit de secole pentru imbunatatirea vederii. Fierbeti o lingurita de burenita in apa fiarta timp de 20 de minute si beti cate o ceasca pe zi. Ceaiul din radacina de papadie imbunatateste vederea la distanta. Ceaiul din frunza de papadie imbunatateste vederea de aproape.

Radacina de licorice este excelenta pentru reducerea inflamatiei, mucozitatilor, si pentru imbunatatirea vederii. Nu folositi mai mult de un sfert de lingura de pudra de licorice cu apa, zilnic. Sau mestecati o bucata mica de bat de licorice. Dr. Vinod Verma recomanda”Luati licorice ca masura preventiva dupa varsta de 35 de ani, deoarece multi oameni tind sa aiba probleme cu vederea in jurul acelei varste”. Licoricea se spune ca ar creste memoria si claritatea mentala.

Mancaruri care vindeca, curata si intaresc ficatul si ochii

Iata o lista de legume, fructe si seminte care intaresc si vindeca ficatul, ochii si sistemul imunitar: igname, morcovi, cartofi, sfecla, frunze de papadie, telina, varza, broccoli, gulie, fasole verde, mazare proaspata de zapada si mazare verde, afine, zmeura, mango, grefa, seminte de floarea soarelui, seminte de dovleac, ridiche, ciuperci, ceai de Kompucha, alge albastre si verzi, spirulina, orz verde. Totodata, includeti si toate

celelalte legume pentru varietate. Legumele verzi ajuta la curatarea ochilor si prevenirea inflamarii. Mancarurile din boabe integrale contin complexul de vitamine B, care intareste nervii oculari si intregul sistem nervos.

5. Mancaruri toxice care cauzeaza probleme de sanatate si de vedere

Stiati ca dieta medie americana costa peste 900 de miliarde de dolari in fiecare an in facturi medicale? Consumam peste 150 kg de zahar rafinat, 85 kg de grasimi si uleiuri procesate, 150 kg de faina alba, 15 kg de orez alb, baxuri de alcool si tigari per persoana anual! La inceputul anilor 1900, americanii mancau doar 5 kg de zahar per persoana. Astazi acea statistica este de 125 per persoana.

Bolile sunt in voga. Spitalele sunt pline. Inchisorile si clinicile psihiatrice sunt supra-aglomerate. $\frac{3}{4}$ din populatie sufera de sanatate subreda, vedere slaba, au nevoie de ochelari, si in cele din urma de operatie oculara! Aceasta este o statistica tragica. Ca natiune, ar trebui sa ne fie rusine. Asta arata puterea hipnotizarii in masa, prin intermediul TV, radio, ziare, etc. Medicamentele, mancarurile fast food, alcoolul si stilul de viata grabit – toate sunt promovate de catre marile companii.

Medicii gasesc acum o legatura stransa intre obiceiurile dietetice si aparitia bolilor. Medicii naturisti cunosc asta de secole. La inceputul anilor 1900 doar 6% din populatie suferea de deficiente cu vederea la departare. Astazi, peste 65% au aceasta probema!

Sanatatea buna si vederea buna merg mana in mana. Evitati mancarurile fast food si pe cele tratate: medicamentele, antibioticele, zaharul alb, dulciurile, prajiturile, laptele comercial, tabletele de sare, faina alba

rafinata, grasimile solide, uleiurile vegetale de la magazin, mancarurile sarate, untul comercial, produsele lactate comerciale.

Toate acestea sunt incarcate cu hormoni de crestere si antibiotice. Produsele din soia si tofu sunt dificil de digerat, si slabesc ficatul. Cititi etichetele produselor. **Insa feriti-va! Zaharul strica vederea si cauzeaza depresie si miopie.**

Zaharul este foarte clar cel mai mortal aliment pentru vederea noastra! Acesta include zaharul brun, care nu e altceva decat zahar alb cu melasa adaugata pentru culoare. Nu va lasati pacaliti de acest siretlic.

Zaharul scoate tot calciul din oase si dinti, si absoarbe complexul de vitamine B; distruge pancreasul – foloseste toata insulina si cauzeaza diabet, obezitate, boli cardiace, boli de piele, memorie slaba, tulburari renale si hepatice, vedere slaba. Zaharul formeaza o “lentila cristalina” pe ochi, cauzand cataracta. Este principala cauza a inflamatiei oculare.

Dr. Jin Otsuka, o autoritate de seama japoneza in miopie spune “daca hraniti iepurele cu zahar, acesta devine miop. Chiar si asa-numitele zaharuri naturale, precum mierea, siropul de artar, siropul de orez, etc., mancate in exces, pot slabi organele si altera vederea”.

Corpul uman produce doar o lingurita de insulina pe zi. Daca beti un pahar mare de suc de morcovi sau suc de fructe, si doua lingurite de emiere, inseamna ca tocmai v-ati folosit resursa de insulina pe acea zi. Consumati de 4 sau 5 ori mai mult, in fiecare zi, timp de mai multi ani, si va vet alege cu hipoglicemie (glicemie mica) si in cele din urma diabet (nu se mai produce insulina in pancreas).

Matematica! Slabiti organele cu zahar in exces, grasimi, faina rafinata, medicamente, alcool, etc., si va mai ramane zero sanatate. Nimic nu mai

e in echilibru. Hormonii se usuca si dispar. Fara hormoni nu mai exista sanatate. Nu mai exista sanatate, nu mai exista nici viata!

Deci, daca vreti sa aveti energie zi de zi, trebuie sa eliminati zaharul si produsele cu zahar, si sa va limitati aportul de indulcitori naturali – precum mierea sau siropul de artar. Doua sau trei lingurite pe zi – nu mai mult. Limitati-va si aportul de sucuri. Sucurile de fructe au zahar concentrat, extras din fruct. Daca beti suc, diluati-l jumatate cu apa si putin suc de lamaie.

Indulcitorii in exces altereaza pe mai departe glandele suprarenale, care ne confera energia zilnica. Mancati cateva fructe, in special in lunile calde de vara. Fructele curata organele si contin oxigen si fier pentru sinteza de sange. Fructele sunt bogate in potasiu, deci reduceti consumul lor in lunile de iarna. Organismul nu are nevoie de prea mult potasiu iarna.

Sarea si vederea slaba

Consumul excesiv de sare conduce la intarirea arterelor, hipertensiune, obezitate, etc. Arterele tari cauzeaza probleme de circulatie catre ochi si vedere slaba. Sarea in exces congestioneaza rinichii si in cele din urma creaza un edem. Folositi varec sau legume sezoniere pudra in loc de sare.

Faina alba si vederea slaba

Atunci cand amestecam faina alba cu sucurile digestive, se formeaza o pasta. Devenim lipiciosi pe dinauntru. Majoritatea oamenilor au in sistemul excretor 7-9 kg de materie fecala lipita de peretii colonului. Nu e un caz fericit!

Medicina indiana: constipatia trebuie eliminata pentru a imbunatati vederea. Constipatia este o cauza directa a vederii incetosate si a multor altor boli.

Grasimile si uleiurile in sange

Va veti simti grozav daca mentineti un aport de 5-10% grasimi in dieta zilnica. Consumati putin din aceste mancaruri bogate in grasimi: lapte, branza, produse lactate, uleiuri si carne. Consumul excesiv de grasimi nu poate fi digerat, asimilat sau absorbit complet, ceea ce rezulta in colesterol marit si artere blocate, pietre la ficat si vezica biliara. Asta incetinesc circulatia catre ochi, precum si catre inima si alte organe interne majore.

Grasimile sunt implicate si in diabet, obezitate si boli de ficat. Ficatul si vezica biliara metabolizeaza grasimile. Pietrele sunt cauzate de excesul de grasimi animale. In sistemul celor 5 elemente chineze, ficatul conduce ochii. Deci, un ficat gras cauzeaza tulburarile de vedere. Mancarurile fast food cauzeaza boli degenerative in toata lumea. Puteti evita problemele cu ochii complet prin consumul ridicat de mancaruri integrale si plante, alaturi de exercitiile oculare de rutina, intinderile yoga, chi kung, etc.

Uleiurile periculoase care distrug vederea

Unele uleiuri vegetale sunt mai bune decat altele pentru sanatate si longevitate. In primul rand, uleiurile noi daunatoare.

AVERTISMENT: daca va doriti o vedere buna si o sanatate puternica, evitati toate aceste uleiuri si mancarurile ce le contin margarina vegetala – uleiul din bumbac, oleo-margarina, margarina din ulei de porumb, uleiul de soia si uleiul de canola. Soia si canola

sunt uleiuri industriale si sunt extrem de toxice pentru organismul uman! Folositi aceste uleiuri doar pentru ceruiala masinii!

Margarina este hidrogenata si solida la temperatura camerei, ceea ce inseamna ca este saturata. Uleiurile sunt fierte la temperaturi extrem, ceea ce face ca acestea sa fie solide pe masa la temperatura camerei.

Produsele din soia cauzeaza intoxicarea sangelui si vedere slaba

Soia este o iarba otravitoare crescuta pentru consumul uman si animal. Gandacii nu vor manca niciodata soia, pentru ca detecteaza otrava din ea. Oamenii si animalele se imbolnăvesc; animalele care mananca multa soia traiesc doar jumatate din varsta lor normala. Intampinam vedere slaba si sanatate subreda atunci cand mancam produse din soia si tofu. Puteti simti diferenta in energie dupa eliminarea produselor din soia din dieta.

Soia si canola sunt considerate plante negative. Pot trai pe sol “bolnav” si in aer poluat. Acestea preiau mediul toxic in care cresc in interiorul frunzelor lor. Fertilizatorii si sprayurile otravitoare sunt folosite pentru a produce soia toxica. Incredibil, dar adevarat! Alte mancaruri naturale sanatoase, precum boabele, fasolea, legumele, fructele, semintele, nucile, sunt denumite “pozitive”. Plantele pozitive nu dezechilibreaza sanatatea si vitalitatea.

La mijlocul anilor '50 soia era iradiata pentru a creste continutul sau in uleiuri. Asta a prous in schimb mai mult ulei in “solurile negative”. Uleiul de soia este un ulei industrial, nu unul alimentar!

Uleiurile, defectele de vedere, chelirea si deficientele imunitare

Chelia, tulburarile de vedere, problemele de ficat, infectiile levurice, digestia slaba, oboseala, etc., sunt strans legate de folosirea acestor

uleiuri periculoase. Tofu, hot-dogul, burgerul, toate cad in aceeasi categorie. Aceste produse cauzeaza imbatranire prematura!

Vacile care pasc soia mor repede. Dr. Carry Reams a gasit “o legatura intre soia, chelie si deteriorarea snagelui”. Uleiul de soia, produsele din soia si tofu contin o substanta chimica otravitoare numita “fito-hemaglutinina” sau FHG. Este o molecula proteica mare care cauzeaza inchegarea snagelui, formarea plagilor pe arteriole, cheaguri in capilarele din ochi, urechi si scalp, tulburari de vedere, infectii ale urechilor si pierderea parului.

Produsele din ulei de soia si canola slabesc sistemul imunitar – celulele T, sistemul nervos si endocrin. FHG din soia si canola omoara rozatoarele.

Vegeteriani, feriti-va!

Vegetarienii in special trebuie sa se fereasca de produsele din soia, canola si toate produsele ce contin uleiurile acestor plante. Daca vreti o sanatate mai buna si o vedere clara, folositi alte plante traditionale precum fasolea, mazarea si legumele bogate in proteine si fibre, usor de gatit si delicioase la gust.

Amintiti-va: produsele din soia trebuiesc tratate intens pentru a fi tolerabile la mancat. Soia trece prin ore intregi de procesare, gatire si preparare pentru a fi gata de vanzare.

Efectele daunatoare ale uleiurilor de canola si soia, asupra ficatului, sangelui, ochilor si sanatatii, de John Thomas, autor al “Tanar din nou!”

Numele Canola este un cuvânt derivat. Uleiul de canola provine din seminte de rapita, parte din familia de plante a mustarului. Rapita este

cea mai toxica planta dintre toate plantele uleioase. Este un cuvânt care a apărut de nicaieri. Uleiul de canola este un ulei folosit ca lubrifiant, combustibil, săpun și material pentru reviste. Canola formează substanțe asemănătoare latexului, care cauzează aglutinarea cospusculilor sangvini roșii, la fel ca soia, doar ca mult mai pronunțat.

Pierderea vederii este o caracteristică foarte cunoscută a uleiului de rapita. Rapita (canola) antagonizează sistemul nervos central și periferic. **Uleiul de rapita cauzează emfizeme pulmonare, tulburări respiratorii, anemie, constipație, iritabilitate și orbire la animale și oameni.**

Uleiul de rapita era vast folosit pentru hrănirea animalelor în Anglia și Europa între anii 1986 și 1991, când a fost eliminat. Va amintiți când ați citit despre vacile, porcii și vitele care au orbit, și-au pierdut mintile și au atacat oameni? Au trebuit impusecate! Expertii au dat vina pe comportamentul unei boli virale numite “scrapie”. Cu toate acestea, când uleiul de rapita a fost eliminat din hrana animalelor, boala a dispărut. **Acum creștem semințe de rapita și folosim rapita (canola) în SUA!**

Nu uleiul de canola este problema noastră. Este vast folosit în sute și mii de mâncăruri procesate în SUA – cu binecuvântarea guvernului și a agențiilor, desigur!

Cianida din uleiul de canola inhibă producția mitocondrială de ATP. ATP oferă energie organismului și ne menține sănătoși și tineri! Observați extraordinara creștere în tulburări precum lupusul sistemic, scleroza multiplă, paralizia cerebrală, hipertensiunea pulmonară și neuropatia în ultimii ani. Uleiurile de soia și de canola sunt jucători în dezvoltarea acestor afecțiuni. Uleiul de canola este bogat în glicozidază,

care cauzeaza probleme serioase in organismul uman prin blocarea functionarea enzimatică normale si privarea de energie.

Glicozidele din uleiurile de soia si canola suprima sistemul imunitar. Acestea determina **“adormirea” celulelor T ale imunitatii**. Aceste uleiuri altereaza “terenul” bio-electric si promoveaza bolile. Alcoolul si glicozidele in uleiurile de canola si soia dezactiveaza bariera noastra protectoare – sistemul imunitar.

Industria “sanatatii” este un oximoron. Isi protejeaza propriile interese economice. Daca vreti sanatare si longevitate trebuie sa preluati controlul asupra vietii dvs si sa fiti responsabili de sanatatea dvs. NU exista o alta cale!

Pudra de soia si de tofu – tofu este greu de digerat. Mancata in exces, soia slabeste sistemul gastrointestinal si sistemul imunitar. Si functiile ficatului si ale rinichilor sunt alterate. Daca sunteti bolnavi, slabiti, obositi, evitati soia si tofu complet. Daca aveti o digestie slaba, gaze sau balonare, uitati de produsele din soia.

Proteina din soia nu este o proteina de crestere

Utilizarea neta proteica (UNP) a produselor din soia este de 10-15%. Mult prea putin ca sa sustina o digestie buna si o sanatate generala buna. Soia in stare bruta este aproape indigerabila. Animalele care se hranesc cu soia bruta se imbolnavesc si mor. Cainii, pisicile si alte animale de casa cu o dieta stabila din tofu si produse din soia dezvoltă afectiuni si boli diverse, si mor la varste de doar 4-6 ani.

Proteinele din soia “fara” amino-acizi sunt produse acceptabile si pozitive, deoarece “vibratia” lor negativa este neutralizata – uleiul lor este indepartat complet.

Nota importanta asupra uleiurilor – Atentie! Cititi etichetele si cautati soia, canola, seminte de bumbac si uleiurile lor in produsele pe care le cumparati! Aceste uleiuri toxice nu apartin organismului uman. Se blocheaza in corp si cauzeaza cheaguri in artere. Uleiul de alun este mai bun pe piele decat in corp. uleiul din seminte de bumbac scade testosteronul si continutul de sperma la barbati! Barbatii trebuie sa evite uleiul din seminte de bumbac, soia si canola. Cititi etichetele. Fiti informati! Preluati conducerea asupra sanatatii si vindecarii dvs!

Totodata, evitati uleiurile care se deterioreaza si devin rancede rapid, de exemplu uleiul de migdale, porumb, avocado, alune (uleiul de alune si untul de arahide sunt incarcate cu FHG, si vor cauza cheaguri de sange si lipirea sangelui). In loc de aceste uleiuri **folositi uleiurile listate mai jos.**

Folositi moderat uleiuri sanatoase pentru o vedere si o sanatate buna.

Cele mai bue uleiuri sanatoase: de masline, susan, floarea soarelui, in. Aceste uleiuri sunt mult mai stabile decat cele “daunatoare”. Tineti uleiurile la frigider dupa deschidere. Nu consumati uleiuri in exces, nici macar pe cele bune. O lingurita sau doua ins alate sau gatit este de ajuns pentru a ne lubrifia glandele, hormonii si incheieturile. Amintiti-va – nu sunteti o masina: nu aveti nevoie de 5/4 ulei ca sa functionati corespunzator.

Detoxifiati-va ficatul cu legume verzi, lamaie si urmatoarele plante: yucca, papadie, agrisa, radacina de strugure si afine. Aceste mancaruri detoxoifiaza grasimile si continutul chimic toxic din ficat si vezica biliara, in plus imbunatatesc vederea.

Faceti o incercare de a intrerupe consumul acestor mancaruri devitalizate, acestor uleiuri toxice si produselor lor. Ochii va vor multumi pentru vederea pe care o veti avea. Iar energia dvs va sari peste limite!

“Daca mancam gresit, niciun medic nu ne poate vindeca. Daca mancam corect, nu este nevoie de niciun medic.” – Victor Rocine

CopyRight FaraOchelari.Info & SC Beta Biz SRL

Drepturile de revindere asupra acestei Carti apartin Beta Biz SRL. Aceasta Carte, in intreg sau in parte, nu poate fi reprodusa, duplicata, copiată, sau exploatata in orice fel in scop comercial fara acordul expres scris al Beta Biz SRL.

Informatiile si exemplele folosite in scopul prezentarii produsului variaza de la o persoana la alta. Acestea sunt doar de natura educationala si informativa si nu pot fi considerate, in nici o situatie, ca fiind asimilate unor consultatii sau analize medicale de specialitate. Rezultatele prezentate nu sunt rezultate comune. Beta Biz SRL nu poate fi considerat raspunzatoare pentru nici un prejudiciu/pierdere de orice fel.