

Andreas Moritz

RAK

TO NIE CHOROBA
A MECHANIZM
UZDRAWIANIA

Jak zrozumieć
i wyeliminować
przyczyny zmian
nowotworowych

vital
LUBIWIŃSKA 2009/10

RAK

TO NIE CHOROBA
A MECHANIZM
UZDRAWIANIA

Nota prawna

Autor tej książki, Andreas Moritz, nie jest orędownikiem żadnej szczególnej formy opieki zdrowotnej, ale wierzy, że fakty, rozwiązania i wiedza zaprezentowane tutaj powinny być dostępne dla każdej osoby zainteresowanej poprawianiem swojego stanu zdrowia. Choć autor dołożył wszelkich starań, by głęboko zrozumieć poruszane tematy i zapewnić bezbłędną i kompletną każdą informację pochodzącą z jakiegokolwiek innego źródła niż jego własne, on i wydawca nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za żadne pomyłki, nieścisłości, przeoczenia czy niekonsekwencję. Wszelkie afronty względem ludzi czy organizacji są niezamierzone. Ta książka nie powstała, by zastąpić porady i leczenie przez lekarza specjalizującego się w zajmowaniu się chorobami. Wszelkie zastosowanie zawartych tu informacji pozostaje wyłącznie w gestii czytelnika. Autor i wydawca nie odpowiadają za żadne niekorzystne efekty czy konsekwencje wynikające z zastosowania jakichkolwiek przepisów i procedur opisanych w tej książce. Zawarte tu stwierdzenia zostały poczynione tylko w celach edukacyjnych i teoretycznych oraz są oparte głównie na opinii Andreeasa Moritza i jego teoriach. Możesz zawsze skonsultować się z lekarzem, zanim zastosujesz jakąkolwiek dietę, substancje odżywcze, zioła czy suplementy homeopatyczne lub przed przerwaniem jakiejkolwiek terapii. Zamiarem autora nie jest udzielanie żadnych porad medycznych czy ich substytutu i nie daje jakichkolwiek gwarancji, czy to przez wyrażanie czy implikowanie opinii, z szacunkiem dla każdego produktu, urządzenia czy terapii. Z wyjątkiem miejsc, w których zaznaczono, że jest inaczej, żadne stwierdzenie w tej książce nie zostało sprawdzone czy zaakceptowane przez administrację Amerykańskiej Agencji ds. Żywności i Leków czy Federalną Komisję Handlu. Czytelnicy powinni korzystać z własnego osądu lub skonsultować się z działającym holistycznie ekspertem medycznym lub osobistym lekarzem na temat aplikacji określonych produktów lub swoich indywidualnych problemów.

Andreas Moritz

RAK

**TO NIE CHOROBA
A MECHANIZM
UZDRAWIANIA**

Jak zrozumieć
i wyeliminować
przyczyny zmian
nowotworowych

vital
WYDAWNICTWO

REDAKCJA: Mariusz Warda
SKŁAD: Anna Płotko
PROJEKT OKŁADKI: Anna Płotko
TŁUMACZENIE: Kamila Petrikowska

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2018
ISBN 978-83-65846-27-3

Tytuł oryginału: "Cancer Is Not a Disease - It's a Healing Mechanism"

Copyright © 2005–2016 by Andreas Moritz, All rights reserved.

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2016
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Nota wydawcy

W czasie finalizacji tej uaktualnionej i znacznie poszerzonej edycji autor dołączył opublikowane badania akademickie, a także informacje pozyskane w źródłach internetowych (do 2012 roku), by potwierdzić swoje stwierdzenia. Wszystkie zostały z ostrożnością zaprezentowane w Odniesieniach, linkach i źródłach. Kilka linków, które zachował autor, wygasło od tej pory i dlatego nie zostały załączone. Poza dedykacją, autor wyraził życzenie, by reszta została niezmieniona i przedstawiona jak została napisana w 2009 roku, i tak też się stało.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dłożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.vitalni24.pl – detal
strona wydawnictwa: www.wydawnictwovital.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.odzywianie24.pl

PRINTED IN POLAND

Wyrazy wdzięczności

Mądrość Andreasa i wielka przenikliwość w temacie naturalnego zdrowia i dobrostanu – ciała, umysłu i ducha – są rzadkimi darami i błogosławieństwem dla nas wszystkich. Z czasem wzbogacają nasze życie, rozwijając nasze myślenie, otwierając nasze serce i prowadząc nas w nowych, często niespodziewanych kierunkach. Dekady jego pełnej oddania pracy wpłynęły na pomysłność w tysiącu żyć na niezliczone sposoby i na szczęście nadal głęboko nas to porusza.

W istocie Andreas jest zawsze z nami – przez błyskotliwość jego wiedzy, doświadczenia i tego, co napisał, jego pięknej uzdrawiającej sztuki, jego płynących z serca, inspirujących wiadomości i wszystkich informacji, którymi tak hojnie się dzielił, aby pomagać nam żyć zdrowiej, szczęśliwiej i w większym spełnieniu. Jego głęboka duchowa uwaga i współczucie połączone z zupełnym zrozumieniem ludzkiego ciała zainspirowały ludzi na całym świecie, by wieść bardziej witalne, podniosłe i zrównoważone życie.

Niech głęboka wiedza i empatyczne przewodnictwo Andreasa kontynuuje się, aby dawać komfort i ciepło, otulać wiecznym wsparciem i uzdrawiać z serca.

Załoga Ener-Chi i Centrum Wellness Ener-Chi przesyła pełne miłości wyrazy wdzięczności.

Dedykacja

Dedykuję tę książkę tym, którzy wierzą w mądrość ciała i jego inteligencję pozwalającą mu się samodzielnie uzdrowić.

Tym, którzy chcą pracować z ciałem, nie przeciwko niemu.

Tym, którzy nie winią nikogo, włączając ich samych, za swoją chorobę czy nieszczęście.

Tym, którzy odbierają wszystko, co się im przydarza jako użyteczne, niezależnie od tego jak groźne czy bolesne może się to początkowo wydawać.

Tym, którzy nigdy nie wątpili, że ich ciało ma wrodzoną zdolność, by się uzdrowić.

A handwritten signature in black ink, reading "Andrew Jeffrey". The signature is written in a cursive, flowing style with a large initial 'A' and a long, sweeping underline.

Spis treści

Wstęp	13
Rozdział pierwszy	
Rak to nie choroba	29
Moc w świecie	29
Błędny osąd.....	33
Uzdrowianie raka kontra zwalczanie go.....	34
Poszukiwanie odpowiedzi	37
Gen - mit na temat raka	45
Napromieniowywanie aż do śmierci.....	54
Diagnoza medyczna – najczęstsza przyczyna śmierci?	58
Co się stało z osobistą wolnością?	68
Codzienne napromieniowywanie	72
Ponury sukces leczenia przeciwnowotworowego.....	80
Większość badań nad lekami jest nieuczciwa	86
Zasadniczy mankament badań nad lekami	87
Nieuczciwe praktyki	88
„Cud” spontanicznej remisji	89
Oczekiwania kształtują rzeczywistość.....	91
Statystyczne oszustwo	94
Siła przekonań.....	95
Leki przeciwnowotworowe sprawiają, że guzy stają się bardziej śmiertelne.....	97
Mądrość nowotworu w akcji	98
Kontrolowanie rozrostu guza sprawia, że rak bardziej się rozprzestrzenia	99
Wystrzegaj się konwencjonalnego leczenia raka.....	101
Lekcja od nowotworu dla nas.....	102
Tworzenie potwora tam, gdzie on nie istnieje.....	104
Kłopotliwe położenie medyczne.....	107
Czy możemy ufać chemioterapii?	110

Czym zatem dokładne jest rak?	117
Mądrość komórek nowotworowych.....	118
Jak infekcja może zabezpieczyć przed rakiem i wyleczyć go	119
Dlaczego infekcje mogą ocalić życie.....	120
Magia natury.....	122
Zarazki nie powodują raka	125
Och, te okropne wolne rodniki!	127
Zmutowane geny nie powodują raka.....	128
Rak: Pomysłowa misja ratunkowa.....	129

Rozdział drugi

Fizyczne przyczyny raka	131
Identyfikowanie źródeł raka.....	131
Progresywne etapy raka.....	134
Blokada	137
Zator.....	138
Zator limfatyczny.....	154
Chroniczne problemy trawienne	162
Zator wątroby i dróg żółciowych.....	163
Nienaturalne jedzenie i napoje.....	166
Śmiercionośne telefony komórkowe i inne urządzenia bezprzewodowe.....	174
Związek z obciążeniem metalami ciężkimi.....	178
Choroby dziąseł a rak	179
Rozwiązanie dentystyczne Soladey	180
Kremy przeciw opalaniu i okulary przeciwsłoneczne – główna przyczyna raka	182
Wpływ witaminy D.....	191
Zdrowo i szczęśliwie z serotoniną	193
Leki farmaceutyczne	195
Strzeż się popularnych leków przeciwnowotworowych	200
Strzeż się leków na artretyzm	201
Strzeż się aspiryny i tylenolu.....	202
Unikaj lekowej pułapki	203

Rozdział trzeci

Rak zdemistyfikowany	205
Łączenie fragmentów	205
Emocjonalne przyczyny raka	207
To wszystko psychosomatyka, prawda?	209

Skuteczne remedia Mary.....	211
Rak – odpowiedź na odroczenie.....	212
Zwalczanie ducha pamięci.....	213
Odpuszczanie potrzeby walki	214
Rak – potężny uzdrowiciel.....	216
Moc rozwiązywania sytuacji konfliktowych.....	219
W raku chodzi o „niekochanie samego siebie”.....	222

Rozdział czwarty

Inteligencja ciała w akcji	225
Rak nie może cię zabić	225
Organizm desperacko usiłuje żyć.....	229
Rak prostaty.....	234
Ryzykowne leczenie.....	234
O powiększeniu prostaty.....	238
Dlaczego większość nowotworów znika naturalnie.....	239

Rozdział piąty

Inne główne czynniki zwiększające ryzyko

zachorowania na raka	243
Toksyczne życie.....	243
Fluorki.....	243
Chemikalia w naszych kuchniach i łazienkach.....	244
Benzoesan sodu.....	246
Rtęć	247
Alkohol i aluminium a rak piersi.....	247
Siedzący tryb życia może zabić.....	248
Szczepienia – bomby z opóźnionym zapłonem?.....	249
Związek szczepień z autyzmem jest teraz jasny	252
Noszenie biustonosza zakłóca drenaż limfatyczny	253
Wczesne dojrzewanie a rak piersi	254
Nowoczesne fluoroscencyjne żarówki przyczyną raka	256
Zatrucie cukrem	256
Soja – kancerogen dla ludzi?	258
Dlaczego frytki mogą powodować raka	261
Światło elektryczne a rak	262
Zanieczyszczenie powietrza i stres w miastach	264
Kuchenki mikrofalowe.....	265
Odwodnienie.....	268
Jak mogę chronić siebie?	270

Rozdział szósty

Co musisz wiedzieć, żeby uzdrowić siebie	285
Rak – kto doprowadza do wyleczenia?	285
Usuwanie zapotrzebowania na nowotwór	287
Kurkumina – naturalny „cudowny lek”	292
Objawy menopauzy rzeczywiście zabezpieczają przed rakiem piersi	292
Światło słoneczne – naturalne leczenie raka	294
Wysypianie się	296
Zachowywanie regularności spożywania posiłków	300
Dieta wegańsko-vegetariańska	302
Ćwiczenia fizyczne a rak	304
Przywracanie chi, siły życiowej	305
Uświęcona Santemonia – dla emocjonalnego uzdrowienia i więcej	307
Terapie owocowe i warzywne	309
Graviola – bardziej efektywna niż chemioterapia	310
MMS – cudowny roztwór mineralny	312
Zioła Indian Ojibwa – mieszanka 8 ziół	314
Leczenie syropem klonowym z wodorowęglanem sodu	316
Organiczne kryształki siarki	319
Termoterapia	320
Ashwagandha – kuracja ajurwedyjska	320
Morski fitoplankton – najlepszy naturalny superprodukt	321
Inne użyteczne terapie nowotworów	321
Podsumowanie i uwagi końcowe	327
Leczenie zasadniczej przyczyny	327
Odniesienia, linki i źródła	331
Odniesienia	331
Linki i źródła	333
Inne książki i produkty Andreeasa Moritza	337
O Andreeasie Moritzu	343

Wstęp

To, o czym przeczytasz, może tobą wstrząsnąć, a nawet rozbić podstawy twoich przekonań na temat ciała, zdrowia i uzdrawiania. Tytuł *Rak to nie choroba* może być niepokojący dla wielu, prowokacyjny dla niektórych, ale zachęcający dla wszystkich. Ta książka może pomóc ci poczynić głęboko zmieniające życie odkrycie, jeśli będziesz dostatecznie otwarty na możliwość, że rak nie jest właściwie chorobą. Prawdę mówiąc, możesz rzeczywiście dojść do wniosku, że rak musi być wyszukaną i ostateczną próbą ciała, by mogło się uzdrowić i pozostać żywe tak długo jak pozwolą okoliczności. Okoliczności, które, jak odkryjesz, znajdują się w większości pod twoją kontrolą.

Być może będziesz zdumiony, że jeśli jesteś dotknięty którąś z przyczyn leżących u źródeł raka (które stanowią prawdziwą chorobę), prawdopodobnie umrzesz szybko, nawet jeśli w twoim ciele nie powstaną komórki nowotworowe. W tej książce kieruję się logiką i pomagam zrozumieć, że rak jest procesem leczenia, który powinniśmy wspierać, a nie tłumić czy zwalczać. Później dostarczam dowodów, że to raczej nieortodoksyjne podejście do leczenia raka jest o wiele efektywniejsze niż metody, które prowadzą do zniszczenia go.

Ponadto uważam, że rak – jeden z najbardziej wyrafinowanych mechanizmów leczniczych ciała – zacznie działać, jeśli tylko spełniony zostanie jeden lub oba warunki wstępne, na które rzadko padają podejrzenia:

- 1. Główne systemy usuwające odpady i detoksyfikujące ciała okażą się niewydajne.**
- 2. Główne problemy związane ze stresem psycho-emocjonalnym zostaną rozwiązane lub staną się nieznaczące w życiu danej osoby.**

Te dwa procesy biorące udział w rozwoju raka wymagają dogłębnego wytłumaczenia, więc omówię je w toku tej książki. Podczas gdy pierwszy warunek może brzmieć sensownie dla tych, którym znany jest związek raka z toksynami, drugi może nie mieć teraz dla ciebie sensu, ale obiecuję, że nabierze go, jeśli będziesz czytać dalej.

Teraz chcę tylko wskazać, że rak spowodowany stresem nigdy nie objawia się *podczas* faktycznego zdarzenia stresowego, ale pojawia się *po* tym, jak taka sytuacja doszła do pewnego rodzaju rozwiązania lub zakończenia. Zdarzeniem stresowym może być pozostawanie przez jakiś czas bez pracy, przechodzenie przez bolesny rozwód, trwanie ciężkiej choroby ukochanej osoby, która może prowadzić do jej śmierci, bycie ofiarą przemocy emocjonalnej lub fizycznej, ulegnięcie traumatycznemu wypadkowi, utrata domu lub stanu posiadania itd. Jeśli rak rzeczywiście jest uzdrawiającym mechanizmem, jak twierdzę, sensowne jest, że symptomy procesu uzdrawiania takie jak wzrost guza pojawiają się *po*, a nie *w trakcie* psychiczno-emocjonalnego kryzysu lub konfliktu.

Istnieją dowody, że ten mechanizm dotyczy nie tylko pracy nad rozwojem raka, ale też większości innych stanów zdrowia. Chociaż dwa powody często są zbieżne (pojawiają się w tym samym czasie), nie muszą być.

W ekstremalnych warunkach ekspozycja na dużą liczbę czynników wywołujących nowotwory (kancerogennych) może doprowadzić do załamania sił obronnych organizmu w ciągu kilku tygodni lub miesięcy. To może sprawić, że później wymagany jest szybki i agresywny wzrost guza nowotworowego, by poradzić sobie z atakiem. W zasadzie jednak potrzeba o wiele więcej czasu, aby utworzył się tak zwany nowotwór złośliwy i stał się diagnostycznie zauważalny.

Niestety podstawowe nieporozumienia lub kompletny brak świadomości prawdziwych powodów kryjących się za rozwojem złośliwych guzów sprawiły, że *nienormalne* komórki stały się groźnymi potworami, które w przemyślny sposób próbują nas zabić, być może w odwecie za nasze grzechy czy znęcanie się nad ciałem. Tak czy owak, jak wkrótce się dowiesz, rak jest po naszej stronie, nie przeciwko nam. Nie jest też bezsensownym, przypadkowym zjawiskiem.

Jeżeli nie zmienimy naszego odbioru tego, czym rzeczywiście jest rak, prawdopodobnie będzie on opierać się leczeniu, szczególnie najbardziej *zaawansowanym* i powszechnie stosowanym metodom medycznym. Jeśli masz raka,

a jest on rzeczywiście częścią kompleksowej odpowiedzi ciała, by przetrwać, nie zaś chorobą, musisz znaleźć odpowiedzi na poniższe ważne pytania:

- Jakie powody zmuszają twoje ciało do rozwoju komórek nowotworowych?
- Kiedy już zidentyfikowałeś te powody, jak pomagają one twojemu ciału się uzdrowić?
- Co determinuje typ i stan zaawansowania raka, który cię dotyka?
- Jeśli rak jest rzeczywiście mechanizmem leczniczym, co musisz zrobić, żeby uniknąć sytuacji, w których ciało posuwa się do takich ekstremalnych środków samozachowawczych, teraz i w przyszłości?
- Skoro ciało jest genetycznie zaprojektowane tak, by zawsze sprzyjać kontynuowaniu życia i bronić się przed przeciwnościami wszelkiego rodzaju, jak ciało może pozwolić na genetyczną zmianę prowadzącą do zgonu?
- Dlaczego tak wiele nowotworów znika samoistnie, bez jakiegokolwiek interwencji medycznej?
- Czy radioterapia, chemioterapia i operacje chirurgiczne rzeczywiście leczą raka u niektórych ludzi, czy pacjenci z nowotworem leczą się sami pomimo tych radykalnych środków obciążonych skutkami ubocznymi?
- Jaką rolę w tworzeniu się i rezultatach choroby nowotworowej odgrywają strach, frustracja, poczucie niskiej wartości i wypierana złość?
- Dlaczego u tak wielu dzieci rozwijają się obecnie guzy mózgu czy białaczka?
- Jakie są następstwa nowotworu w duchowym rozwoju, jeśli takie istnieją?

Aby uzdrowić przyczyny leżące u źródeł raka, będziesz musiał znaleźć satysfakcjonujące i praktyczne odpowiedzi na powyższe pytania. Odkryjesz je, jeśli będziesz czytać kolejne strony tej książki. Kiedy tylko znajdziesz jedną z odpowiedzi, zyskasz nieodpartą poczucie pewności i wewnętrznej znajomości prawdy, połączone z ulgą, a nawet euforią.

Jeśli poczujesz wewnętrzną potrzebę, by nadać sens temu zmieniającemu życie zdarzeniu (rakowi), odniesiesz ogromne korzyści z czytania. Nowotwór może być twoją największą okazją, by pomóc przywrócić równowagę wszystkich aspektów twojego życia, ale może być też zwiastunem poważnej traumy i cierpienia, jeśli odbierzesz go jako zagrożenie twojego życia. Tak czy owak odkryjesz, że zawsze sprawujesz kontrolę. Możesz nie być w stanie zmienić określonej sytuacji jak diagnoza raka, ale z całą pewnością kontrolujesz swoją odpowiedź na nią. Twoja odpowiedź jest ostatecznym wyznacznikiem tego

czy staniesz się znowu cały, czy pozostaniesz podzielony przez odbieranie siebie jako ofiarę okropnej choroby.

Aby żyć w ludzkim ciele, musisz mieć dostęp do określonej ilości energii podtrzymującej życie. Możesz wykorzystać tę wrodzoną energię do odżywiania i uzdrawiania ciała lub tracić ją, walcząc w bitwach przeciw chorobie, która, jak mówi teoria medyczna, zmierza do tego, by cię zabić. Wybór należy całkowicie do ciebie.

W razie gdy świadomie lub nieświadomie wybierasz, by odrzucić swoje ciało (lub wdać się w walkę przeciw niemu), zamiast dać mu pełną miłości uwagę i szacunek, skończy się to prawdopodobnie tym, że będzie musiało walczyć o swoje życie. Ostatecznie główną kwestią w pytaniach nie jest to czy masz raka, ale to jak do tego podchodzisz i co byś z tym zrobił.

Rak jest tylko jedną z wielu możliwych dróg, jakie obiera organizm, by zmusić cię do zmiany sposobu, w jaki widzisz i traktujesz siebie, włącznie ze swoim ciałem fizycznym. Możesz stwierdzić, że nowotwór to coś strasznego, co sprawia, że jesteś bezsilną ofiarą, albo zobaczyć w nim okazję do stanięcia w swojej obronie, po stronie swoich wartości i okazania szacunku samemu sobie. To, jak można się spodziewać, sprowadza na temat zdrowia duchowego, co jak wierzę, odgrywa w nowotworze przynajmniej tak samo znaczącą rolę jak przyczyny fizyczne i emocjonalne.

Rak wydaje się być bardzo dezorientującym i nieprzewidywalnym zaburzeniem. Dotyka bardzo szczęśliwych i bardzo smutnych ludzi, bogatych i biednych, palaczy i niepalących, bardzo zdrowych i nie tak bardzo zdrowych. Chociaż występowanie raka wśród dzieci było dotąd ekstremalnie rzadkie, już takie nie jest.

Ludzie z wszelkich środowisk o różnych zawodach mogą mieć raka. Chociaż, jeśli odważysz się zajrzeć pod maskę objawów fizycznych takich jak typ, wygląd i zachowanie guza nowotworowego, odkryjesz, że rak nie jest tak przypadkowy i nieprzewidywalny jak się wydaje.

Co sprawia, że 50 procent populacji Ameryki jest tak podatna na rozwój nowotworu, kiedy druga połowa w ogóle nie podlega ryzyku? Obwinianie za to genów jest tylko przykrywką dla ignorowania prawdziwych przyczyn czy kuszenia ludzi dotkniętych rakiem kosztowną terapią i programami profilaktycznymi.

W dalszej części tej książki omówię najnowsze badania dotyczące możliwego dziedziczenia genetycznego czynników związanych z rakiem piersi, płuc i wielu innych części ciała. Będziesz zaskoczony, gdy dowiesz się, że geny

mają niewiele, jeśli w ogóle coś wspólnego z tym, że członkowie tej samej rodziny rozwijają ten sam rodzaj raka od kilku pokoleń. Faktycznie główne badania genetyczne potwierdzają obecnie, że zachowanie genów jest ostatecznie zdeterminowane przez to jak jemy, myślimy, odczuwamy i żyjemy. Nie jest tak, że geny przypadkowo przestają działać pewnego dnia, sprawiają, że jesteśmy chorzy, a potem wywołują tę samą chorobę u naszych dzieci i wnuków. W rzeczywistości najnowsze badania kompletnie zaprzeczają długo utrzymywanemu przekonaniu, że mutacja genetyczna może powodować lub przyczynić się do powstawania i rozprzestrzeniania się nowotworów.

Rak był zawsze ekstremalnie rzadką chorobą, poza uprzemysłowionymi społeczeństwami, w ciągu ostatnich 50-60 lat, mimo że ludzkie geny nie zmieniły się w znaczący sposób przez tysiące lat. Dlaczego miałyby zmieniać się tak drastycznie teraz i nagle zdecydować się, by atakować i niszczyć organizmy prawie połowy populacji? Odpowiedź na to pytanie, którą omówię bardziej szczegółowo w dalszej części książki, jest niesamowicie prosta: Chociaż geny mogą przechodzić mutacje z powodów, o których wspomnę później, nawet jeśli stałyby się uszkodzone lub wadliwe, nadal nie byłyby zdolne, by kogoś zabić.

Ważne jest, by wiedzieć, że rak rzadko powoduje czyjąś śmierć, chociaż nie da się zaprzeczyć, że wielu ludzi dotkniętych nowotworem umiera. Tym niemniej, o ile guz nie spowoduje dużego mechanicznego uszkodzenia ważnego dla życia organu lub nie zahamuje znacznie dopływu krwi do niego lub odprowadzania limfy z niego, pacjent chorujący na raka bardziej prawdopodobnie umrze z przyczyn prowadzących do mutacji komórek i wzrostu guza niż z powodu samego nowotworu.

Każda terapia raka powinna być skupiona na przyczynach leżących u jego źródeł, chociaż większość onkologów zazwyczaj je ignoruje. Na przykład dieta składająca się ze śmieciowego jedzenia, które zwykle jest pozbawione jakiegokolwiek wartości odżywczej i prawdziwej energii, prowadzi do chaotycznego, traumatycznego stanu ciała, który jest identyczny z tym, którego doświadcza się w czasie fizycznego głodu. W tej książce wytłumaczę jak taki proces autodestrukcji jest związany z potrzebą silnej odpowiedzi prowadzącej do uzdrowienia ciała.

Staje się coraz bardziej oczywiste, że prawie wszystkie rodzaje raka są poprzedzone pewnego rodzaju traumatycznym wydarzeniem mającym miejsce w przeszłości, takim jak rozwód, śmierć ukochanej osoby, wypadek, utrata pracy lub stanu posiadania, ciągły konflikt z szefem lub krewnym, poważna

katastrofa narodowa lub ekspozycja na silne toksyny. Organizm nie ma żadnego innego wyboru niż odpowiedzieć na takie głęboko stresujące czynniki przewidywalnymi biologicznymi mechanizmami przetrwania, które mogą obejmować okresowy *nienormalny* wzrost komórek. Chociaż większość lekarzy ciągle zgadza się z teorią, że będący wynikiem tego guz jest chorobą, a nie mechanizmem leczniczym, nie oznacza to, że jest to prawda.

Guzy nowotworowe są tylko objawami choroby spowodowanej przez coś innego, co może nie być na początku oczywiste. Jasne jest jednakże, że nie pojawiają się tak po prostu, bez powodu. Przede wszystkim stałe emocjonalne konflikty, urazy, niepokój, poczucie winy i wstyd mogą łatwo stłamsić układ immunologiczny ciała, funkcje trawienne i podstawowe procesy metaboliczne i przez to stworzyć warunki dla rozwoju guza nowotworowego.

Na szczęście związek między psychicznym stresem a rakiem nie zatrzymuje się już w sferze fikcji i niepewności. W oparciu o bogate dowody naukowe Centra Kontroli i Prewencji Chorób (CDCP) umieściły na swojej stronie internetowej to ważne stwierdzenie: „Intensywny i przedłużający się stres może prowadzić do różnych krótko- i długoterminowych negatywnych skutków zdrowotnych. Może zakłócać wczesny rozwój mózgu i narażać na szwank funkcjonowanie układu nerwowego i immunologicznego. W dodatku stres w dzieciństwie może prowadzić do problemów zdrowotnych w późniejszym życiu, włącznie z alkoholizmem, depresją, zaburzeniami odżywiania, chorobami serca, rakiem i innymi chronicznymi chorobami”^{*}.

Pomimo niezaprzeczalnych dowodów, na które powołują się CDCP, większość lekarzy rzadko uznaje czy próbuje leczyć te przyczyny leżące u źródeł choroby, zamiast tego skupiając się na usuwaniu objawów. Być może ta kluczowa i potencjalnie fatalna niedokładność przenikająca prawie cały obszar medycyny jest zakorzeniona w braku uznania, że istnieje związek między stresem i chorobą. Relacja między umysłem a ciałem jest zasadniczo przedmiotem rozważań w szkołach medycznych.

Po tym jak przez okres trzech dekad widziałem tysiące pacjentów z nowotworem, zacząłem rozpoznawać pewien wzór myślenia, przekonań i emocji powszechnych u większości z nich. Mówiąc bardziej szczegółowo, nie spotkałem jeszcze dorosłego chorego na raka, który nie czułby się przytłoczony złym wyobrażeniem o sobie, nierozwiązanym konfliktem, stałym zamartwianiem się czy emocjonalnymi konfliktami/traumami z przeszłości, które ciągle istnieją w jego podświadomości i pamięci komórkowej. Jestem przekonany,

^{*} http://www.cdc.gov/violenceprevention/pub/healthy_infants.html.

że rak, fizyczna choroba, nie może powstać, jeśli nie ma silnych skłonności do niepokoju i głęboko osadzonej frustracji.

Dorośli pacjenci z rakiem często cierpią na niedobór szacunku do samego siebie czy poczucia własnej wartości i zazwyczaj mają, jak ja to nazywam, „niedokończone sprawy” w swoim życiu. Nowotwór może rzeczywiście być sposobem na odkrycie źródła takiego jak nierozwiązany, wewnętrzny konflikt. Ponadto rak może pomóc poradzić sobie z takim konfliktem, a nawet zupełnie go uzdrowić. Sposobem na usunięcie zielska jest wyciągnięcie go razem z korzeniami. To jest sposób, w jaki powinniśmy traktować raka: w innym razie w końcu odrośnie.

Często słyszę argument, że związek między emocjonalnym stresem a rakiem może dotyczyć dorosłych, ale z pewnością nie może odnosić się do małych dzieci, które zachorowały na białaczkę albo raka mózgu. Pozwolę sobie się nie zgodzić. Stanowisko CDCP w tej sprawie potwierdza moje poglądy. Stres odczuwany w dzieciństwie może prowadzić do raka, zgodnie z opinią CDCP i badaniami, które pokazały, że człowiek zaczyna doświadczać stresu bardzo wcześnie, nawet przed narodzinami.

To fakt naukowy, że część z najsilniejszych wpływów, których doświadcza dziecko, pojawia się, kiedy jest ono jeszcze w łonie matki. Zostało jasno udowodnione, że to, przez co emocjonalnie i fizycznie przechodzi matka, ma duże znaczenie dla emocjonalnego i fizycznego zdrowia dziecka. Na przykład badania zacytowane w mojej książce *Ponadczasowe tajemnice zdrowia i odmładzania* detalicznie opisują ostre reakcje płodów na położnicze badanie USG, co może prowadzić do rozwoju problemów w późniejszym czasie.

Ponadto istnieją dowody, że niedoświadczenie normalnego porodu, ale urodzenie się przez cesarskie cięcie wywołuje traumę u dzieci. W dodatku niekarmienie dziecka piersią lub trzymanie go w innym pokoju, niż przebywa matka, może prowadzić do traumy biologicznego odseparowania, która może nawet być przyczyną śmierci łóżeczkowej. Niewidzenie matki i nieodczuwanie bicia jej serca może prowokować u niemowlęcia poważne lęki. Dzieci urodzone przedwcześnie mogą ulec traumie przez lęk spowodowany rozdzieleniem z matką.

Oprócz tego szczepienia wywołują reakcje biologicznego szoku podobne do miniwylewów, a poza tym powodują ekspozycję dziecka na liczne kancerogenne toksyny, jakie zawierają szczepionki. Coraz więcej dzieci przejawia silne reakcje alergiczne na składniki szczepionek, co może prowadzić do urazu, a nawet powodować śmierć. U wrażliwych dzieci bolesne szczepie-

nia i wynikająca z tego odpowiedź lecznicza może zatem mieć wywołujące traumę konsekwencje.

Brak karmienia piersią jest znaną przyczyną problemów psychicznych, emocjonalnych i rozwojowych we wczesnym dzieciństwie.

Bezpośrednia ekspozycja na promieniowanie emitowane przez telefony komórkowe, kiedy dziecko jest w łonie i potem, może znacząco wpływać na jego zdrowie (patrz: rozdział drugi, podrozdział Śmiercionośne telefony komórkowe i inne urządzenia bezprzewodowe).

Nieodpowiednia dieta zawierająca cukier, pasteryzowane krowie mleko, białka pochodzenia zwierzęcego, smażone potrawy i inne fast foody czy śmieciowe jedzenie również silnie wpływają na dzieci. A jeśli matka pije alkohol, pali papierosy, je niezdrowe jedzenie albo przyjmuje leki w czasie ciąży, albo sama była poddawana szczepieniom, to również determinuje zdrowie i rozwój płodu.

Bardzo niepokojące odkrycie pokazuje, że prześwietlenia u młodych dziewcząt zwiększają u nich ryzyko zachorowania na raka piersi. Zaraz po doniesieniach, które ujawniły, że dorośli są poddawani zbyt wielu testom diagnostycznym, pojawiły się nowe informacje ostrzegające, że część z tych badań nie tylko może powodować raka u dzieci, ale może wywoływać nowe nowotwory u dzieci leczonych na raka. Na przykład badacze z centrum onkologicznego Memorial Sloan-Kettering Cancer Center w Nowym Jorku odkryli, że dziewczynki, które były poddawane napromieniowywaniu klatki piersiowej w trakcie leczenia raka w dzieciństwie, podlegały wysokiemu ryzyku rozwoju raka piersi w młodym wieku. Nawet te, które przyjmowały mniejsze dawki powszechnie stosowanych w leczeniu raka środków, mierzyły się ze zwiększonym ryzykiem zachorowania na raka piersi później, jak powiedzieli naukowcy.

W innym raporcie brytyjskie czasopismo medyczne *The Lancet* donosi, że tomografia komputerowa również może wywoływać raka u dzieci. Tomograf może dostarczyć ratujących życie obrazów urazów głowy, skomplikowanych przypadków zapalenia płuc i infekcji klatki piersiowej. Jednak jeśli dziecko jest wystawione na promieniowanie przez dwa czy trzy badania tomograficzne, ryzyko rozwoju raka mózgu potraja się. Pięć do dziesięciu tomografii może potroić ryzyko wystąpienia białaczki.

W dodatku leczenie dzieci antybiotykami ze względu na infekcję znacząco uszkadza ich rozwijający się układ immunologiczny.

Pewne badania przeprowadzone przez Grupę Roboczą ds. Badań Środowiska Environmental Working Group (EWG) pokazały, że próbki krwi

noworodków zawierają średnio 287 toksyn, włącznie z rtęcią, środkami zmniejszającymi palność, pestycydami, dodatkami do żywności, chemikaliami z produktów do pielęgnacji ciała, substancjami zanieczyszczającymi powietrze, składnikami toksycznego plastyku i teflonu. Wiele z tych toksyn jest bardzo kancerogennych.

Zgodnie z raportem EWG, w trakcie miesiąca przed porodem pępowina przenosi ekwiwalent co najmniej 280 litrów krwi z łożyska do rozwijającego się dziecka. To oznacza, że nowo narodzone dziecko ma taki sam ładunek chemiczny co matka. Ponadto matki, które nie cieszą się dobrym zdrowiem i ciągle karmią swoje dzieci, w rzeczywistości zanieczyszczają je.

Sam bisfenol A (BPA) stosowany do produkcji tworzyw sztucznych zakłóca działanie gruczołów i może prowadzić do błędów w chromosomach rozwijającego się płodu oraz, jak się okazało, może wywoływać spontaniczne poronienia i zmiany genetyczne. Te toksyczne chemikalia zostały odkryte u 96 procent ciężarnych kobiet.

Ogólnie u 99-100 procent kobiet badania wykazały obecność istnego chemicznego koktajlu, wystarczającego, by zainicjować początkowe fazy wzrostu nowotworu u nienarodzonego dziecka.

W dodatku duże badania epidemiologiczne przeprowadzone w 2006 roku wskazały przekonujące dowody odnalezione w 151 niezależnych eksperymentach, że dzieci szczepione na choroby dziecięce podlegają znacznie zwiększonemu ryzyku rozwoju raka w późniejszym życiu. Omówię te ważne badania bardziej szczegółowo w rozdziale pierwszym.

W serii badań wykazano też, że trujące fluorki dodawane do komunalnej wody pitnej w Stanach Zjednoczonych i w innych krajach wyraźnie są połączone z wywoływaniem raka kości (kostniakomięsaków), a także innych rodzajów raka. Dobra wiadomość jest taka, że po stwierdzeniu, że fluorki są od dekad obecne w wodzie pitnej, CDCP wydało pilne ostrzeżenie w styczniu 2011 roku, że obecny poziom fluorków w wodzie pitnej może powodować poważne szkody u dzieci. Niestety wiele niedoinformowanych matek nadal używa fluoryzowanej wody z kranu do przygotowywania kasek dla dzieci.

Zaciśnięcie pępowiny zbyt szybko zamiast wymaganych 40-60 minut po narodzinach może zredukować natlenienie krwi dziecka o ponad 40 procent i nie dopuścić do tego, że toksyny zostaną odfiltrowane z krwi do łożyska. Ta relatywnie nowa praktyka ma, jak odkryto, poważny negatywny wpływ na rozwój dzieci.

Cokolwiek wpływa na dziecko fizycznie, wpływa na nie również emocjonalnie i psychicznie. Innymi słowy nie trzeba być dorosłym, żeby być dotkniętym przez emocjonalną traumę.

Wyniki badań pokazują również, że stres w dzieciństwie może mieć wpływ na życie dorosłego człowieka. Największe badania tego rodzaju – badanie krytycznych zdarzeń w dzieciństwie Adverse Childhood Experiences (ACE) wskazuje na związek między:

1. Specyficznymi stresorami związanymi z przemocą, włącznie z wykorzystaniem dziecka, zaniedbaniem i powtarzaną ekspozycją na przemoc wobec rodzica ze strony partnera, i
2. Ryzykownymi zachowaniami i problemami zdrowotnymi w dorosłości*.

Badanie ACE przeprowadzone we współpracy Centrum Kontroli i Prewencji Chorób (CDCP) z kliniką Kaiser Permanente's Health Appraisal w San Diego objęło ponad 17 000 dorosłych przebadanych w latach 1995-1997. W ich trakcie zebrano i przeanalizowano szczegółowe informacje na temat przeszłości uczestników obejmującej przemoc, zaniedbania i dysfunkcje rodziny oraz ich obecnych zachowań i stanu zdrowia.

Odkrycia poczynione w badaniach ACE zostały opublikowane w ponad 30 artykułach naukowych. Ujawniły, że przemoc w dzieciństwie, zaniedbanie i ekspozycja na inne niekorzystne doświadczenia są powszechne. Prawie dwie trzecie uczestników badań przyznała się do przynajmniej jednego trudnego doświadczenia w dzieciństwie, a więcej niż 1 na 5 osób do trzech lub więcej takich doświadczeń. Wyniki badań ACE sugerują, że określone doświadczenia są głównym czynnikiem ryzyka dla głównych przyczyn chorób i śmierci, a także niskiej jakości życia w Stanach Zjednoczonych. Pamiętaj, że przedłużający się emocjonalny stres może obciążać układ immunologiczny, a przez to sprawiać, że ciało jest podatne na praktycznie każdy rodzaj choroby, włącznie z rakiem. Wróć do tego ważnego tematu później.

Na koniec, wystawienie dzieci na działanie jonizującego promieniowania przez tomografię komputerową po tym, jak nabiją sobie guza na głowie, jest bardzo ryzykowne i często jest niepotrzebną praktyką medyczną, która może łatwo i szybko prowadzić do raka mózgu i innych poważnych problemów zdrowotnych. Zgodnie z dużymi badaniami przeprowadzonymi na ponad 40 000 dzieci po tęym urazie głowy okazało się, że prosta obserwacja jest najlepszą i najzdrowszą metodą. Wyniki pojawiły się w czerwcu 2011

* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3232061/>.

roku w wydaniu czasopisma *Pediatrics* (opublikowanym online 9 maja 2011 roku). Oczywiście rozwijający się mózg dziecka ma bardzo małą lub żadnej ochrony przeciw jonizującemu promieniowaniu.

Pierwszy rozdział tej książki dostarcza głębokiego wglądu w to, czym naprawdę jest rak i co reprezentuje z perspektywy fizycznej. Jest to zrozumienie raka, z jakim mogłeś nie zetknąć się do tej pory. To nowe, a jednak ponadczasowe podejście do raka pozwala na zwrócenie się ku rzeczywistemu leczeniu przyczyn raka, zamiast skupiać się tylko na objawach.

Z tego rozdziału dowiesz się również o zdumiewających odkryciach w wiodących badaniach nad rakiem, udowadniających, że nowotwory nie są powodowane samą mutacją komórek, ale wymagają wsparcia i udziału całego organizmu. Ponadto sprawdzisz nowe wyniki, które pokazują, dlaczego tak wiele zdiagnozowanych guzów nowotworowych jest w rzeczywistości nieszkodliwych i znika samoistnie.

W rozdziale drugim i trzecim omawiam kolejno fizyczne i emocjonalne/ duchowe przyczyny. Dla jasności: spróbowałem rozdzielić te kategorie, chociaż jestem świadomy, że taki podział jest arbitralny i w rzeczywistości nie istnieje. Zrobiłem to tylko z jednej przyczyny: dla podkreślenia, że uzdrawianie przyczyn raka musi obejmować przywrócenie fizycznego, emocjonalnego i duchowego zdrowia. Pozostawienie jednego z tych czynników na boku podkopuje zmiany prowadzące do wyzdrowienia i w końcu prowadzi do nawrotu raka (duża ilość przypadków nowotworów leczonych medycznie nawraca). W najlepszym wypadku takie niekompletne podejście poważnie wpłynie na zdrowie mentalne i fizyczne, a przede wszystkim na szczęście i poczucie własnej wartości osoby, której to dotyczy.

Poniższe stwierdzenie przewijające się przez całą książkę jako wiodący motyw jest bardzo ważne w obliczu nowotworu: **„Rak nie sprawia, że człowiek staje się chory, to choroba człowieka powoduje raka”**. Dodam do tego: **„Kiedy pojawia się rak, jego głównym celem jest przywrócenie chorej osoby do stanu równowagi umysłu, ciała i ducha”**.

To tak sprzeczne z tym, w co medycyna konwencjonalna i media chciałyby, żebyś wierzył, że może to brzmieć dla ciebie szokująco. Jednak niezależnie od tego czy rak uleczy cię, czy doprowadzi do twojej śmierci, w rzeczywistości ma to więcej wspólnego z tym, co dzieje się w twoim osobistym życiu niż z samym rakiem, również z tym, jak jest agresywny czy jak wczesnie zostanie wykryty.

Weźmy za przykład Dave'a. W wieku 58 lat w trakcie rutynowych badań kontrolnych został u niego zdiagnozowany rak płuc. Chociaż czuł się dobrze

przed diagnozą, jego zdrowie pogarszało się gwałtownie w trakcie kolejnych dwóch tygodni. Stracił apetyt, nie mógł spać, jego oddech stał się bardzo płytki i cierpiał na silne ataki paniki oraz ból w klatce piersiowej. Zmarł 20 dni po diagnozie. Akt zgonu mówił, że zmarł na raka płuc, ale było jasne, że bez diagnozy nowotworu nie pojawiłby się żaden z tych przytłaczających, stresujących efektów.

Nie ma wątpliwości, że emocjonalny stres może wyłączyć nasz układ immunologiczny i nie tylko całkowicie uniemożliwić wyleczenie, ale też to właśnie on sprawia, że jesteśmy bardzo chorzy. Istnieją medyczne dowody wskazujące, że w trakcie ostrego stresu ludzie mogą umrzeć na rozległy zawał serca, mimo że wcześniej nie mieli żadnych problemów z sercem ani zatkanych żył.

Twoja zdolność do przywrócenia własnego zdrowia wymaga od ciebie, byś stał się i poczuł znowu cały na wszystkich poziomach ciała, umysłu i ducha. Kiedy przyczyny leżące u źródeł raka i inne przeszkody niepozwalające na poczucie integralności zostaną właściwie zidentyfikowane, stanie się jasne, co trzeba zrobić, aby powrócić do kompletnego zdrowia. Jest to przedmiot rozważań w późniejszych rozdziałach tej książki.

Faktem medycznym jest, że każda osoba ma miliony komórek nowotworowych w swoim ciele w każdym momencie swojego życia. To nie wskazuje, że coś jest z nami nie tak. Wręcz przeciwnie, jak zobaczymy, stanowi to istotną część zachowywania zdrowej równowagi w ciele.

Te miliony komórek nowotworowych są niewykrywalne przez standardowe testy. Jednak pokazują się jako guzy, kiedy namnożą się do kilku bilionów. Gdy lekarze obwieszczają swoim pacjentom z rakiem, że leczenie, które zalecili, skutecznie wyeliminowało **wszystkie** komórki nowotworowe, odnoszą się tylko do testów, które są zdolne do identyfikowania guzów nowotworowych o wykrywalnym rozmiarze.

Standardowe leczenie przeciwnowotworowe może obniżyć liczbę komórek nowotworowych do niewykrywalnego poziomu, ale z pewnością nie jest w stanie usunąć **wszystkich** komórek nowotworowych. Tak długo jak przyczyny wzrostu guza pozostają nienaruszone, nowotwór może odnowić się w każdej chwili, w każdej części ciała i z dowolną szybkością.

Leczenie raka ma niewiele wspólnego z pozbyciem się grupy wykrywalnych komórek nowotworowych. Zabiegi takie jak chemioterapia i radioterapia (napromieniowywanie) są oczywiście zdolne do zatrucia lub spalenia wielu komórek nowotworowych, ale niszczą również zdrowe komórki w szpiku kostnym, przewodzie pokarmowym, wątrobie, nerkach, sercu, płucach itd.,

co często prowadzi do trwałego, nieodwracalnego zniszczenia całych organów i układów w ciele.

Czy kogoś dziwi, że efektem ubocznym chemioterapii numer jeden jest rak? W rzeczywistości chemioterapia zabija o wiele więcej ludzi, wywołując nowe nowotwory, niż leczy. W przypadku zmniejszających się guzów leki stosowane w chemioterapii zachęcają silniejsze komórki nowotworowe, by rosły, dzieliły się i mnożyły oraz stawały odporne na chemię. To właśnie sprawia, że wtórny nowotwór wiąże się z takim ryzykiem. Nie licząc wysokiej częstotliwości występowania dobrze znanych i niszczących skutków ubocznych chemioterapii, prawie każdy odbiorca tych leków cytotoksycznych doświadcza wzrostu poziomu białka wywołującego stres HSF-1, czyli białka szoku termicznego 1. HSF-1 pozwala białkom uszkodzonym przez te leki naprawić się i wznowić swoje *nowotworowe* działanie.

To samo dotyczy radioterapii. Jak udowodniono, ekspozycja na dawkę promieniowania o wysokości 100 mSv* to roczna dawka, która zwiększa ryzyko zachorowania na raka na całe życie. Zgodnie z badaniami dawka 10 000 mSv jest śmiertelna**. Radioterapia obciąża ciało 20 000-80 000 mSv, zależnie od rodzaju nowotworu. Nic nie może być bardziej śmiertelne niż radioterapia. W porównaniu z tym promieniowanie będące rezultatem trzęsienia ziemi w Japonii w 2011 roku należałoby uznać za nieszkodliwe.

Toksyczne chemikalia zawarte w lekach chemioterapeutycznych mogą powodować tak poważne stany zapalne w każdej komórce ciała, że nawet mieszki włosowe nie utrzymują już w sobie włosów. Prawdziwe lekarstwo na raka nie działa kosztem zniszczenia innych vitalnych części ciała. Można po niego sięgnąć tylko wtedy, gdy przyczyny nadmiernego wzrostu komórek nowotworowych zostaną zidentyfikowane i zajmijemy się nimi, a ciało będzie odpowiednio wsparte przez jego naturalne procesy uzdrawiania. Rak **jest** procesem leczenia, które ciało może wybrać, by przywrócić homeostazę. Nierozpoznanie nowotworu jako mechanizmu leczniczego może okazać się śmiertelne i często takie jest.

Ta książka jest poświęcona odkryciu przyczyn raka i zachęca do poradzenia sobie raczej z nimi niż z objawami. Traktowanie nowotworu, jakby był chorobą, jest pułapką, w którą wpadły miliony ludzi i zapłacili wysoką cenę za niezajęcie się przyczynami leżącymi u jego źródeł.

* mSv to podstawowa jednostka pomiaru natężenia promieniowania.

** W celu zapoznania się ze szczegółami zajrzyj do tego artykułu Mike'a Adamsa na NaturalNews.com: http://www.naturalnews.com/032136_radiation_exposure_chart.html.

Chociaż mocno wierzę, że rak jest końcową fazą zdrowienia, a nie chorobą, jestem całkowicie świadomy, że większość ludzi uznaje raka za śmiertelną chorobę. Nie próbuję przekonywać, że mój sposób rozumienia raka jest jedynym właściwym, ale proponuję, by uznać go za jeden z wielu właściwych.

Stare powiedzenie: „Wiedza jest różna w różnych stanach świadomości” pokazuje, że prawda jest subiektywną projekcją umysłu, świadomości i podświadomości. Innymi słowy, jeśli upierasz się, że rak jest okropną chorobą, która może odebrać ci życie, przez lęk przed śmiercią twoje straszne oczekiwania mogą się spełnić. Pamiętaj, że emocjonalna trauma tłamsi układ immunologiczny i nie dopuszcza do uzdrowienia. W związku z tym, jeśli odbierasz raka jako fazę zdrowienia, dzięki której można poradzić sobie z kryjącym się pod nim brakiem równowagi, twoja prawda pomoże ci osiągnąć pozytywny wynik, taki, który będzie zgodny z twoimi wysokimi oczekiwaniami. Niedawne badania nad mózgiem wykazały, że siła pozytywnych oczekiwań jest **jedynym** prawdziwym powodem zdrowienia ciała*.

To niefortunne, że profesjonaliści w dziedzinie medycyny, ogólnie rzecz biorąc, zniechęcają pacjentów do brania udziału w doborze własnych leków lub wpływania na niego. Pacjenci rzadko bywają włączani w proces uzdrawiania. Zamiast tego terapie medyczne są obecnie propagowane jako jedyne remedium na dzisiejsze choroby. W rzeczywistości to czy dana osoba zdrowieje czy nie jest silnie kontrolowane przez stan ciała, umysłu i ducha danej jednostki. Zaakceptowanie tego jako faktu może mieć ogromny efekt samouprawienia, który uważam za istotny, aby wyzdrowienie mogło mieć miejsce i być efektywne.

Zauważ, proszę: Chociaż w tej książce zobaczysz, że odwołuję się do raka jako śmiertelnej choroby, ludzi zabitych przez nowotwór czy piszę o raku jako agresywnej czy nieuleczalnej chorobie itd., zauważ, że robię to tylko po to, by przedstawić oficjalne interpretacje badań medycznych i teorii. Mimo to chcę, żeby było całkowicie jasne, że moje zrozumienie i interpretacja fenomenu raka nie są kompatybilne z tym obecnym modelem medycznym. Nie zgadzam się z przekonaniem, że to nowotwór kogoś zabija, i później szczegółowo przedstawię moją postawę w przebiegu tej książki.

Chociaż guz nowotworowy prowadzi do zagrażających życiu mechanicznych urazów czy obrzęków oraz późniejszego zaduszenia organu, nie można podejrzewać raka o to, że szkodzi ciału czy zabija je. Jest raczej mechani-

*Szczegółowe informacje zobaczysz w moim artykule na temat pozytywnych oczekiwań na <http://www.enerchi.com/articles/positive-expectation-a-medical-miracle/>.

zmem leczniczym czy pomagającym w przetrwaniu, który powstaje, gdy życie człowieka jest zagrożone przez jeden lub kilka powodów omówionych w tej książce. Rak wskazuje na to, że ciało jest krytycznie nie zrównoważone i może umrzeć przez to, co wytrąca je z równowagi. Kiedy usłyszysz, że promieniowanie jonizujące czy aspiryna powodują niektóre najbardziej poważne i agresywne rodzaje nowotworów, bądź, proszę, świadomy, że będący ich wynikiem rak stanowi próby przetrwania czy wyzdrowienia, nie chorobę.

W tej książce wprowadzam jasne rozróżnienie pomiędzy przyczynami raka a jego objawami. Objawy takie jak wzrost guza nowotworowego rzadko wskazują, że ciało już próbuje odkryć ukryte przyczyny raka. Jeżeli nie będziemy wspierać ciała w tym procesie zdrowienia, lecz atakować je szkodliwymi zabiegami medycznymi, rak – proces leczniczy – może pozostać niekompletny i nowotwór może dalej się rozrastać i dlatego zostać uznany za *nieuleczalny*.

Celem tej książki jest dostarczenie ci wiedzy i zaufania do nieskończonej mądrości i inteligencji ciała, dzięki której proces zdrowienia może zostać ukończony, a organizm może wrócić do swojego naturalnego stanu równowagi i witalności.

Fizyczne przyczyny raka

Jeszcze raz powtórzę, nowotwór nie jest chorobą, która uderza przypadkowo i złośliwie. Jego wzmożone występowanie w naszej epoce jest tylko odpowiedzią organizmu na styl życia pełen chronicznej nierównowagi i przeładowania toksynami. Te toksyczne przeładowanie przybiera wiele form, dlatego można powiedzieć, że nowotwory mają wiele przyczyn. Nawiązałem już do wielu z nich, ale zróbmy ich krótki przegląd:

- Ekspozycja na chemikalia, szczególnie pestycydy i zanieczyszczenie powietrza.
- Przetworzona i sztuczna żywność (jak również często trujące opakowania), technologie bezprzewodowe, *brudna* elektryczność i promieniowanie z medycznych urządzeń diagnostycznych.
- Środki farmakologiczne.
- Niedobór ekspozycji na słońce i używanie kremów z filtrem przeciwsłonecznym.
- Otyłość, stres i złe nawyki żywieniowe.

Identyfikowanie źródeł raka

Aby odkryć i zrozumieć fizyczne przyczyny raka, musisz najpierw odpuścić pomysł, że nowotwór jest chorobą. Nie możesz akceptować obu rzeczy. Albo wierzysz we wrodzoną mądrość organizmu i jego zdolność do uzdrowienia się, albo nie. W pierwszym przypadku to, co twoje ciało robi w twoim imieniu, dodaje ci odwagi, a w drugim przypadku jesteś tym przerażony. W per-

spektywie to, co nowotwór oznacza dla ciebie, determinuje czy się uzdrowisz, czy będziesz kontynuować trudną walkę.

Powszechne przekonanie, że nowotwór jest chorobą, reprezentuje ogromną siłę, z którą konfrontuje się prawie każdy pacjent z nowotworem. Choć to przekonanie opiera się na błędnym założeniu, czym nowotwór jest w rzeczywistości, generuje to zaniepokojenie własnym zdrowiem, co z kolei jeszcze wzmacnia przekonanie o chorobie. Staranie się, by być zdrowym, pokazuje, że istnieje nierównowaga na wszystkich poziomach ciała, umysłu i ducha. Zrównoważona, zdrowa osoba nie *próbuje* być zdrowa. Nie próbuje nawet o tym myśleć. Jedynie akceptuje i wspiera swój organizm w jego naturalnej zdolności do samoregulacji.

Oto jak dochodzi do spontanicznych remisji. Organizm korzysta z maksimum swoich zdolności do uzdrowienia się, gdy nie jest zajęty stresem, strachem i szkodliwymi *metodami leczenia*. Jak zawsze z każdej sytuacji, włącznie z nowotworem, i z niej można się czegoś nauczyć. Chęć osoby do zmierzenia się, zaakceptowania i wyciągnięcia nauki z problemów, które nowotwór wywołuje na powierzchnię, obraca tę chorobą w celowe, potencjalnie podnoszące na duchu, a czasami nawet euforyczne doświadczenie. W czasie setek wywiadów przeprowadzonych w ostatnich 30 latach z osobami, które przetrwały raka, odkryłem, że prawie wszystkie łączyło jedno doświadczenie: nowotwór przyniósł najważniejsze i najbardziej pozytywne zmiany w ich życiach.

W naszym współczesnym społeczeństwie uczymy się polegać bardziej na wyglądzie zewnętrznym, a mniej na ukrytym pod nim szerszym obrazie. Taka jest natura życia, w którym dla każdego objawu istnieje będąca jego podłożem przyczyna. Jednak przyczyna jest ukryta i może wydawać się niezwiązana z objawem. Czysto mechanistyczne podejście do traktowania ciała stosowane w systemie medycyny alopaticznej zazwyczaj zawodzi w lokowaniu i leczeniu tych ukrytych przyczyn. Pozostają one niewykryte, chyba że zaczniemy widzieć ciało jako *proces* zorganizowany poprzez doskonałą kombinację energii, informacji i inteligencji, a nie tylko jako zbiór różnych części jak w prostej maszynie.

Traktowanie ciała, jakby składało się tylko z komórek i molekuł, jest jak stosowanie technologii prosto ze średniowiecza w naszym teraźniejszym świecie. Współczesne technologie i komputery powstały na zasadach informacji i energii, które wyszły na światło dzienne dzięki badaniom nad fizyką kwantową. Mimo to w odniesieniu do zrozumienia natury życia i leczenia ludzkiego ciała nadal polegamy na przestarzałych i niekompletnych zasadach

fizyki newtonowskiej. Zrozumienie sposobu, w jaki działa ludzkie ciało, staje się relatywnie proste, jeśli zastosujemy zasady fizyki kwantowej.

Jako świadomość, dusza czy duch, jesteś jedynym prawdziwym źródłem energii i informacji, które kieruje twoim ciałem. Twoja obecność w ciele i to co robisz, jesz, pijesz, czujesz i myślisz determinuje, jak dobrze twoje geny są zdolne kontrolować i podtrzymywać twoją fizyczną egzystencję.

Innymi słowy, chociaż geny wydają się rządzić esencjalnymi funkcjami organizmu, jak udowodniono w tysiącach prac naukowych, są one kontrolowane przez ciebie. Na przykład badania pokazały, że witamina D, którą nasz organizm produkuje w odpowiedzi na ekspozycję na słońce, reguluje ponad 2000 genów, które z kolei regulują nasz układ immunologiczny, trawienie, mechanizmy naprawcze i lecznicze, wartości krwi itd. Dlatego jeśli wybierzesz unikanie regularnej ekspozycji na słońce, dezaktywujesz te geny, sprawiając, że jesteś podatny na różne rodzaje mniej idealnych odpowiedzi leczniczych, włącznie z nowotworami. W ekstremalnym przypadku jeśli ty (twoja świadoma obecność) nie jesteś już obecny w swoim ciele, energia i informacje są wyciągnięte z każdej komórki. Ten stan znamy jako fizyczną śmierć.

Patrząc powierzchownie, możesz dojść do wniosku, że śmierć zmienia ciało w beładną stertę nieprzydatnych cząsteczek. Oczywiście jeśli masz szerszą perspektywę śmierci, będziesz zdolny dostrzec w niej początek nowego życia. Wszystkie atomy, które wcześniej tworzyły komórki, po prostu relokują się, by zebrać się ponownie w nowe formy, takie jak powietrze, woda, gleba, rośliny, owoce, zwierzęta czy inne istoty żywe. Życie nie kończy się wraz ze śmiercią, zmienia się tylko forma. Ponadto twoja świadomość pozostaje nietknięta przez to wszystko, ponieważ nie jest fizyczna i dlatego nie może zostać zniszczona.

Zatem jeśli tylko częściowo wyciągniesz swoją energię i zerwiesz celowe połączenie z jakimiś częściami swojego ciała, czy te części nie pogrążą się w chaosie i nie zaczną zachowywać się beładnie? Jest to stan, który medycyna nazywa *chorobą*, pojawiający się, gdy ciało nie zachowuje się w swój typowy, uporządkowany sposób. Jednakże choroba jest tylko iluzją postrzegania. Tak jak śmierć, choroba jest niczym innym jak dostarczycielką nowego życia. Jednak w odróżnieniu od śmierci, choroba oferuje nam możliwość przywrócenia naszego życia z zachowaniem jego fizycznej formy. Nowotwór pojawia się tylko wtedy, gdy część lub części w nas już nie są żywe – fizycznie, emocjonalnie lub duchowo. Nowotwór może wskrzesić te odrętwiałe, stłumione lub zatłoczone obszary, niezależnie od tego czy te problemy są fizyczne, czy нефизyczne.

To wskrzeszenie, które zaczyna się od zwiększonej uwagi kierowanej na te martwe strefy naszego życia, może wydarzyć się na wiele sposobów. Możemy stopniowo stać się świadomi, jak obawiamy się lub zaniedbujemy określoną część ciała, ciało jako całość, naszą przyszłość lub przeszłość, naturę, pożywienie, innych ludzi, przyszłość naszej planety czy inne sprawy. Nagle możemy zacząć zdawać sobie sprawę, jak głęboko skrywaliśmy intensywne negatywne emocje w stosunku do innych i do siebie albo możemy zauważyć, dlaczego pozwoliliśmy, by określone produkty spożywcze, napoje czy leki, na przykład przeciwbólowe, steroidowe i antybiotyki zanieczyściły nasze piękne ciało. Nowotwór jest pobudką popychającą nas do zabrania się za nasze życie, gdy czujemy, że nie jest zrównoważone czy znaczące.

Choroba, nowotwór, pojawia się tylko tam, gdzie kanały czy przewody zapewniające krążenie i eliminację produktów przemiany materii były konsekwentnie zablokowane przez długi czas. Ten rozdział dotyczy czysto fizycznych przyczyn nowotworu, chociaż aby dotrzeć do jego prawdziwego sensu, trzeba widzieć go również w kontekście emocjonalnych i duchowych przyczyn. Są one przedmiotem rozdziału trzeciego i czwartego.

Progresywne etapy raka

Ponieważ piszę tę książkę głównie dla laików, będę unikał uduziwniania jej złożonym medycznym żargonem i skomplikowanymi odniesieniami do badań naukowych. Zamiast tego objaśnię, krok po kroku, jak rozwija się większość nowotworów. Zobaczysz wspólną nić, która łączy objaw, nowotwór, z jego źródłem. Razem odkrywamy tajemnicę raka, przechodząc przez jego progresywne fazy w przeciwnym kierunku. Proszę, miej na uwadze, że każda przyczyna jest tylko efektem innej przyczyny. W końcu dotrzemy do źródeł nowotworu, które omówię w rozdziale czwartym.

Wcześniej wspomniałem, że komórka nowotworowa to taka, która utraciła zdolność do wypełniania swojej zaprogramowanej roli polegającej na zapewnieniu równowagi czy homeostazy w ciele. Zamiast spełniać swój naturalny obowiązek, komórka „zmienia zawód”, który można określić jako pracownika *kanalizacji*. To nie przypadek czy brak szczęścia, ale konieczność i błogosławieństwo pod przykrywką, że komórka nowotworowa wychwytuje szkodliwe produkty uboczne metabolizmu i połyka je. Jak zobaczymy, ten

materiał odpadowy nie ma szans na ucieczkę z otoczenia komórki, chyba że przez wygłodniałą komórkę nowotworową.

Powszechny konsensus wśród większości medyków i laików stanowi, że stopniowa *degradacja* normalnej komórki w komórkę nowotworową jest wynikiem przypadkowej pomyłki, której organizm dokonuje w jakiś sposób, być może ze względu na powody dziedziczne, często nazywane predyspozycją genetyczną. Ta teoria nie tylko przeczy logice, ale też wrodzonemu celowi ewolucji.

Każde wielkie odkrycie, którego dokonano, pokazało, że coś pozornie bezwartościowego czy nawet szkodliwego jest w rzeczywistości przepełnione znaczeniem i celem. Destrukcja kwiatu drzewa owocowego nie może być pomyłką z aktem autoanihilacji. To destrukcyjna siła powołuje odżywczy owoc do życia. Chociaż idea, że nowotwór jest śmiertelnością bronią, którą ciało tworzy, by się zniszczyć (chorobą autoimmunologiczną), jest oparta na testach medycznych, nie odzwierciedla to głębokiego naukowego wglądu i z pewnością zaprzecza wszelkiemu poczuciu mądrości i logiki. Czy potrzebujemy nowej, innej interpretacji tych testów, by naprawdę nadać sens nowotworowi i temu, dlaczego się pojawia?

Jak zostało wspomniane wcześniej, około 1900 roku tylko 1 na 8000 osób miała raka. Obecnie 1 na 2 osoby może spodziewać się, że rozwinię się u niej jakiś rodzaj nowotworu na jakimś etapie życia. W samych Stanach Zjednoczonych blisko milion ludzi umiera każdego roku na choroby chroniczne, większość z nich na raka. Nowotwory przewyższyły choroby serca jako pierwsza przyczyna śmierci. Co się tu dzieje? Nic w świecie natury nie sugeruje, że jest to normalne. Niewiedza o tym, czym nowotwór jest w rzeczywistości, sprawiła, że stał się niebezpieczną chorobą.

W każdym dniu twojego dorosłego życia ciało produkuje około 30 bilionów komórek. Średnio 1 procent z nich przechodzi zaprogramowaną mutację genetyczną i przeradza się w nowotwory. Twój układ immunologiczny jest zaprogramowany, by wykrywać te komórki i niszczyć je. Siły *czyszczące* organizmu są tak efektywne, perfekcyjnie zaplanowane w czasie i dokładne, że te anaerobowe komórki nie mają szans. Jednak esencjalne dla przetrwania organizmu jest, by tego rodzaju komórki nowotworowe tworzyły się każdego dnia. To zapewnia sytuację, w której układ immunologiczny jest wystarczająco stymulowany, by utrzymywać swoją zdolność do obrony i autooczyszczania, by była efektywna i aktualna.

To naturalnie wywołuje pytanie, dlaczego ten sam układ immunologiczny powstrzymuje się przed atakowaniem komórek nowotworowych, które zmutowały się w odpowiedzi na poważną blokadę (niżej zostanie to wyjaśnione). Pozwól, że zadam to samo pytanie w inny sposób: Dlaczego układ immunologiczny rozróżnia pomiędzy tymi dwoma rodzajami nowotworów i decyduje, by zniszczyć jedną grupę komórek nowotworowych, pozostawiając inną nienaruszoną?

To ważne pytanie zasługuje na odpowiedź. Nowotwory, do których odnosimy się generalnie jako do chorób, w rzeczywistości wcale nie są chorobami. Rak jest raczej rozszerzoną odpowiedzią immunologiczną pomagającą wyjaśnić istniejący stan toksycznej blokady, która dusi grupę komórek. Dlaczego układ immunologiczny miałby próbować zahamować swoje własne wysiłki, by zapobiec wejściu określonych toksycznych produktów przemiany materii do krwiobiegu i zabiciu organizmu? W takich warunkach komórki nowotworowe są zbyt cenne i użyteczne dla organizmu, by je wyeliminować.

Nawet jeśli przenikną do dróg limfatycznych i są transportowane do innych części ciała*, układ immunologiczny nadal będzie próbować utrzymać je przy życiu tak długo jak są użyteczne. Komórki nowotworowe nieprzypadkowo rozprzestrzeniają się po ciele. Mogą rosnąć w każdym miejscu, które również jest zapchane i pozbawione tlenu.

Zarówno zdrowe, jak i nowotworowe komórki w organizmie są otoczone zabijającymi nowotwory białymi krwinkami, takimi jak limfocyty T. Na przykład w przypadku raka nerek i czerniaka białe krwinki stanowią 50 procent masy nowotworu. Ponieważ limfocyty T z łatwością rozpoznają obce lub zmutowane komórki takie jak komórki nowotworowe, możesz oczekiwać, że te komórki immunologiczne od razu zaatakują komórki nowotworowe. Jednak układ immunologiczny pozwala komórkom nowotworowym zwerbować je, by doprowadzić do powstania większych guzów, a także rozwinąć je w innych częściach ciała. Komórki nowotworowe produkują specyficzne proteiny, które mówią komórkom odpornościowym, by pozostawiły je w spokoju i pomogły im rosnąć.

Dlaczego układ immunologiczny chce współpracować z komórkami nowotworowymi, by tworzyć więcej, a do tego większych guzów? Ponieważ nowotwór jest mechanizmem pomagającym przetrwać, a nie chorobą, przez którą organizm wykorzystuje nowotwór, by trzymać śmiertelne kancero-

* Nazywa się to *przerzutami*. Jednakże nie ma dowodów pokazujących, że przerzuty rzeczywiście występują. Bardziej prawdopodobne jest, że nowy nowotwór rozwija się w innych częściach ciała z tych samych powodów, z których rozwinął się pierwszy.

genne substancje i żrące odpady metaboliczne z dala od limfy i krwi. W ten sposób to zapobiega dostawaniu się toksyn do serca, mózgu i innych ważnych organów. Zabicie komórek nowotworowych w rzeczywistości zagroziłoby przetrwaniu organizmu.

To ważne, by wiedzieć, że organizm atakuje guz nowotworowy tylko gdy blokada doprowadzająca do wzrostu guza zostaje zerwana. Jak zostało wspomniane w rozdziale pierwszym, dzieje się tak na przykład w rezultacie poważnej infekcji takiej jak ospa wietrzna czy grypa. W dalszej części książki omówię inne powody pojawiania się spontanicznej remisji.

Blokada

Zatem o jakim rodzaju blokady tu mówimy i skąd się ona bierze? Pozwól mi zilustrować to następującym przykładem: W dużym mieście jak Nowy Jork ruch uliczny może przebiegać gładko w normalnych godzinach czy w niedziele, ale w godzinach szczytu na ulicach miasta nagle jest o wiele więcej samochodów, niż miasto może udźwignąć. W wyniku tego korki mogą zmusić cię do spędzenia godzin zamiast minut na dostaniu się z miejsca pracy do domu. W końcu jednak uda ci się dotrzeć do domu. Nazywam to czasową blokadą.

Jednakże sytuacja byłaby inna, gdyby zdarzył się poważny wypadek komunikacyjny ze względu na oblodzenie czy śnieg i drogi prowadzące do twojego domu byłyby zupełnie zablokowane. Ten wypadek wpłynąłby na każdy samochód czekający, by ruszyć dalej, chociaż nic nie stałoby się z samymi samochodami. Tak samo dotknięte byłyby ciężarówki dostarczające dobra do sklepów czy wywożące śmieci na wysypisko, matki w drodze do domu, by nakarmić dzieci, biznesmeni zmierzający na lotnisko, by zdążyć na samolot i tysiące innych użytkowników ruchu zatrzymanych z różnych powodów. Efekt jest taki sam dla wszystkich zaangażowanych osób – wszyscy są w równym stopniu niezdolni, by dotrzeć do celu. Jeśli ktoś nie usunie przyczyny blokady, pozostaną w miejscu pośród ogromnych ilości produkujących spaliny samochodów.

Jeśli ktoś przyjdzie i zaproponuje, że najlepszym sposobem na rozładowanie korka jest sprowadzenie dużego buldożera i zepchnięcie każdego z samochodów z drogi, pomyślisz, że postradał rozum, jednak tak właśnie medycyna alopacyjna radzi sobie z nowotworem. W przypadku nowotworu w organizmie rozwinął się bardziej lub mniej permanentny korek, ale został

on spowodowany przez blokadę w innym miejscu. Składniki odżywcze takie jak tlen i glukoza nie mogą już być dostarczane o swojego celu, a komórki nie mogą być oczyszczone z produktów przemiany materii. Zamiast, używając toksycznych leków czy chirurgicznych *buldożerów*, zniszczyć czy usunąć komórki, które zostały dotknięte przez zator, o wiele mądrzej byłoby odszukać początkową blokadę, która doprowadziła do zatrzymania wszystkiego.

W naszej analizie doszliśmy już do tego, że normalne komórki zmieniają się w nowotworowe, jeśli nie mają dosyć tlenu dla swojego metabolizmu. Bez metabolizmu komórkowego ciało stanie się zimne i pozbawione życia w ciągu kilku minut. Aby podtrzymać jakąś część metabolizmu w działaniu bez użycia tlenu, choć na poziomie dalekim od ideału, komórki muszą się zmienić (mutować) w anaerobowe, które są zdolne do utylizacji zebranych produktów przemiany materii i dostarczenia przynajmniej odrobiny potrzebnego organizmowi ciepła i energii. Obwinianie, a potem karanie tych komórek za taki akt instynktownej mądrości byłoby bardzo krótkowzroczne.

Jeśli szukasz powodu kryjącego się za tą sytuacją, jest to zator, który uniemożliwia tlenowi i innym składnikom odżywczym docieranie do komórek. Zasadniczo istnieje tylko jeden taki zator, chociaż ma dwa komponenty – zwężanie się ścian naczyń krwionośnych i zator dróg limfatycznych.

Zator

Pamiętaj proszę, że próbujemy prześledzić pochodzenie nowotworów, krok po kroku, przesuwając się od objawów i docierając do przyczyn. Zator czy przeszkoda, która powoduje korek, prawdopodobnie powstała z powodu rozbitego samochodu czy ciężarówki, ale w rzeczywistości doprowadził do tego inny czynnik, taki jak zmęczenie, rozproszenie wywołane przez rozmowę przez telefon komórkowy, zbyt szybką jazdę lub prowadzenie samochodu pod wpływem alkoholu.

W ludzkim organizmie taki korek może być wygenerowany przez zwężenie ścian naczyń krwionośnych, które uniemożliwia odpowiednie przechodzenie tlenu, wody, glukozy i innych składników odżywczych z krwi do komórek. Składniki odżywcze z krwi naturalnie przechodzą przez ściany naczyń krwionośnych i przenikają do komórek w procesie znanym jako osmoza. Po pozbyciu się swojego cennego ładunku krew wraca do płuc, wątroby i układu trawiennego, by zabrać go więcej.

Niektóre składniki odżywcze, takie jak woda i tlen, przechodzą przez ściany naczyń krwionośnych swobodnie, podczas gdy inne potrzebują pomocy w formie przenosicieli czy przewodników. Taką rolę odgrywa na przykład hormon *insulina*, wydzielany przez wyspecjalizowane komórki trzustkowe. Jest uwalniana, gdy wykryty zostanie odpowiedni bodziec. Do takich bodźców należą przyswajanie białek i obecność glukozy we krwi.

Gdy zostanie wydzielona do krwi przez trzustkę, insulina zabiera cukier (glukozę) z krwi i transportuje ją do komórek mięśniowych, tłuszczowych i wątroby, gdzie jest konwertowana w energię (adenozyno-5-trifosforan, czyli ATP) i przechowywana jako tłuszcz. Ten podstawowy proces metaboliczny, który jest odpowiedzialny za utrzymywanie całego ciała przy życiu i w zdrowiu, zostaje zakłócony, gdy ściany naczyń krwionośnych zaczynają się zwężać.

Dlaczego organizm pozwala, żeby ściany jego naczyń krwionośnych stały się węższe? Odpowiedź może cię zaszokować: by uchronić się przed atakiem serca, udarem czy inną formą nagłej degeneracji.

Najważniejszym płynem w ciele jest krew, ponieważ to ona dostarcza tlen do wszystkich tkanek ciała. Gdy krew staje się zbyt gęsta, całe ciało zaczyna cierpieć na niedobór tlenu. W zgęstniałej krwi płytki krwi pogarszają się i zaczynają się ze sobą zlepiać. To sprawia, że krwi jest ciężko przepływać przez drobne naczynia włosowate, które zaopatrują w tlen i składniki odżywcze komórki ciała. Jeśli komórki mózgu, tkanka nerwowa czy komórki serca zostaną odcięte od tlenu i dostawy składników odżywczych, może nastąpić cały szereg ostrych i chronicznych zaburzeń, włącznie z atakiem serca, wylewem, stwardnieniem rozsianym, fibromialgią, chorobą Alzheimera, chorobą Parkinsona, rakiem mózgu i wieloma drugorzędnymi problemami w całym organizmie.

Związek między białkami a nowotworami

Związek pomiędzy proteinami a rakiem stał się oczywisty, odkąd prowadzone na dużą skalę badania naukowe, włącznie z badaniami *chińskimi*, pokazały rzeczywistą nieobecność nowotworów u ludzi, którzy nie spożywają białka zwierzęcego. Relacja konsumpcji mięsa z ryzykiem nowotworowym została wykazana w setkach badań epidemiologicznych z wielu krajów, w których ludzie odżywiają się w różny sposób. W oparciu o pracę Richarda Dolla i Richarda Peto z 1981 roku (*Journal of the National Cancer Institute* 1981;66:1191–1308) obliczono, że średnio 35 procent (zakres 10-70

procent) nowotworów można przypisać diecie. Podobna jest skala wpływu palenia na nowotwory (30 procent, zakres 25-40 procent). Niedawno duże amerykańskie badania dostarczyły mocnych dowodów, że konsumpcja czerwonego i przetworzonego mięsa jest obciążona największym ryzykiem, jeśli chodzi o rozwój nowotworu.

W Narodowych Instytutach Zdrowia (NIH), w Oddziale ds. Badań nad Dietą i Zdrowiem, naukowcy Genkinger i Koushik z amerykańskiego Narodowego Instytutu Onkologicznego przebadali 494 000 uczestników. W trwających osiem lat badaniach (opublikowanych w *PLoS Med.*, grudzień 2007; 4(12): e345; online: 2007 grudzień 11. doi:10.1371/journal.pmed.0040345) naukowcy porównali częstotliwość występowania nowotworów wśród 20 procent uczestników, którzy spożywali najwięcej czerwonego i przetworzonego mięsa* z danymi 20 procent osób, które jadły go najmniej.

Wyniki badań były dramatyczne. Uczestnicy, którzy konsumowali najwięcej czerwonego mięsa, podlegali o 25 procent wyższemu ryzyku rozwoju raka odbytu w porównaniu do tych, którzy jedli najmniej, i o 20 procent wyższemu ryzyku rozwoju raka płuc**. Wysokie spożycie mięsa korelowało też ze zwiększonym ryzykiem raka trzustki u mężczyzn. W aktualnej metaanalizie na temat raka odbytu, obejmującej badania opublikowane do 2005 roku, wykazano, że spożywanie czerwonego mięsa wiąże się z ryzykiem zwiększonym o 28-35 procent, podczas gdy przetworzone mięso jest związane z ryzykiem zwiększonym o 20-49 procent.

Badacze wykazali, że 1 na 10 przypadków nowotworów płuc i odbytu można zapobiec przez ograniczenie spożycia czerwonego mięsa. Zgodnie z badaniami chińskimi i innymi badaniami nad nowotworami przeprowadzonymi w ciągu ostatnich 60 lat, nowotwory mogą naprawdę stać się rzadką chorobą, jeśli będziemy unikać białek zwierzęcych.

W innych badaniach odkryto związek pomiędzy konsumpcją mięsa a ryzykiem zachorowania na nowotwory pęcherza, piersi, szyjki macicy, macicy, przełyku, glejaków, nowotworów nerek, wątroby, płuc, jamy ustnej, jajników, trzustki i prostaty. Z drugiej strony istnieje wiele badań wskazujących na profilaktyczne działanie przeciwnowotworowe diety opartej na roślinach czy owocach i warzywach. Zaliczają się do nich badania opublikowane w czasopiśmie *American Journal of Epidemiology* (15 lipca 2007;166(2):170-

* Mięso pochodzące od ssaków takie jak wołowina, jagnięcina, wieprzowina i cielęcina oraz mięsa zakonserwowane przez solenie, wędzenie i peklowanie.

** Nowotwory płuc i odbytu są pierwszą i drugą wiodącą przyczyną śmierci w wyniku nowotworu.

80. Epub 7 maja 2007) i *Archives of Internal Medicine* (10 grudnia 2007; 167(22):2461-8).

Naukowcy z NIH prowadzący badania nad dietą zasugerowali, że mięso zawiera wiele kancerogennych składników, włączając niektóre tworzące się przez gotowanie i przetwarzanie (na przykład aminy heterocykliczne, nitrozaminy). Zauważyli też, że mięso zawiera inne potencjalne kancerogeny, włącznie z hemem (żelazem znajdującym się w mięsie), azotanami, azotynami, nasyconymi tłuszczami, antybiotykami, hormonami i solami.

W przypadku wszystkich tych substancji zaobserwowano, że oddziałują na metabolizm hormonów, zwiększają namnażanie się komórek, uszkodzenie DNA, powodują podwyższenie poziomu insulinopodobnych hormonów wzrostu i zwiększają uszkodzenie komórek przez wolne rodniki – a to wszystko może prowadzić do nowotworów. U dzieci, które jedzą przetworzone mięso, ryzyko rozwoju białaczki zwiększa się o 74 procent zgodnie z badaniami opublikowanymi w czasopiśmie *BMC Cancer* (styczeń 2009). U dorosłych konsumpcja przetworzonego mięsa, jak wiadomo, zwiększa ryzyko wystąpienia raka trzustki o 67 procent, a raka pęcherza o 59 procent. Już dwa gryzy dziennie zwiększają prawdopodobieństwo raka jelita grubego o 20 procent.

Co właściwie się dzieje, kiedy jesz mięso?

Jednym z najbardziej zagęszczających krew czynników są białka spożywcze, szczególnie pochodzenia zwierzęcego. Załóżmy, że jesz średni kawałek steku, kurczaka czy ryby. W porównaniu do mięsożernego zwierzęcia jak lew czy wilki, twój żołądek może wyprodukować tylko relatywnie mniejszą ilość, 1/20 kwasu solnego potrzebnego do strawienia posiłku z wysoką koncentracją białek.

Ponadto relatywne stężenie kwasu solnego w żołądkach kotów czy wilków jest co najmniej pięć razy większe niż u ludzi. Kot czy wilk może z łatwością zjeść i strawić kości kurczaka, podczas gdy człowiek nie może tego zrobić. Większość białek z mięsa przejdzie zatem niestrawiona do jelita cienkiego, gdzie albo zgnije (80 procent), albo przejdzie do krwi (20 procent).

Wątroba jest zdolna do rozbicia części wchłoniętych białek, co doprowadza do tworzenia się substancji odpadowych: mocznika i kwasu moczowego. Te produkty przemiany materii są przekazywane do nerek, by zostały wydalone z moczem. Jednakże wraz z regularną konsumpcją białek zwierzęcych,

włącznie z czerwonym mięsem, drobiem, rybą, jajami, serem i mlekiem, coraz więcej kamieni wątrobowych tworzy się w przewodach żółciowych wątroby*. To znacznie redukuje zdolność wątroby do rozbijania tych białek.

Białkowe pożywienie należy w ogóle do najbardziej kwasotwórczego i najbardziej zagęszczającego krew jedzenia. Dlatego gdy duża porcja protein kończy, krążąc w krwi, oczywiście doprowadza do jej zagęszczenia, więc aby uniknąć niebezpieczeństwa zawału serca czy wylewu, organizm próbuje zrzucić białka do płynów otaczających komórki (płyn tkankowy czy tkanka łączna). To rozrzedza krew i odsuwa nadciągające niebezpieczeństwa poważnych sercowo-naczyniowych komplikacji przynajmniej na jakiś czas. Jednak porzucone białka zaczynają zmieniać płyny międzykomórkowe w substancję przypominającą żel. W takich warunkach składniki odżywcze, które próbują dotrzeć do komórek, mogą zostać uwięzione w gęstej zupie, co zwiększa ryzyko śmierci komórki przez zagłodzenie.

Organizm próbuje uniknąć śmierci komórki, inicjując inną, nawet bardziej wyrafinowaną odpowiedź pozwalającą na przetrwanie, która jest bardzo pomysłowa. Aby usunąć białka z płynu międzykomórkowego, organizm przebudowuje proteiny i przekształca je we włókna kolagenowe, które w 100 procentach składają się z białek, (patrz: **Ilustracja 1**). W tej formie ciało jest w stanie wbudować białko w błonę podstawną ścian naczyń krwionośnych. Akomodując nadmierne białka błona podstawna może stać się osiem razy grubsza niż normalnie. Gdy ściany naczyń włosowatych są nasycone białkami czy włóknami kolagenowymi, ściany podstawne tętnic zaczynają robić to samo. To w końcu prowadzi do stwardnienia tętnic, co jest przedmiotem rozważań w rozdziale dziewiątym mojej książki *Ponadczasowe tajemnice zdrowia i odmładzania***.

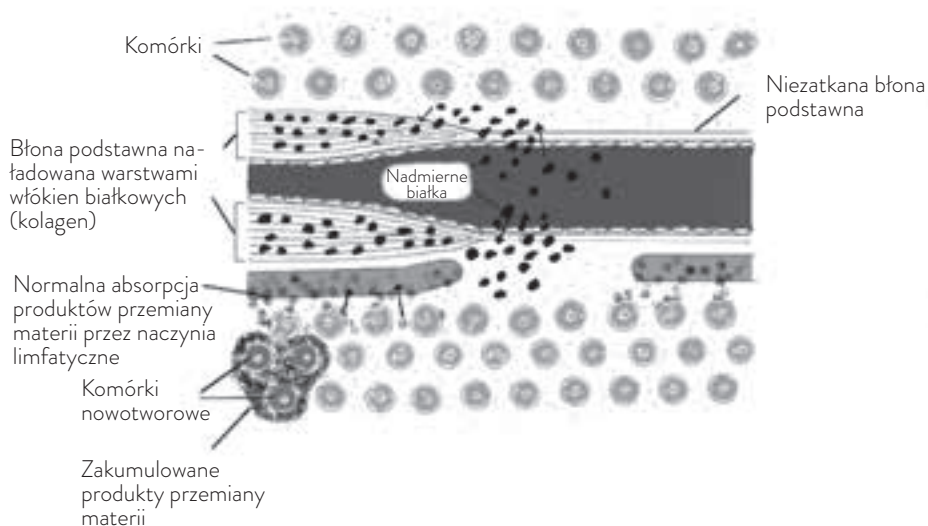
Teraz organizm musi zmierzyć się z jeszcze większym wyzwaniem. Grube ściany naczyń włosowatych (i możliwe, że również tętnic) stają się przeszkodą blokującą dopływ składników odżywczych do komórek. Ściany naczyń krwionośnych coraz bardziej uniemożliwiają tlenowi, glukozie, a nawet wodzie spenetrowanie białkowych barykad, a to pozbawia komórki esencjalnych składników odżywczych. Do komórek dostaje się mniej komórek. W rezultacie metabolizm komórki spada do niższego poziomu efektywności i zwiększa

* Zajrzyj do książki Rozszerzone oczyszczanie wątroby i woreczka żółciowego. Jak uniknąć współczesnych chorób, by poznać przyczyny tworzenia się kamieni w przewodach żółciowych i woreczku żółciowym oraz dowiedzieć się, jak usunąć je bezpiecznie i bez bólu.

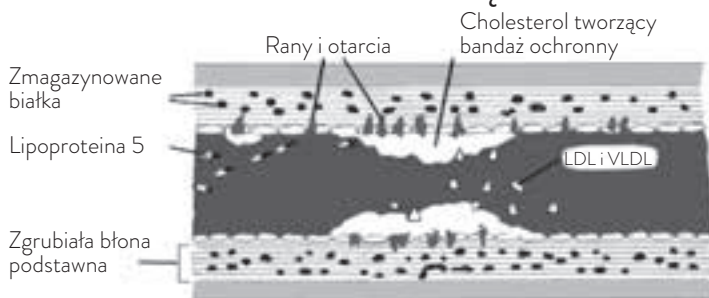
** Ta książka omawia głębokie przyczyny chorób serca, udarów i wysokiego poziomu cholesterolu oraz pokazuje czytelnikowi, jak usunąć te przyczyny w szybki i bezpieczny sposób.

się produkcja odpadów. Podobnie jak z silnikiem, który nie został odpowiednio wyregulowany i nie dostał odpowiedniej benzyny czy oleju.

Zgrubienie ścian naczyń włosowatych



Stwardnienie tętnic



Ilustracja 1: Gdy białka przestają krążyć we krwi

Nie licząc zatykających się ścian naczyń krwionośnych, w grę zaczynają wchodzić inne komplikujące sprawę czynniki. Część nadmiernych białek jest absorbowana przez drogi limfatyczne, które towarzyszą każdemu naczyniu włosowatemu. Te drogi limfatyczne i połączone z nimi węzły chłonne są zaprojektowane, by usuwać i detoksykować normalne ilości wytworzonych przez komórki produktów przemiany materii. Odprowadzają one również szczątki komórek, które powstają przez codzienną destrukcję 30 bilionów

wypalonych komórek. Skoro komórki składają się z białek, duża część zbieranych odpadów jest już wypełniona starymi proteinami z białek. Zmuszanie układu limfatycznego do przyjmowania dodatkowych białek z przyjmowanego pożywienia takiego jak mięso, ryby czy mleko po prostu przytłacza go i prowadzi do zastoju przepływu limfy i retencji płynów. W rezultacie zatkałe drogi limfatyczne są coraz mniej zdolne do wypełniania swojego zadania, jakim jest przejmowanie produktów przemiany materii z komórek. To z kolei prowadzi do zwiększonego stężenia produktów przemiany materii w płynach otaczających komórki.

Usuwanie węzłów limfatycznych w przypadku raka piersi – bezużyteczne i szkodliwe

Chirurgiczne usunięcie węzłów chłonnych i naczyń limfatycznych jako część standardowej procedury medycznej w przypadku pacjentek z rakiem piersi jest nie tylko bezużyteczne, ale też szkodliwe, zgodnie z badaniami opublikowanymi w czasopiśmie *The Journal of the American Medical Association* (*JAMA*.2011; 305(6):569-575.doi:10.1001/jama.2011.90).

W ramach tego przełomowego badania w 115 centrach medycznych poddano badaniom 891 kobiet z wczesnym nowotworem piersi i przyjrano się korzyściom z usunięcia węzłów chłonnych. Ich losy były śledzone przez średnio 6,3 roku.

Badania wykazały, że u kobiet, u których rak piersi rozprzestrzenił się na węzły chłonne, usunięcie węzłów nie zwiększyło ich średniej przeżycia. Po pięciu latach wśród pacjentek, którym usunięto węzły pod pachami, 82,2 procenta nadal żyło i było w fazie remisji w porównaniu do 83,9 procenta kobiet, które nie przeszły operacji.

To jeszcze nie wszystko. Usunięcie węzłów chłonnych zwiększyło też ich szanse na doznanie poważnych szkód. W rzeczywistości kobiety z badań, których węzły chłonne zostały usunięte, doświadczyły 70-procentowego wzrostu komplikacji w porównaniu do 25 procent kobiet, które nie przeszły operacji. Te komplikacje obejmowały infekcję, dolegliwości bólowe i obrzęk limfatyczny.

Zadziwiające dla społeczności medycznej było, że naukowcy odkryli, iż usunięcie węzłów chłonnych nie zabezpiecza przed rozprzestrzenianiem się nowotworu do innych węzłów chłonnych. To jasno zaprzecza hipotezie, że komórki nowotworowe kryjące się w węzłach chłonnych są odpowiedzialne za przerzuty (rozprzestrzeniając nowotwór).

Oto racjonalne powody będące podstawą powszechnego medycznego przekonania: „Przy usunięciu węzła chłonnego zawierającego komórki nowotworowe te komórki nie mogą dłużej przenosić się na inne węzły chłonne czy docierać do innych części ciała. Dlatego praktyka usuwania węzłów chłonnych jest niezawodną i efektywną metodą zapobiegającą przerzutom”. To brzmi logicznie i rozsądnie dla większości lekarzy i ich pacjentów. Jednakże teoria ma sens tylko wtedy, jeśli wierzysz, że komórki nowotworowe krążą, by zarażać inne komórki i sprawiać, że one też staną się nowotworowe. Jednak oczywiście jest to tylko inna hipoteza, której brakuje podstaw naukowych. Jak jasno pokazują powyższe badania, wycięcie węzłów chłonnych zawierających komórki nowotworowe nie robi nic, by nie dopuścić do rozprzestrzeniania się nowotworu.

Zawsze wypowiadałem się przeciwko usuwaniu tych ważnych dla życia części organizmu odpowiedzialnych za jego detoksykację i będących częścią systemu usuwania odpadów, który obejmuje naczynia limfatyczne i węzły chłonne. Pacjentki z rakiem piersi są wyjątkowo zależne od nienaruszonego układu limfatycznego. Czuję się zatem bardzo zachęcony przez tę grupę naukowców, która miała odwagę przeprowadzić tak ważne badania i otwarcie obnażyć jedną z najstarszych, najokrutniejszych i wybujałych procedur medycznych jako przekręt.

Ze względu na brak różnicy w przeżywalności czy nawrotach, usuwanie węzłów chłonnych jest NIEuprawnione. Przeprowadzone badania „definitywnie pokazały, że wycięcie węzłów chłonnych nie przynosi korzyści”. Ponadto „przeżycie było niezależne od stanu węzłów chłonnych”, stwierdzili autorzy badań. Dlaczego kobiety przechodzą przez taką wymagającą procedurę, jeśli nie przynosi ona korzyści?

Mimo dowodów naukowych centra medyczne, szpitale i lekarze, którzy albo nie wiedzą o tych badaniach, albo wybrali, by je ignorować ze względu na finansowe zyski, nadal wycinają kobietom węzły chłonne spod pach. W rzeczywistości niektóre prominentne instytucje nie wzięły nawet udziału w badaniach, jak twierdzą autorzy. Chirurdzy mają nadzieję, że *złe* wieści (że operacje węzłów chłonnych są niepotrzebne i szkodliwe) po prostu z czasem przeminą, jak często dzieje się w przemyśle medycznym. Poza tym media głównego nurtu nawet nie wspomniały o tych ważnych badaniach.

W przypadku kobiet, które poddały się usunięciu węzłów chłonnych spod pach, bardziej prawdopodobne jest, że w przyszłości nabawią się nowych problemów zdrowotnych. Co gorsza, szansa na prawdziwe wyleczenie ich

nowotworu jest znacznie zredukowana, a powrót raka bardziej prawdopodobny z tego powodu.

Autor artykułu towarzyszącego badaniu, dr Grant W. Carlson, profesor chirurgii w Instytucie Onkologicznym Winship na Uniwersytecie Emory powiedział otwarcie: „Mam przecucie, że wyrządzamy wiele szkody (rutynowo wycinając wiele węzłów chłonnych)”. Jednak ponieważ niewielu lekarzy i pacjentów zwraca uwagę na to przyznanie się dobrego lekarza do problemu, *wojna o pacjentów nowotworowych* będzie kontynuowana wszelkimi siłami.

Duszenie w toku

Konsekwencją zbierania się odpadów w środowisku komórki jest to, że zostaje nie tylko pozbawiona tlenu i innych ważnych dla życia składników odżywczych, ale ta komórka również zaczyna dusić się w swoich własnych produktach przemiany materii. Dramatyczne zmiany w środowisku komórek nie dają im żadnego innego wyboru niż zmutować się w *nienormalne* komórki, odpowiednio do okoliczności.

Do mutacji komórki nie dochodzi, ponieważ geny komórki miały zły dzień i zdecydowały się być złośliwe. Geny nie przełączają się w tę i z powrotem bez powodu. Genetyczne plany nie mają kontroli ani mocy, żeby cokolwiek zrobić. Są obecne tylko po to, by pomóc komórce się reprodukować. Jednakże plan genetyczny zostaje naturalnie zmieniony, gdy środowisko komórki przechodzi poważne zmiany. Przy drastycznie zredukowanym stężeniu tlenu w środowisku komórki geny z konieczności generują nowy plan. Pozwala on komórkom przetrwać bez tlenu i zamiast tego używać części produktów przemiany materii do pozyskania energii. Zmutowane komórki mogą przejść na przykład kwas mlekowy i poprzez metabolizowanie go są zdolne do pokrycia części swojego zapotrzebowania na energię. Chociaż ten nienormalny sposób metabolizmu komórkowego ma szkodliwe efekty uboczne, robiąc to, organizm może zapobiec, przynajmniej przez jakiś czas, śmiertelnemu zatruciu dotkniętego organu czy krwi. Przez podtrzymywanie chociaż części pozbawionych tlenu komórek przy życiu poprzez ich mutację organ jest chroniony przed nieodwracalną i nagłą zapaścią oraz niewydolnością. **Wszystkie te adaptacje sprawiają, że nowotwór jest mechanizmem służącym przetrwaniu, utrzymującym człowieka przy życiu tak długo jak pozwolą na to okoliczności.**

Nowotwory i choroby serca – te same przyczyny

Możesz być zainteresowany faktem, że wiele czynników, które mogą prowadzić do nowotworów, jest również ważnymi elementami chorób serca i naczyń krwionośnych. Jednym z najważniejszych jest lepkość krwi i prędkość, z jaką ona płynie. Gdy krew jest zbyt gęsta i płynie zbyt wolno, pacjent podlega wyższemu ryzyku powstawania skrzepów, które są znaną przyczyną przerzutów.

Inną sprawą, która dotyczy zarówno nowotworów, jak i chorób serca, jest tworzenie się nalotu w tętnicach. Konwencjonalna wiedza mówi nam, że jest to rezultat jedzenia zbyt wielu nasyconych tłuszczów, ale tak nie jest. Przełomowy artykuł opublikowany w 1994 roku w *Lancet* pokazał, że przy skrzepach aorty naukowcy zidentyfikowali 10 różnych komponentów w nalocie na tętnicach, ale ani śladu nasyconych tłuszczów. Odkryli jednak, że był tam obecny cholesterol, co tłumaczy jego rolę jako leczniczej maści na otarcia tętnic, jakie generują wewnętrzne skrzepy. Jednak cholesterol nie był odpowiedzialny za skrzepy, a nasycony tłuszcz nie był nawet obecny.

To jest tak sprzeczne z tym, czego uczono przez tak wiele lat, że możesz kwestionować, jak to może być możliwe. Jeszcze raz przypomnę, że natura demonstrowała tę zasadę w królestwie zwierząt przez tysiąclecia. Na przykład kot je prawie wyłącznie mięso, konsumując przez to mnóstwo nasyconych tłuszczów i cholesterolu. W tym kontekście konwencjonalna wiedza powiedziałaby, że koty powinny pozdychać jak muchy na zawały serca, ale tak się nie dzieje.

Warto wspomnieć w tym miejscu, że tylko ściany naczyń włosowatych i tętnic mogą magazynować nadmierne białka. Żyłki i żyły, w odróżnieniu od naczyń włosowatych i tętnic, są odpowiedzialne za przejmowanie produktów przemiany materii, dwutlenku węgla i przenoszenie ich do płuc. Zasadniczo transportują *pustą* krew, z której zostały już odciągnięte składniki odżywcze i przekazane do tkanek łącznych. Krew jest teraz gotowa, by powrócić do płuc i przejąć molekuly tlenu, węgla, azotu oraz wodoru z powietrza. Te cztery składniki tworzą w organizmie aminokwasy, które są potrzebne do rozkładania białek*.

Gdy krew przechodzi przez układ pokarmowy, przejmuje inne składniki odżywcze potrzebne do zapewnienia energii i odżywienia komórek, a może

* Więcej szczegółów na temat samowystarczalności białkowej organizmu możesz znaleźć w części poświęconej wegetarianizmowi mojej książki *Ponadczasowe tajemnice zdrowia i odmładzania*.

i białka ze źródeł odzwierzęcych. Skoncentrowane białka (jakie znajdują się na przykład w mięsie, rybach, drobiu, jajkach, serze i mleku) nigdy nie są przechowywane w ścianach żyłek i żył, a tylko w ścianach naczyń włosowatych i tętnic. Depozyty białek w błonie podstawnej* naczyń włosowatych i tętnic uszkadzają i wywołują stany zapalne w komórkach, które składają się na te naczynia krwionośne.

Aby poradzić sobie z tymi ranami i otarciami, organizm przyłącza ochronne płytki, włącznie z cholesterolem, do wnętrza ścian tętnic, aby zapobiec przedostawaniu się niebezpiecznych skrzepów krwi do krwioobiegu i powstawaniu zawałów serca i udarów. Żyłki i żyły z drugiej strony zawsze pozostają wolne od płytek, ponieważ ich błona podstawna nie jest wystawiana na działanie niszczących protein. Z tego powodu kardiochirurdzy są zdolni pobrać żyły z nóg i użyć ich jako bajpasów na blokady tętnic. Jednakże żyła umieszczona w miejscu tętnicy wieńcowej staje się wystawiona na działanie nadmiernych białek i w rezultacie zaczyna tworzyć ochronne płytki wzdłuż wewnętrznych ścian.

Płytki zawierające cholesterol zyskały złą sławę, ponieważ niewielu lekarzy jest świadomych ich prawdziwego celu. Gdyby więcej ludzi wiedziało, że *zły* cholesterol (LDL) zapobiega krwawieniom i zapychaniu ścian tętnic oraz tworzeniu się możliwych zagrażających życiu skrzepów krwi, moglibyśmy odbierać *zły* cholesterol jako *ratujący życie* cholesterol. Pytając swojego lekarza, dlaczego tak zwany *zły* cholesterol przyczepia się tylko do tętnic, a nie do żył, chociaż jest obecny zarówno we krwi tętniczej, jak i żyłnej, możesz wzbudzić w nim ciekawość, dlaczego cholesterol działa w ten sposób. Może on odkryć, że cholesterol nie jest tu wrogiem. W rzeczywistości organizm używa cholesterolu LDL do leczenia każdej rany, wewnętrznej i zewnętrznej. Cholesterol naprawdę ratuje życie.

Przywołałem temat stwardnienia tętnic, ponieważ choroby serca i nowotwory nie różnią się w radykalny sposób. Łączą je dwa wspólne czynniki: zatkanie ścian naczyń krwionośnych i blokada limfatyczna. Skoro komórki serca nie mogą stać się nowotworowe, kiedy zostają pozbawione tlenu na określony czas, obumierają z powodu zakwaszenia i po prostu przestają działać. Nazywamy to zawałem serca, chociaż w rzeczywistości nie jest to zawał, tylko wynik braku tlenu. W innych częściach ciała podobne pozbawione tlenu środowisko prowadzi do tego, że niektóre komórki są zdolne, by dalej

* W normalnych warunkach to bardzo cienka membrana, która wspiera komórki stanowiące ścianę naczyń krwionośnych i utrzymuje je w miejscu.

żyć, ale nie bez przejścia mutacji w komórki nowotworowe. Innymi słowy, nowotwór tkanek może pojawić się w organizmie tylko wtedy, gdy układ krążenia (obejmujący naczynia krwionośne i limfatyczne) ucierpiał przez utrzymujący się przez długi czas zator.

Śmierć w tłuszczach trans

Białka nie są jedyną przyczyną wywołującego nowotwory zatoru. Określone tłuszcze, znane jako kwasy tłuszczowe trans, powszechnie nazywane *tłuszczami trans*, przyczepiają się do ścian komórek i przez to sprawiają, że komórka nie otrzymuje wystarczająco dużo tlenu, glukozy, a nawet wody. Pozbawione tlenu, odwodnione komórki zostają uszkodzone i stają się nowotworowe.

W szczególności konsumpcja wielonienasyconych tłuszczów zawartych w rafinowanych i pozbawionych witaminy E produktach, takich jak oleje roślinne, majonez, sosy do sałatek i większość rodzajów margaryny prowadzi do zwiększonego ryzyka nowotworów, szczególnie raka skóry. Ponieważ większość produktów zawierających białka zwierzęce również zawiera tłuszcze, które są poddawane działaniu wysokiej temperatury podczas przygotowania pożywienia, czy nawet dodane tłuszcze, jak w przypadku smażonego na głębokim tłuszczu kurczaka czy paluszków rybnych, ryzyko zachorowania na nowotwór wzrasta dramatycznie, gdy te produkty żywnościowe są łączone i jedzone regularnie. Należy podkreślić, że produkty zawierające skoncentrowane białka i rafinowane tłuszcze uniemożliwiają tlenowi wnikanie do komórek.

Jednakże istnieją też określone tłuszcze, które mogą być potężną bronią przeciwko nowotworom – takim tłuszczem jest szczególnie oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia. Zgodnie z artykułem opublikowanym w czasopiśmie *Archives of Internal Medicine* (1998 r.), spożywanie wielonienasyconych tłuszczów zwiększa ryzyko rozwoju raka piersi o 69 procent. Dla kontrastu jedzenie tłuszczów jednonienasyconych, jakie znajdują się w oliwie z oliwek, redukuje ryzyko zachorowania na raka piersi o 45 procent. Badania opublikowane w czasopiśmie naukowym *BMC Cancer* pokazały, że polifenole, silne antyoksydanty występujące naturalnie w oliwie z oliwek z pierwszego tłoczenia, są efektywne w zapobieganiu oraz rozprzestrzenianiu się nowotworów piersi.

Faktycznie, dieta śródziemnomorska najbardziej związana z regularną konsumpcją minimalnie przetworzonej oliwy często jest łączona z mniejszą częstotliwością występowania różnych nowotworów oraz chorób serca. Jest tak, ponieważ oliwa z oliwek zapobiega oksydacyjnym uszkodzeniom, regu-

luje funkcjonowanie płytek krwi (zapobiegając przez to tworzeniu się skrzepów) i łagodzi stany zapalne.

To znajduje się oczywiście w mocnym kontraście do rezultatów konsumpcji wielonienasyconych tłuszczów, które przyciągają wiele wolnych rodników i utleniają się, stając się zjełczałe, gdy są wystawione na działanie powietrza. Wolne rodniki są generowane, gdy molekuly tlenu tracą elektron. To sprawia, że są wysoko reaktywne. Jedzenie tych agresywnych tłuszczów powoduje, że przyczepiają się do ścian komórek w podobny sposób jak olej, który wyciekł do morza, utrzymuje się na powierzchni i oblepia oraz dusi ptaki i morskie stworzenia. Dlatego aktywność wolnych rodników w takich tłuszczach poważnie niszczy komórki, tkanki i organy. Podczas gdy jesteśmy zależni od wygenerowania przez organizm określonej liczby wolnych rodników, by mógł uzdrawiać się i oczyszczać, wprowadzanie do organizmu utlenionych tłuszczów może zalać go tymi odpadoźercami, wywołując stany zapalne i uszkodzenia komórek.

Wolne rodniki mogą formować się w rafinowanych, wielonienasyconych olejach i tłuszczach, gdy są wystawione na działanie powietrza i słońca przed konsumpcją. Wolne rodniki mogą też formować się w tkankach po tym jak oleje czy inne tłuszcze zostaną spożyte. Wielonienasycone tłuszcze są trudne do strawienia, ponieważ są pozbawione naturalnego błonnika i nie są chronione przed wolnymi rodnikami przez swojego naturalnego obrońcę, witaminę E. Ta ważna witamina, która jest silnym antyoksydantem, jest usuwana przez proces rafinacji. Na przykład jedzenie hamburgera z frytkami może doprowadzić do zalania twojego ciała wolnymi rodnikami. Jednakże oskarżanie wolnych rodników o powodowanie uszkodzeń w organizmie jest jak winienie kuli o spowodowanie ran u ofiary postrzału, gdy w rzeczywistości odpowiedzialna jest osoba, która pociągnęła za spust.

Nasycone tłuszcze są twarde i znajdują się w produktach takich jak smalec i masło. Zawierają duże ilości naturalnych antyoksydantów, co sprawia, że są bardziej bezpieczne przez oksydacją przez wolne rodniki. Ponieważ wielonienasycone tłuszcze są wytwarzane i nie istnieją w naturalnej formie, są niestrawne, a organizm rozpoznaje je jako niebezpieczne. Margaryna na przykład różni się tylko jedną molekułą od plastiku i dlatego jest niezwykle trudna do strawienia. Wolne rodniki, które są naturalnymi oczyszczaczami ciała, próbują pozbyć się tłuszczowych winowajców, którzy przyczepiają się do ścian komórek. Gdy wolne rodniki trawią te szkodliwe tłuszcze, niszczą też ściany komórek. Uważa się to za główną przyczynę starzenia się i chorób degeneratywnych.



Książka prezentuje całkowicie nowe, radykalne rozumienie raka, które znacząco odbiega od tego, jak większość lekarzy postrzega tę chorobę. Pokazuje, że nowotwór nie jest próbą dla Twojego życia, a szansą na ocalenie go. Autor wyjaśnia, jak odczytywać mądrość natury, działanie wolnych rodników i czemu nie wolno bagatelizować zatorów w wątrobie. Dowiesz się też, dlaczego powinieneś unikać popularnych leków przeciwnowotworowych, aspiryny czy środków na artretyzm. Poznasz emocjonalne przyczyny raka i czynniki zwiększające ryzyko choroby, w tym alkohol, cukier czy fluorki.

Odzyskasz zdrowie wykorzystując szereg naturalnych metod eliminowania nowotworów, takich jak cudowny lek, czyli kurkumina, światło słoneczne, ćwiczenia fizyczne i właściwa dieta. Zrozumiesz, dlaczego objawy menopauzy zabezpieczają przed rakiem piersi i jak istotne jest wysypianie się. Dowiesz się, czym jest Graviola, MMS, Ashwagandha, zioła Indian Ojibwa, organiczne kryształki siarki i mieszanka syropu klonowego z wodorowęglanem sodu. Poznasz również inne użyteczne terapie antynowotworowe.

Rak – nowe spojrzenie, nowe szanse

Patroni:



Cena: 59,50 zł

ISBN: 978-83-65846-27-3



9 788365 846273