ПРОТИВОРАКОВЫЙ ПРОТОКОЛ ДОКТОРА БЕРНАРДО МАХАЛКА

«Рак – не смертный приговор, а просто очень большое неудобство».

Др. Бернардо Махалка

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ ПЕРЕВОДЧИКА

Бернардо Махалка посвятил 60 лет медицине и 40 лет лечению пациентов с 4й стадией рака. Он спас сотни, а может быть, и тысячи жизней от «неизлечимых» стадий рака. В том числе Д-р Махалка вылечил и себя самого от рака простаты примерно за 30 дней.

Бернардо воевал в Корее, куда уехал с 4000 другими медиками, и вернулось лишь семеро через год. Поэтому Др. Махалка посвятил свою жизнь спасению жизней и решил, что не даст никому умереть под его опекой.

Принципы этой книги просты, но применять их нужно дисциплинированно и чётко в сотрудничестве с врачом.

Данная брошюра переведена на русский бесплатно в помощь всем тем, кто хочет вылечиться от этой непростой болезни и жить!

Посвящается перевод одной удивительно-замечательной и прекрасно-бесподобной девушке, которая прошла через эту «долину смерти» и вышла с другой стороны – светлее, сильнее, умнее, милее. Как она поняла, прямо перед выздоровлением – «тусить» в долине смерти долго уже нет смысла. Все понимания поняты, все нужные ошибки исправлены, все нужные методики открыты.

Её рассказ об излечении от 4-й стадии скоро можно будет прочитать в книге и посмотреть в интервью.

Мы благодарим её за вклад, сделанный в этот мир своим непростым путём, и предвкушаем тот вклад, который она сделает в мир своими творениями и делами.

Но это уже другая история…

Перевод на русский:

Наташа Гейльман
Владимир Резников **(vladimirarc@yahoo.com)**

Редакция и коррекция:

Ярослав Запрягин
Елизавета Васильева

ВСТУПЛЕНИЕ

По всему миру, в тех странах, в которых в силу экономических и политических соображений не ограничиваются права человека на выбор способов лечения, рак продолжают лечить – и вылечивать.

Наша программа лечения требует строгого соблюдения инструкций вашего лечащего врача. Диету, соковый протокол, чаи и программу приема добавок необходимо соблюдать точно, что может потребовать от вас кардинально изменить свой образ жизни. Вначале может быть непросто внедрить эту программу, но награда – выздоровление и здоровье – облегчит эти трудности. Помните: в вашем прошлом образе жизни было что-то, что привело к гипоксии (кислородному голоданию). Рак мог быть вызван вашей диетой, стрессом, токсичными веществами, пренебрежением и плохим обращением с телом или негативными эмоциями.

Как было доказано блестящим биохимиком, двукратным лауреатом Нобелевской премии доктором Отто Варбургом, 35-ти процентный уровень гипоксии является единственной причиной рака. Все ваши системы, органы, кровь, кости и ткани тесно связаны и сложным образом воздействуют друг на друга, а ваши эмоциональные **состояния** оказывают огромное воздействие на ваше благосостояние.

Эта книга предназначена не для того, чтобы служить руководством по самолечению, а в качестве пособия для вашего врача, который будет применять нашу программу. Для того, чтобы раковые пациенты выздоравливали быстрее, и чтобы это выздоровление проходило лучше и было более полноценным, в данную программу постоянно вносятся результаты новых исследований и открытий. По мере того, как поступает новая информация, это руководство для пациентов будет обновляться.

Жизненно важно, чтобы вы точно следовали инструкциям в этой книге и указаниям вашего врача. Никогда нельзя отклоняться от правил программы, не посоветовавшись со своим врачом. Ваша диета очень важна – ваше решение съесть кусочек чего-то, запрещенного программой, может привести к тому, что это будет тем самым «кусочищем», которое приведёт к повышению кислотности в теле и вызовет сильнейшую боль. Даже не думайте о том, чтобы «устроить трапезу» или «сжульничать», так как ваша жизнь зависит от того, будете вы следовать этому протоколу или нет.

Несколько раз внимательно прочтите всю книгу и убедитесь, что вы понимаете ВСЕ инструкции. Если вам что-то непонятно, сразу же спросите своего врача.

Ваш успех на этой программе зависит от того, насколько вы преданы своему здоровью и готовы:

- Следовать диете
- Проходить pH тестирование
- Проводить мышечное тестирование всех продуктов до того, как употреблять их
- Сохранять положительный настрой
- Расслабляться на солнце до 11-ти утра или после 3-х часов дня

Эта программа была разработана приверженными своему делу врачами: гематологами, бактериологами, фармакологами и другими профессионалами искусства лечения, которые следуют основному правилу Гиппократа «Не навреди» и чья единственная цель – вылечить. Используя последние исследования и безопасные, опробованные и эффективные методы лечения эти профессионалы приведут вас к выздоровлению.

ОБЗОР ПРОГРАММЫ

Данный протокол работает с каждой сферой вашей жизни (физической, умственной, эмоциональной и духовной) и по всем направлениям в каждой сфере. Ведь все области жизни зависят друга от друга и каждой части программы необходимо следовать, чтобы обеспечить быстрое и полное выздоровление. Итак, компоненты программы таковы:

- Тестирование pH (кислотности или щёлочности – смотрите страницу 7)
- Мышечное тестирование
- Диета/Правильное питание
- БАДы, принимаемые орально
- Спорт (упражнения)
- Гелиотерапия (солнечный свет в полном диапазоне)
- Нетоксическое регулирование боли
- Избавление от стресса и негатива
- Поддержка на физическом, эмоциональном и духовном уровне
- Дисциплина своего настроя и разума
- Избавление от токсических веществ
- Уход от отрицательных электромагнитных полей
- Уход от токсичной продукции индивидуальной гигиены
- Уход от токсичной продукции у себя дома

Мы считаем, что Вашему выздоровлению также поможет самообразование.

Чем больше Вы знаете и понимаете, тем выше вероятность, что Вы будете следовать всем программам этого протокола и получите наибольшую пользу.

Всегда следуйте инструкциям своего врача и данному протоколу.

Если у Вас есть хоть какие-либо сомнения в потреблении чего-то или о том, начинать или не начинать какую-то терапию, *спросите у своего врача перед тем, как это сделать!*

ОНКОМАРКЕРЫ (ОПУХОЛЕВЫЕ МАРКЕРЫ)

Результаты ваших анализов крови тщательно рассматриваются и оцениваются, а также они помогут вашему врачу отслеживать Ваше состояние. Онкомаркеры – это показатель активности рака: чем выше маркер, тем активнее рак. По мере улучшения состояния, маркеры будут падать.

Название анализа	**В каких разновидностях рака встречается**
CEA (Раково-эмбриональный антиген)	В раке толстой кишки, лёгких, метастатическом раке груди, раке поджелудочной, желудка, простаты, яичника, мочевого пузыря, конечностей, нейробластоме, лейкемии, остеогенной карциноме
CA 125 (Рак яичников 125)	Яичника, фалопиевы трубы, матки, эндометрия, вульвы, поджелудочной
PSA (Простатический специфический антиген)	Рак простаты
ALP Щёлочная фосфатаза	Остеосаркома, гепатоцеллюлярная карцинома, метастазы в печени, первичные или вторичные опухоли костей
CA-BA (рако-ассоциированный антиген груди)	Рак груди
PAP (Простатическая кислая фосфатаза)	Простаты, лейкемия
LDH актатдегидрогеназа	Острый лимфобластный лейкоз, неходжинская лимфома, саркома Юинга, нейробластома, карцинома семенников, рак печени
TPA (Тканевый полипептидный антиген)	Желудочно-кишечный тракт, мочеполовая система, рак груди, лёгких, щитовидной
CT (Кальцитонин)	Щитовидной железы, лёгких, груди, поджелудочной, печени, почек, карциноид
CA 10-9 (Антиген рака)	Онкомаркер: толстой кишки, лёгких, желудочно-кишечного тракта
CA 15-3 (Антиген рака)	Онкомаркер: грудь

ВАЖНОСТЬ ТЕСТИРОВАНИЯ PH

В вашем теле рак, потому что ваше тело стало кислотным. У всего живого в природе pH колеблется от 1 - очень кислотно (например, пары соляной кислоты) до pH 14, очень щёлочно (например, Drano, и другие щёлочные очистители). В крови pH составляет 7,24. Нормальное pH тела должно быть от 7,2 и до 7,5.

Как только вы просыпаетесь утром, проверяйте свою слюну на pH. Чем ниже pH, тем активнее ваш рак. У всех неизлечимых пациентов pH будет на уровне 5 или ниже. На уровне 4,5 человек умирает.

Таким образом, совершенно необходимо поднять кислотный pH до уровня выше 7,2. От кислотности раковый пациент будет чувствовать сильную боль, терять аппетит, а также ощущать чрезмерную слабость. Боль сравнима с болью, как если бы вам ввели уксус, у которого pH – 5,3.

Чтобы помочь избавиться от боли, раковому пациенту дают обезболивающие, такие как морфин, кодеин, викодин и т.д. Обезболивающие могут помочь снять боль, но от них организм ракового пациента станет ещё более кислотным.

Обычно требуется 12 недель, чтобы поднять pH так называемого «неизлечимого» пациента до уровня выше 7,2. Однако, благодаря недавнему открытию в виде жидкой добавки под названием ASEA, пациент обычно достигнет pH выше 7,5 за срок от 7 до 10 дней.

Во многих случаях изменение в pH слюны поможет человеку от боли. В теле человека pH слюны является показателем щёлочности или кислотности. pH выражается цифрой, где 7 – это нейтральная среда (не кислотная и не щёлочная; менее 7 – кислотно, и более 7 – это щёлочно. На уровень кислотности в теле влияют разные факторы: сколько вы пьёте жидкости, сколько в вашей жизни движения и физических нагрузок, ваш обмен веществ, количество спорта или движения, ваше эмоциональное состояние, а также время дня.

Лакмусовая бумага даёт нам способ мгновенно измерить уровень pH в диапазоне между 5,5 и 8

- **Каждое утро первым делом до того, как вы выпьете воды или почистите зубы:**
- Оторвите 5 см бумаги pH от рулона
- Поместите бумагу на поверхность языка на 10 секунд
- Сравните цвет pH бумаги с цветовой схемой на держателе рулона pH
- Если цвет **желтый**, у вас возможно есть рак. Особенно если pH показывает 5 или цвет не меняется
- Если цвет **зеленый или синий (голубой)**, ваш организм достаточно ощёлочен, и шансы рака очень незначительны
- Если бумага **слегка позеленеет**, это может указывать на наличие артрита (который на самом легко искоренить).
- Ведите дневной график уровня pH с указанием даты

Лимоны (несмотря на свою «кислотность») вызывают щелочную реакцию. Если у вас раковые боли, отличный способ уменьшить боль – это пить воду с добавлением свежего лимонного сока, что приводит к приливу щёлочи (высвобождению бикарбоната натрия). Боль также можно ослабить, выпив 120 мл воды, в которой нужно растворить чайную ложку соды – это нейтрализует молочную кислоту.

ПОМНИТЕ: большинство раковых болей происходит от того, что вы подпитываете рак сахаром! Сахар превращается в молочную кислоту, которая подпитывает рак. Для раковых пациентов запрещены ВСЕ естественные и искусственные виды сахара, включая мед и сироп агавы.

КАК ПРОВЕРЯТЬ СЛЮНУ

Для тестирования слюны вам понадобится лакмусовая бумага: как, например полоски pHydrion.

Мы рекомендуем полоски с разбросом от 5,5 до 8

Каждое утро первым делом до того, как вы выпьете воды или почистите зубы:

- Оторвите 5 см бумаги pH от рулона
- Поместите бумагу на поверхность языка на 10 секунд
- Сравните цвет pH бумаги с цветовой схемой на держателе рулона pH
- Над цветом будет указан номер – запишите номер и дату в календарь и сообщите ваш номер pH д-ру Бернардо

Записывать ваш pH очень важно для вашего здоровья. Обязательно делайте это каждое утро, до тех пор, пока вам не сказали обратное.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

УКАЗАНИЯ ПО ДИЕТЕ

- ВСЯ еда и все добавки должны пройти мышечное тестирование перед их поглощением
- Употребляйте продукты, которые максимально близки к своему естественному состоянию. Переработанные и видоизменённые продукты, а также продукты, с портящими качество примесями, имеют пониженную оздоровительную ценность. Невозможно поддерживать иммунитет "мёртвой" пищей.
- Ешьте как можно больше натурально выращенных продуктов. Продукты, выращенные на химически удобренной почве, которую удобряли и поливали пестицидами, принесут вам гораздо меньше пользы, чем органические продукты, выращенные на высоко минерализованной почве с хорошим содержанием органических веществ.
- По крайней мере 50% всех продуктов, которые вы употребляете, должны быть сырыми.
- Внимательно читайте этикетки на продуктах. Готовьте еду как можно ближе ко времени её употребления.
- Готовьте только то количество, которые вы можете съесть. Не ешьте никакие остатки – это мертвая еда.
- Сделайте прием пищи как можно более радостным. Не спешите, расслабьтесь и наслаждайтесь едой – это поможет пищеварению.
- Не пейте большого количества воды во время еды. Вода – это не еда. Вместо этого пейте свежие овощные соки или чаи Essiac, Purple la Pacho, pH Tea, Green Gunpowder (чай Эссиак, чай «Сиреневый Лапачо, чай «pH tea» и чай "зелёный порох").
- Если вы незнакомы с тем, как использовать натуральные продукты, найдите и купите кулинарную книгу, где есть рецепты натуральной кухни.
- Всегда завтракайте не позже, чем через час после пробуждения.
- Если вы в чем-то сомневаетесь – не ешьте это. Посоветуйтесь со своим врачом.
- Перерывы между приемами пищи и питьем не должны быть больше 3-х часов.

Что должно входить в ежедневную диету

- **180** мл свежего овощного сока – 2 раза в день. Обязательно пейте его через соломинку.
- **2** порции зеленых «листовых» овощей
- **1** порция водорослей или дайкона (японской редьки)
- **250** мл чая **(Essiac, Purple la Pacho, pH Tea, Green Gunpowder) 2 раза в день**
- 1 свежий салат из сырых овощей
- **Белки (мясо, рыба, бобовые, и т.д.) свести к минимуму.**

ПРИМЕЧАНИЕ: Если в вашу программу входит препарат Имуплюс, обязательно выпивайте 2 пакета 2 раза в день с козьим молоком или водой. Если хотите, можно добавить корицу, мускатный орех или 100% натуральную стевию.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПИЩИ

- Используйте как можно меньше воды при приготовлении соков или еды на пару.
- Промывайте все овощи и фрукты с помощью нетоксичных чистящих средств.
- Приготовление в духовке: еду можно слегка запечь на «гриле» в духовке (гриль сверху),
- Также рекомендуется запекание в духовке (с обеих сторон) при низкой температуре и в горячем сухом воздухе.

Используйте следующие кухонную утварь:

- Нержавеющая сталь
- Чугун
- Стекло
- Стеклокерамика
- Боросиликатное стекло (стекло Pyrex)
- Эмалированная керамическая посуда (сперва проведите тест на свинец)
- Соковыжималка, растирочный аппарат или пресс (Рекомендуемые бренды: Champion, Norwalk, Juice Man & Jack Lalanne)
- Кухонные комбайны
- Тёрки
- Зернодробилки

Не используйте следующие кухонную утварь:

- Микроволновая печь
- Алюминиевая фольга и/или сковородки
- Кастрюли с тефлоновым или антипригарным покрытием
- Электрические блендеры (поскольку они убивают ферменты), используйте соковыжималку.
- Всё, что выделяет чрезмерное количество тепла или дыма: жарка, жарка на углях и/или жарка в стиле «барбекю».

<u>РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ – «ПОЛЕЗНО»</u>

(*) Особенно важно есть
(+) Есть только в случае
одобрения вашим лечащим врачом
(#) Ешьте в умеренных количествах

ВОДА – ТОЛЬКО **дистиллированная** **или родниковая**	**СУП (*)** Свежий, домашний
МОЛОКО – Миндальное молоко Козье молоко	**ХЛЕБА -** Только Иезекиильский хлеб
(*) САЛАТЫ - зеленолиственные	**<u>(*) ЧАЙ</u> -** Sierra Madre (Сьерра Мадре). Purple La Pacho. pH или Green Gunpowder (чай «Сиреневый la Pacho», «чай pH» и чай "Зелёный порох")
(*) МОРСКИЕ РАСТЕНИЯ Агар-агар Араме (Eisenia bicyclis, разновидность водорослей) Красные водоросли Dulse (пальмария) Хизики (коричневые водоросли)	**<u>(+)</u> ФАСОЛЬ И БОБОВЫЕ - только** Адзуки Черные бобы Чечевица
Комбу Нори Вакаме	**<u>СОКИ</u>** (*) Свежий грейпфрут (177 мл.) (*) Свежая овощная смесь (*) Морковный сок с авокадо

(+) СЫР - ИЗ КОЗЬЕГО МОЛОКА, козьих сливок, Бри и Хаварти

(#) СОЛЬ Только морская соль	**РОСТКИ** (Не старше 5 дней)
СЕМЕНА <u>- Свежие, сырые и несоленые</u> Семена льна Тыквенные семена Семена кунжута Семена подсолнуха	**КАРТОШКА** Красная - запеченная или приготовленная на пару (ешьте кожуру) Ямс

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ – “ПОЛЕЗНО" (продолжение)

РЫБА - Свежая морская рыба, не питающаяся падалью

Треска

Акула

Луциан

Солея

Форель

Тунец

(+) МЯСО - только

Буйвол

Олень

Коза

Ягненок

ОРЕХИ - свежие, сырые и несоленые

Кешью
Грецкие орехи
Миндаль
Фундук
Кедровые орехи
Орехи макадамия
Орехи Пекан
НИКАКОГО АРАХИСА

(*) ЗЕРНОВЫЕ - только цельные зерна

Амарант
Коричневый рис
Греча
Пшено
Тритикале
Дикий рис

ФРУКТЫ - ИСКЛЮЧЕНЫ, кроме следующих:

Авокадо
Ягоды, любые желаемые ягоды, каждый день
Зелёные яблоки / сорта Granny Smith
Японские маринованные сливы (Умэбоси)
Лимоны

РАЗРЫХЛИТЕЛЬ ДЛЯ ТЕСТА - ТОЛЬКО БЕЗАЛЮМИНИЕВЫЙ

ПОДСЛАСТИТЕЛЬ: ТОЛЬКО 100% НАТУРАЛЬНАЯ СТЕВИЯ!!!

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ – “ПОЛЕЗНО" (продолжение!)

ОВОЩИ И ТРАВЫ - только свежие

Артишоки
Спаржа
Авокадо
Молодые побеги бамбука
Ростки фасоли
Свёкла
Листья свеклы
(*) Брокколи
Китайская листовая капуста Пак-чой (листья, стебли)
(*) Брюссельская капуста
Кочанная капуста
Морковь (Только вместе с авокадо/в виде сока)
(*) Цветная капуста
Сельдерей
Мангольд (Листовая свекла)
Цикорий
Шнитт-лук (Лук скорода)
Кинза
Листовая капуста
Огурцы
Цикорий салатный (Эндивий)
Салат-эскариоль
Чеснок
Имбирь
Зеленые бобы
Зеленый лук
Хикама
Кудрявая капуста (Кале)
Кольраби
Лук-порей
Листовой салат
Грибы
Молодые листья горчицы
Окра (Бамия)
Лук репчатый
Петрушка
Пастернак
Перец
Перец пименто (свежий)
Картофель (только красный или белый)
Тыква
Редис
Ревень
Брюква
Шпинат
Стручковая фасоль
Кабачки (Акорн, Баттернат, Йеллоу Винтер, Цукини)
Репа
Листья репы
Водяные каштаны
Жеруха обыкновенная (Водяной кресс)
Ямс (сладкий картофель)

«НЕ» РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ - «НЕ ЕШЬТЕ»

- **Хлеб: ЛЮБОЙ (кроме Иезекиильского)**
- **Разрыхлитель для теста с Алюминием**
- **Фасоль и бобовые -** (Кроме проросших менее 5 дней)
- **Рожковое дерево**
- **Хлопья: НИКАКИХ ХЛОПЬЕВ -** Включая овсянку (ничего из коробки)
- **Шоколад**
- **Кукурузный крахмал** (вместо него используйте арроурут)
- **Рыба -** копченая или солёная
- **Мука - рафинированная**
- **Паста, лапша -** сделанная из рафинированных или обработанных зёрен
- **Рафинированные или обработанные продукты**
- **Соль (**за исключением морской соли)
- **Моллюски – *ВСЕ***
- **Проростки** старше 5 дней
- **Газированные напитки -** ***ЛЮБЫЕ в том числе без содержания сахара*** **или** ***Имбирный эль/пиво***
- **Томаты (Томаты Черри есть можно)**
- **Уксус**
- **Вода -** фторированная или из-под крана
- **Увядшие (залежавшиеся, сморщенные) фрукты и овощи**

Молочные продукты (кроме сырого козьего молока и сыра сделанного из козьего молока)

- Сыр (Есть ТОЛЬКО то, что есть в СПИСКЕ рекомендованных продуктов)
- Сливочное масло
- Маргарин
- Молоко
- Йогурт

Напитки

- Алкогольные напитки
- Какао
- Кофе
- Напитки со льдом
- Безалкогольные напитки/газированные напитки

Фрукты - ВСЕ, кроме

- Авокадо
- Яблоки (зелёные) Granny Smith (Грэни Смит)
- Японские маринованные сливы (Умэбоси)
- Лимоны (свежие)

«НЕ» РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ – «НЕ ЕШЬТЕ» (продолжение)

Сахара - Все, включая Агава Коричневый сахар Кукурузный сироп Мёд Кленовый сироп Меласса Заменители сахара Белый сахар	**Сладости - Все, включая** Торты Конфеты Печенье Заварной крем Желатин Мороженое Выпечка Соусы
Зерна ЛЮБЫЕ очищенные или обработанные зерна Белый рис	**Соки** ЛЮБЫЕ фруктовые соки (консервированные, замороженные или подслащенные)
Мясо - Любое мясо Бекон Говядина Мясные закуски Колбасы Свинина Телятина	**Домашняя птица – ВСЕ, включая** Курица - Можно только ту, что была выращена на свободном выгуле Утка Гусь Фазан Индейка

СОКИ

Примечание редактора: поскольку в оригинале все меры объема и длины даны в дюймах и унциях, то переводы в метрическую систему слегка округлены для удобства.

Используйте свежие натуральные фрукты и овощи для достижения наилучших результатов. Соки содержат ферменты, которые полезные для восстановления организма

#1 - Ферментный сок
- 1 Яблоко Грэнни Смит
- 1 морковь
- 1/2 огурца
- 1/2 свеклы
- 0,5 см. редьки Дайкон (выглядит как белая морковь)
- 7 стеблей спаржи (ПРИГОТОВЛЕННЫХ)
- 1 чашка брокколи
- 0,5 см. свежего имбиря
- 2 Брюссельской капусты
- 1,5 см. ломтика свежего Ананаса
- Пейте ферментный сок только через соломинку, в течение 20 минут после приготовления сока

#2 - Авокадо-морковный сок
- 1/2 Авокадо, поместите в чашу и хорошенько раздавите и перемесите его
- Добавить 220 грамм свежего морковного сока в смесь авокадо
- Дать авокадо-морковному соку постоять 30 минут и пить только через соломинку

Польза авокадо-морковного сока состоит в содержании абсцизовой кислоты, которая помогает организму в построении иммунной системы.

#3 Сок из спаржи
- Поместить свежеприготовленную спаржу в соковыжималку, достаточно, для приготовления 120 грамм (около 8-10 стеблей)
- Пейте 120 грамм сока из спаржи 2 раза в день, как только приготовите и только через соломинку
- Не более 220 грамм в день

ЛИБО
- Съедайте 1 маленькую банку спаржи каждый день

#4 - Сок ростков пшеницы
- Поместите свежие ростки пшеницы в соковыжималку, достаточно, для приготовления 120 грамм [НАЧНИТЕ с 50 грамм]
- Пейте 120 грамм сока ростков пшеницы 2 раза в день, как только приготовите и только через соломинку
- Не более 220 грамм в день
- Если вы поймете, что от сока ростков пшеницы вам становиться не по себе, не пейте его.

Польза сока из ростков пшеницы: *Очищает кровь, органы и желудочно-кишечный тракт от отходов; стимулирует обмен веществ обогащая кровь, а также помогает снизить кровяное давление, расширяя кровеносные пути по всему телу.*

Где найти ростки пшеницы:
На сайтах iHerb или Ozon (если вы в России), в магазинах Java Juice по миру, в соковых барах Henry's (которые есть в большинстве магазинов в Калифорнии), в фирме Evergreen Juices Inc.

(Канада). Во многих магазинах здорового питания, где есть соковые бары. Часто ростки пшеницы можно заказать оттуда и вам доставят ее прямо на дом.

Добавки

Следуйте вашей личной программе, который может включать оральное принятие большого количества добавок каждый день. Некоторые пациенты считают, что их личный протокол включает такое количество ежедневных добавок, что это кажется им непосильным! Наши пациенты рассказывают, что программа, которая в начале казалась им невозможной или в лучшем случае сильно раздражала, вскоре стала чуть ли не удовольствием. А происходит это потому, что приём добавок приносит телу прилив питательных веществ и следовательно вызывает чувства силы и благополучия.

Принятие добавок, рекомендованных по вашему протоколу, крайне важно для выздоровления. Вы не должны пропускать ни один приём ни одной добавки.

Это означает, что вы (или тот, кто вам помогает) должен отвечать за то, что у вас всегда есть нужные добавки. Позаботьтесь о том, чтобы у вас было нужное количество всех рекомендованных добавок. Никогда не ждите до последней минуты, чтобы заказывать их.

НЕ рассчитывайте на то, что в аптеке или у поставщика всегда будет нужная вам продукция на полке в тот момент, когда она вам нужна. **ПЛАНИРУЙТЕ ЗАРАНЕЕ!**

НЕ покупайте добавки в местных магазинах здоровой пиши, если это не точно такие же добавки, которые включены в ваш протокол.

Все наши добавки тестируются на электрический заряд. Многие подобные бренды токсичны, и содержат небольшое количество бензола или иных элементов, которые истощат электрическую энергию вашего тела и приведут к усталости.

«Человеческое тело лечит себя само,
а правильное питание даёт
ему нужные для этой цели ресурсы»
— Роджер Уильямс, Доктор наук

МЫШЕЧНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

Доктора нашли очень простой и верный метод определить, есть ли у вас реакция на какую-либо еду или какое-либо вещество и не является ли это вещество вредным для вас. Способ называется «Мышечное тестирование». Также, этот процесс известен как «Кинезиология» и это настолько простой процесс, что многим людям сложно поверить, что он правда работает. Пусть вас не вводит в заблуждение его простота: Мышечное тестирование – это не суеверие и не шаманский ритуал, а научно доказанный метод.

Мышечное тестирование имеет важнейшее значение для вашего лечения. Оно поможет вам убедиться, что никакие продукты или вещества, которые вы потребляете, не являются для вас вредными. Необходимо мышечно-тестировать всё. И по мере того, как меняется ваше состояние, также и реакции вашего тела на разные продукты и вещества будут меняться. Если какое-то вещество даёт «положительную» реакцию сегодня, это вовсе не значит, что завтра она не будет «отрицательной» и что оно не станет вредным для вашего организма.

Дополнительные данные про "Мышечное тестирование" можно найти в книге Джона Даймонда - "ВАШЕ ТЕЛО НЕ ЛЖЁТ" (доступна на русском).

ВСЕГДА ТЕСТИРУЙТЕ ВСЁ перед тем, как что-либо употребить.

Процедура мышечного тестирования:

- В стоячем положении, расслабленно опустите правую руку, поднимите левую вбок и держите её параллельно земле, распрямив руку в локте.
- Пусть ваш друг встанет напротив вас и поместит левую руку на ваше правое плечо, чтобы помочь вам сбалансироваться.
- Пусть ваш друг поместит свою правую руку на вашу вытянутую левую, чуть выше запястья – то есть, совсем рядом с запястьем в сторону локтя.
- Приготовьтесь: вам нужно будет сопротивляться, когда вашу руку будут толкать вниз. Поместите свою правую руку посередине груди – ваша ладонь должна соприкасаться с грудью.
- Пускай ваш друг надавит на вашу левую руку, толкая её вниз – быстрым, сильным и ровным движением. Смысл в том, чтобы просто проверить пружинистость и эластичность вашей руки. Не нужно давить так сильно, чтобы ваши мышцы устали. Задача не в том, чтобы проверить, кто сильнее, а в том, чтобы посмотреть, могут ли мышцы активировать плечевой сустав, чтобы сопротивляться толчку. Заметьте каким было ваше сопротивление и насколько сильно опустилась рука.
  Это и есть ваша точка отсчёта.

  А. Начните со свежего лимона, и вы заметите силу в вашей руке
  Б. Повторите процедуру с чем-то сладким, и вы увидите, насколько рука опустилась. Падение руки говорит о том, что то, что вы тестируете для вас **ВРЕДНО**.

- Теперь возьмите продукт, препарат для укола или БАД, который вы хотите протестировать в правую руку. Держите тестируемое вещество прямо в центре груди – так, чтобы оно соприкасалось с грудью.
- Повторяйте шаги от 1 до 5.

Если вы неспособны сопротивляться и вашу руку легко опустить или же если она опускается ниже точки отсчёта, это означает, что данное вещество **НЕ ПОЛЕЗНО** для вашего организма: **ЕГО НЕ НУЖНО ЕСТЬ или ПРИНИМАТЬ.**

Если вы можете противостоять с такой силой как в первый раз (когда была нейтральная проверка) или ещё сильнее, то данное вещество вам не повредит и можно принимать.

НИКОГДА!!!
НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ НИКАКУЮ ЕДУ ИЛИ ДОБАВКУ ЕСЛИ ВЫ СПЕРВА ЕЁ НЕ ПРОТЕСТИРОВАЛИ МЫШЕЧНО.

И помните: ваше тело меняется каждый день и еда или вещество, которые оказались «Полезными» вчера сегодня могут оказаться «Вредными».

«Вся жизнь – это путешествие: по каким мы пойдём дорожкам, на что мы будем оглядываться, а на что смотреть вперёд – решаем мы.
Мы сами решаем наше место назначения, по какой дороге пойти
и насколько мы счастливы, когда добрались»
— Стевен Тайлер, американский певец, автор песен

РТУТЬ

За 60 лет лечения так называемых «неизлечимых раковых пациентов», мы ни разу не видели человека, у которого не было бы загрязнения от ртути.

Амальгамовые пломбы содержат 51% ртути, которая является одним из самых токсичных элементов на нашей планете. Это известно с 1920-го года. Более 12 000 статей подтверждают, что пломбы с амальгамой ртути весьма токсичны.

Ртуть парализует лимфоциты – ту часть нашей иммунной системы, которая отвечает за то, чтобы собирать раковые клетки в крови и передавать их красным кровяным клеткам для разрушения.

Чем человек старше, тем больше в нём токсичности. Те, кто жуют жевательную резинку, подвержены парам от амальгамовых пломб. Также, если учитывать, что мы дышим примерно 17 000 раз в день, понятно, что эта ртутное отравление влияет на каждую часть тела. Это объясняет, почему мы видим у пациентов с серьёзными хроническими заболеваниями так много ртути в анализах мочи и волос.

Рак, хроническая усталость, фибромиалгия – вот лишь несколько болезней, которые могут быть вызваны отравлением ртутью.

У нас был пациент, который ослеп. В престижном Калифорнийском университете пациентке сказали, что у неё истерическая слепота – только, никто не проверил её уровни ртути.

Когда эта пациентка пришла к нам в клинику, и мы сделали ей анализ волос, мы обнаружили «промышленный» уровень ртути (выше, чем 2.5 ug/g*) в её организме. После того, как её амальгамовые пломбы были удалены, ежедневно ей давали 100 граммов (100,000 мили-граммов) Витамина С орально на протяжении 2 недель, а затем по 6-8 граммов на протяжении 12 недель. Через четыре месяца к ней полностью вернулось зрение, и высокотоксичные уровни ртути снизились на 98%. Лаборатория, где делали анализ, сообщила, что это был самый высокий уровень ртути, что они когда-либо обнаруживали, и что они удивлены, что пациентка не умерла от ртутного отравления.

*Заметка переводчика: нормальным уровнем ртути считается менее 20 ug/L – 20 миллиграммов на литр. После 800 миллиграммов на литр человек может умереть. У данной пациентки были 25 миллиграммов на грамм, то есть – если я не ошибаюсь – где-то в 3 раза выше уровня, при котором можно умереть.

ПОДДЕРЖКА

Ваша группа и система поддержки очень важна для вашего выздоровления.

Никогда не общайтесь с негативными людьми или с людьми, которые не поддерживают вас и те решения, которые вы принимаете на выбранном вами курсе лечения.

Для вашего процесса выздоровления жизненно важно окружить себя любящими вас людьми (любящая семья, друзья, сотрудники, ваша церковь или духовный наставник), которые поддержат вас и курс лечения, выбранный вами.

Во многих городах есть группы поддержки для больных раком – такие группы вдохновляют, поднимают ваш настрой, поддерживают и организовывают разные занятия и мероприятия.

Если новая программа покажется вам трудной, мы можем дать вам имена наших пациентов, победивших рак, и вы сможете работать вместе с ними. Победители рака – это огромный источник поддержки, так как они прошли через этот процесс – и выжили.

«В конце концов вы поймете, что любовь излечивает всё,
и что, любовь – это единственное, что есть»
— Гэри Зукав, американский автор и педагог

ЗЛОСТЬ И ГНЕВ

Со всеми сильными негативными эмоциями (как злость, враждебность, негодование, возмущение и обида) совершенно необходимо разобраться ТОТЧАС ЖЕ и без исключений, не важно, какова их причина.

Вы должны искать и найти проблемы, которые стоят за этими чувствами. Негативные эмоции и любые, связанные с ними чувства, очень разрушительны для вашего здоровья и выздоровления.

Негативные эмоции будут питать ваш рак и могут резко повысить онкомаркеры, иногда даже на 200 баллов в день. Если вы не сможете отпустить ненависть, злость, гнев, враждебность, обиды или прошлую боль, это не просто вам помешает, это вас убьёт. Можно быстро дойти до точки невозврата – **СМЕРТИ.**

Что было, то сплыло, что прошлое, то прошло и этого не вернуть – это вне вашей зоны контроля.

Вся ваша ненависть и все остальные отрицательные эмоции – это вода, протёкшая над дамбой, как мы говорим, или – дела давно минувших дней. ЭТО ДЕЛО ПРОШЛОГО, и для вашего процесса выздоровления данный принцип очень важен. Эти отрицательные чувства нужно отбросить, отложить, забыть, чтобы вы могли двигаться дальше.

НЕОБХОДИМО ОТПУСТИТЬ.
НУЖНО ПРИЙТИ К МИРУ С СОБОЙ И С ДРУГИМИ.
НЕОБХОДИМО ПРОСТИТЬ.

Относитесь к этим отрицательным эмоциями, как к злобным ядам, которые будут питать ваш рак и непременно приведут к вашей смерти. Держитесь подальше от людей, которых вы ненавидите, или к которым питаете злобу или обиды, и разберитесь со своими чувствами СЕЙЧАС. Отпустите и двигайтесь дальше.

За два года к нам пришли двадцать две женщины с раком груди: у семнадцати из них рак был на почве злости между ними и их мужьями или молодыми людьми. Если вы не можете решить ваши проблемы и избавиться от злости, то может стоит рассмотреть развод или расстаться с таким человеком. Те женщины, которые развелись, сегодня живы и здоровы, а остальные умерли в течение шести месяцев после возвращения к тем же отношениям, где царили негатив и ненависть.

Прямо СЕЙЧАС вы должны воспользоваться любым и каждым способом выживания, доступным вам, или же найти новые инструменты – чтобы справиться с негативными эмоциями и избавиться от них. На место ненависти, злости или враждебности должны прийти любовь, мир, прощение и понимание.

Любите страстно
Живите сегодня
Вдыхайте каждую секунду полной грудью
Простите и отпустите

ВАШ НАСТРОЙ

Ваш положительный настрой и эмоциональное состояние играют не менее важную роль, чем ваша диета, и настолько же важны для вашего выздоровления и дальнейшего здоровья.

Радуйтесь еде и пусть приём пищи будет приятным. Не спешите. Жевать нужно хорошо и медленно. Прислушивайтесь ко вкусу и получайте удовольствия и от вкусовых ощущений, и от текстуры еды. Будьте благодарны. Пусть ваше окружение будет настолько приятным, насколько возможно. Да будет свет, да будет жизнь! Приглашайте на завтрак, обед или ужин друзей. Потребляемая пища крайне важна для выздоровления, а как вы её принимаете повлияет на то, как тело её переварит и усвоит.

Многие повара уверят вас, что бывает выходят разные блюда при тех же ингредиентах, количества и при том же рецепте. Если шеф-повар зол, то блюда не сравнится с тем, которое приготовлено в радости. Да и комплиментов от посетителей не будет.

Поддерживайте положительный настрой в мыслях и чувствах. Направляйте все свои силы на то, чтобы избавиться от негативных эмоций и мыслей. Пусть у вас будет хотя бы полчаса в день тихого времени – чтобы медитировать или молиться, оставляя все свои заботы позади, направляя всё внимание на что-то положительное, что вам помогает. Может оказаться непросто тренировать разум нацеливаться на положительные мысли. Пусть отрицательные эмоции и мысли будут для вас происками дьявола. Будьте богатырём и побеждайте.

Не забывайте каждый день смеяться. «Радостное сердце лечит как лекарство». Старайтесь найти радость в чём-то, что может казаться трагичным. Исследования говорят о том, что некоторые химические вещества (эндорфины) выпускаются в тело во время смеха и стимулируют иммунитет. Многие работники сферы здравоохранения догадываются о том, что многие положительные, способствующие здоровью, воздействия радости и смеха ещё пока не открыты. В своей книги «Анатомия болезни с точки зрения пациентов», автор Норман Казинс писал о том, что смотрел старые комедии и смеялся, чтобы победить смертельную болезнь, и что этот смех сыграл важнейшую роль в его выздоровлении. Сходите на уроки йоги-смехотерапии и радуйтесь смеху.

Исследователи доказали, что все эти факторы – осанка, выражение лица, мысли и эмоции – действительно влияют на организм и здоровье. Когда у нас боль или болезнь, мы можем положительно повлиять на иммунитет, если будем просто притворяться, что нам весело и радостно через язык тела. Даже если мы не чувствуем этого счастья, похоже, что в результате наших улыбок, прямой осанки, насвистывания при прогулке и физических выражений счастья, многие системы тела получают сигналы здоровья и сразу пускаются выполнять приказ.

Зачастую многие люди, которые поклоняются Богу и при этом поют с высокоподнятой головой, машут поднятыми вверх руками и ликующе выражают радость и благодарность, чувствуют после такой молитвы благополучие и некое свечение здоровья. Никто и никогда не находил вредных побочных действий от улыбок, смеха или прыганья от радости. Быть может, если мы будет каждый день выражать счастье жестами и выражениями (даже если не хочется и не «чувствуется»), то мы бы улучшим своё здоровье, а затем и правда почувствуем радость этого благополучия?

Может быть полезными придумать свою собственную несложную молитву или аффирмацию запомнить её и пользоваться ей, когда на вас отовсюду нападают негативные мысли или чувства. Один пациент, который сегодня уже полностью выздоровел, написал вот что:

«Сейчас я жив и много за что благодарен. Моё тело быстро ИЗБАВЛЯЕТСЯ от всего вредного, с чем сталкивается, и сегодня я представляю себе, как я буду себя чувствовать, когда пойму в первый раз, что в прекрасном здоровье, и так себя уже и чувствую. Это чувство удивительного облегчения, безмерной благодарности и огромного желания радоваться жизни и извлечь из жизни всё. Каждым вдохом и выдохом, каждым действием, каждой мыслью, я благодарю Бога за этот прекрасный и изумительный дар жизни».

УЛЫБАЙТЕСЬ!!

«Настрой требует мало усилий, но даёт много результатов»
— Уинстон Черчилль

СПОРТ. СВЕЖИЙ ВОЗДУХ. СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ.

Спорт, свежий воздух и солнечный свет прописаны по весьма важным причинам.

Если вы каждый день двигаетесь (или не двигаетесь), это может напрямую повлиять как на скорость, так и на полноценность вашего выздоровление, а также на это влияют качество воздуха, которым вы дышите и количество солнечного света, которое получаете ежедневно.

Это не просто нечто рекомендуемое, это нечто обязательное.

Физические упражнения (всегда консультируйтесь с вашим врачом до того, как начинать ту или иную программу упражнений или спорта).

Известно, что спорт и физические упражнения приносят пользу нашему организму, но такие простые занятия как работа в саду или огороде, уборка дома, растяжка, йога или любые положительные движения не менее полезны для тела. *В движении – жизнь, в застойности – смерть.*

По мере того, как ваши силы растут и вам становится всё комфортнее, добавляйте дополнительные упражнения в ваш распорядок дня. Займитесь спортом для отдыха, например: плаванием, бадминтоном или настольным теннисом – даже кидать подковы (американская игра) может быть полезно. Поддерживайте максимальную активность. Купите себе беговой или велосипедный тренажёр и занимайтесь, пока смотрите свою любимую передачу. А если вы будете кататься на обычном велосипеде, то сможете не только насладиться природой (и свежим воздухом), но и вернуть себе те ощущения, что вы испытывали, когда были ребёнком и катались на велосипеде.

Прогулки

Ежедневные прогулки полезны сразу же с двух сторон: движение и свежий воздух. Гуляйте по меньшей мере дважды в день по 20 минут, на свежем воздухе – в парке, подальше от улиц и выхлопов. Пока вы гуляете, подышите глубоко – там, где воздух чист и свеж. Держите голову выше, радуйтесь прогулке и натренируйте себя гулять в темпе «радостным шагом». Но вы не должны задыхаться и должны ходить так, чтобы можно было при ходьбе рассказать алфавит.

Свежий воздух

Вы уже зарядились свежим воздухом на прогулках, а теперь постарайтесь улучшить качество воздуха, которым вы дышите, дома и на работе. Возможно, стоит купить очиститель воздуха.

Солнечный свет

Когда солнечные лучи попадают на тело, это помогает нам перерабатывать и лучше усваивать многие из необходимых питательных веществ. Помните про Витамин Д? Солнечный витамин!

Каждый день необходимо быть на солнце не менее 16 минут. Солнечный свет должен поступать с обеих сторон, спереди и сзади – по 8 минут с каждой. На солнце надо быть ДО 11:00 утра или ПОСЛЕ 15:00 дня.

Пусть ваши занятия спортом принесут вам радость и удовольствие.

РАСТЯЖКИ

Каждое утро растягивайтесь по 15 минут.

В зависимости от состояния здоровья, возможно у вас получится растягивать всё тело, а возможно нет.

Начинайте медленно и растягивайте как можно больше конечностей и суставов – но так, чтобы не было боли.

Ежедневные растяжки поддержат гибкость в вашем теле. Растягиваясь, двигайте пальцами ног, ногами, бёдрами, руками от плеча до запястья, пальцами рук, шеей и позвоночником. Также, растягивайте мышцы лица – корчите рожицы.

Вы можете найти много книг, где описаны простые и эффективные упражнения по растяжке.

Очень полезны упражнения из легкой йоги или йоги для начинающих. Может быть стоит сходить к физиотерапевту, чтобы разработать личную, лучшую для вас, программу растяжки.

Также, если вы находились в одном и том же положении на протяжении 15 минут или дольше, стоит сменить сидячее или лежачее положение и порастягиваться. Многие животные поступают так инстинктивно – понаблюдайте, как растягиваются кошки. Вам тоже стоит потянуться «как кошка» каждое утро перед тем, как встать с постели.

Растяжки в бассейне – прекрасный способ начать работать над гибкостью, и многим из тех, для кого гибкость – особенно слабое место, проще всего начать именно с растяжек в воде.

«Если у вас лишь одна улыбка, подарите её любимым»
— Мая Энджела, американская поэтесса

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА и ВАШЕ ОКРУЖЕНИЕ

Во многих косметических и чистящих средствах содержатся вещества типа бензола, которые являются ядом и канцерогеном.

Пользуйтесь как можно более натуральными чистящими и косметическими средствами.

Избегайте следующего:

Микроволновые печи: если у вас дома есть микроволновка, избавьтесь от неё ТОТЧАС ЖЕ. Если вы в месте, где используют микроволновку, выйдите из помещения на время, пока она включена.

Предметы, излучающие радиацию: избегайте длительного облучения и нахождения рядом с излучающими предметами, как, например, компьютерные экраны, цветные телевизоры, электрические линии и сотовые телефоны.

Средства ухода за собой: препараты для окраски или завивки волос, токсичные лаки для волос, синтетическая косметика, помада, сделанная из красителей на основе каменноугольного дёгтя и антиперспиранты, содержащие алюминий. Пользуйтесь только натуральными средствами косметики и дезодорантами, которые не вызывают аллергий.

ЭЛЕКТРООДЕЯЛА и ПОДОГРЕВАЮЩИЕ ПОДУШКИ
НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ИМИ НИКОГДА
Согласно исследованиям, процент раковых заболеваний выше среди людей, которые пользуются электрическими одеялами. Можно нагреть постель таким одеялом, но выключайте его до того, как сами забираетесь в кровать. Если вам нужен горячий компресс, мы рекомендуем SNAPHEAT (смотрите в конце книги).

Окружающая среда: содержите дом в чистоте, без пыли и плесени. Не стелите ковры, потому что это прекрасное жильё для жуков, клещей и пыльцы. НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ промышленными очищающими средствами, растворителями (краски и другими) и распыляющими средствами против насекомых.

Шум: не забывайте, что шум тоже может влиять на ваше здоровье. Создайте дома настолько спокойное окружение, насколько возможно. Пусть дома играет лёгкая успокаивающая музыка.

Воздух:
Если пользоваться очистителем воздуха, то воздух внутри будет качественней – главное, чтобы он работал не менее 12 часов в день.

КАК СПРАВЛЯТЬСЯ С БОЛЬЮ

ЕСЛИ ЕСТЬ ОСТРАЯ БОЛЬ, И ОНА ПРОДОЛЖАЕТСЯ, НЕОБХОДИМО СООБЩИТЬ ВАШЕМУ ВРАЧУ

Лучший способ справляться с болью по нашему протоколу – это управление уровнем pH (смотрите выше в тексте – Важность тестирования pH).

Во многих случаях изменение pH слюны поможет с болью.

pH слюны показывает кислотность или щёлочность. pH выражается цифрой, и 7 – это нейтральность (не кислотность, не щёлочность), всё, что меньше 7 – кислотно, и всё, что выше 7 – щёлочно. Практические все физиологические действия, а именно количество выпитой жидкости, метаболизм пищи, количество движения, упражнений и спорта и даже ваше эмоциональное состояние и время дня, может повлиять на кислотность слюны.

У мочи должен быть pH-показатель лёгкой кислотности: от 6 до 6,4. Существует способ мгновенно проверить pH слюны (смотрите главу о проверке pH).

Ваша слюна КИСЛОТНАЯ, если цвет бумаги совпадает с жёлтым цветом в таблице, то есть менее 7.

Ваша слюна ЩЁЛОЧНАЯ, если цвет бумаги совпадает с зелёным цветом, то есть более 7.

Если есть клюкву, это вызовет кислотную реакцию. Лимоны (пусть они и «кислотные») дадут щёлочную реакцию.

Если слюна **КИСЛОТНАЯ**:

- Смешайте 1 чайную ложку свежего лимонного сока со 120 мл. воды и пейте три раза в день, а также пейте 180 мл. воды ASEA каждый день (по 60 мл. 3 раза в день) на голодный желудок пока pH не изменится.

Слюна должна быть **ЩЁЛОЧНОЙ.**

Помните, в большинстве случаев боль при раке вызвана тем, что рак кормят углеводами (что вызывает падение pH). Эти углеводы превращаются в молочную кислоту, а это и есть основной источник питания для рака.

ЭТО НАКОПЛЕНИЕ МОЛОЧНОЙ КИСЛОТЫ И ЕСТЬ ТОТ КОРМ, КОТОРЫЙ ПИТАЕТ РАК.

НАША РАБОТА – ЗАМОРИТЬ РАК ГОЛОДОМ, А ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО ПОЛНОСТЬЮ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ МОЛОЧНОЙ КИСЛОТЫ В ТЕЛЕ, И ЕСЛИ ЭТОГО ДОБИТЬСЯ, ТО В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ НАСТУПИТ РЕМИССИЯ.

Не допускайте нетерпимой боли. Если по шкале от 1 до 10 ваша боль выше 6, свяжитесь с вашим врачом.

СОН И ОТДЫХ

Старайтесь поддерживать регулярный режим сна. Сообщите своему врачу, если у вас трудности со сном.

Как минимум полчаса в день отдыхайте. Делайте что-то радостное, что приводит к чувству внутреннего умиротворения, спокойствия и довольства.

Это может быть время, спокойно проведённое в саду или огороде, или в мастерской. Можно слушать любимую музыку или читать любимую книгу – в общем, делайте что угодно, что приносит вам радость и удовольствие.

Чем больше в вашей жизни будет положительных и радостных занятий, тем скорее настанет выздоровление.

Прислушивайтесь телу в течение дня. Чувствуете ли вы напряжение? Расслаблены ли ваши мышцы? Как можно изменить положение тела, чтобы вам было комфортнее, и вы чувствовали себя более расслабленным?

Многие помогает плавание или йога (лёгкая йога или йога-смехотерапия).

Если смеяться три раза в день, это усилит иммунитет. Пусть кто-то, кого вы любите, вас пощекочет!

Обнимайтесь и целуйтесь, потому что это тоже усилит иммунитет: это просто и дарит радость в обе стороны.

Радость и благодарность могут сильно помочь процессу выздоровления.

«Любовь – это великое и чудесное лекарство. Когда мы любим себя, в жизни происходят чудеса»
— Луиза Хей, американский автор

КАК ИЗБАВЛЯТЬСЯ ОТ ТОКСИНОВ

ГОРЯЧАЯ СОЛЕВАЯ ВАННАЯ В ДЕНЬ

Принимайте одну солевую ванную в день (перед сном), чтобы повысить кровообращение и помочь выводу токсинов.

Растворите 4 чашки **соли** в ванной **(НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ Солями Эпсома)**. Можно купить большой мешок обычной соли.

Залейте водой – горячей насколько терпимо.

Лежите в ванной как можно дольше или пока вода не остынет (примерно 15 минут).

Важно чтобы всё ваше тело было погружено в солёную воду – до самой шеи.

Не ополаскивайтесь до конца – тогда вы лучше заснёте.

Также, сауны полезны – там можно попотеть и вывести токсины. Если есть возможность, воспользуйтесь.

Потение очень важно для процесса выздоровления организма: потение увеличивает кровообращение и помогает выводить вредные токсические вещества.

«Когда мы избавляемся от токсичных эмоций
и миримся с прошлым, это создает чувство
лёгкости и свободы внутри разума, тела и духа»
Крег Тоунсенд

КЛИЗМЫ

Кофейные клизмы нужно делать для дополнительного вывода токсинов из тела и это сильно поможет с тошнотой. Когда кофе вводится через клизму с удержанием, то кофе напрямую попадает в печень через брыжеечную вену и стимулирует печень выводить токсины в желчную систему. Такое периодическое накопление токсинов в печени может объяснять тошноту.

Лучше всего делать кофейные клизмы первым делом с утра. Или, как только вас начинает подташнивать
Поместите 3 столовых ложки перемолотого кофе в литр воды, использую контейнер из стекла или нержавеющей стали.

Доведите до кипения и тотчас же выключите огонь, дайте настояться 5 минут

Поместите кофейную жидкость в мешок для клизмы – температура должна быть настолько горячей, насколько терпимо вашей руке

Повесьте гвоздь на метр или чуть больше над полом и повесьте мешок с клизмой на гвоздь

Ложитесь на левый бок на полу, подберите колени, и держите выключатель рядом с ягодицами

Пусть кофейная смесь затечёт в толстую кишку, запустите столько жидкости, сколько можете удержать.

Подождите минуту пока не уйдёт вздувание (чувство полноты)

Повторите процедуру

Пролежав 3 минуты на левом боку, перевернитесь на спину
Оставайтесь 3 минуты на спине, затем перевернитесь на правый бок.
Сходите в туалет, если это необходимо.
Изначально у вас может получиться влить лишь несколько десятков миллилитров.
Постепенно поднимайте количество, чтобы было от полулитра до литра в день (1 раз в день).
Лучше всего делать клизмы первым делом с утра.

ИСТОРИИ УСПЕХА

ЛБ

Я впервые заболела раком в 2003 году. Я отказалась от химиотерапии и до 2006 года чувствовала себя нормально. Врачи сказали мне, что у меня была опухоль в левом легком, и это возможно рак, который распространился от рака шейки матки, который у меня был перед этим. Я обратилась к д-ру Бернардо, и через 6 месяцев мои опухоли ушли. ЛБ

КС

Хочу поблагодарить вас за все, что Вы делали на протяжении всего 2009 года, чтобы помочь мне восстановить здоровье.
Когда во время моей командировки в Южную Корею мои легкие были заражены редким плесневелым грибом, Вы смогли обнаружить и вылечить мою болезнь тогда, когда традиционная медицина оставалась в замешательстве. С благодарностью, КС

ПС

Вот вкратце мой опыт с диагностированной лейкемией, и успешным лечением, которое Вы мне назначили и которое вернуло мне здоровье.

В 1998 году мне была назначена операция по удалению фибромы. Во время проведения предоперационного обследования у меня обнаружили лейкемию. Меня послали к специалисту, который хотел на следующий же день начать химиотерапию. Я отказалась.

Я провела собственное расследование и поискала информацию, а затем пошла к диетологу. Я начала специальную диету, корейское и китайское иглоукалывание со специалистом по иглоукалыванию по системе Цигун.

За пять лет до этого отцу одноклассника моей дочери в больнице Cedars поставили диагноз «неизлечимый рак легких». РЛ поехал в Мексику в поисках лечения.
Когда он был там, его направили к д-ру Бернардо, и он пошел в его клинику. В результате лечения д-ра Бернардо его 42 опухоли легких прошли за 12 месяцев. КТ и МРТ не обнаружили никаких следов рака легких. Я разговаривала с РЛ два часа, и он рассказал мне о своем лечении и дал номер телефона д-ра Бернардо.

Я позвонила д-ру Бернардо и через четыре дня была в его клинике в Мексике. Я работаю в кино, и я сказала д-ру Бернардино, что из-за работы могу приехать к нему через четыре месяца. Он сказал, что, если я хочу жить, мне нужно начать лечение немедленно. Я хотела жить, поэтому я немедленно поехала в клинику.

Из-за моего состояния, моя селезенка весила 7 килограмм. В конце концов её удалили, уже после того, как нормализовался клинический анализ крови и стабилизировалось моё состояние. Лечение я начала на следующее утро после того, как прилетела в Мексику.

Анализы крови пришли в порядок, и я смогла продолжить лечение дома. Это было в 1998 году – сейчас 2010-й.

Я все еще здесь, на Земле, благодаря приверженности д-ра Бернардо своим пациентам и его постоянным исследованиям. Я и моя семья ему обязаны. ПС

БН

Сказать, что Дж. и я рады, что Вы пришли в нашу жизнь – это почти ничего не сказать. Без вашего руководства Дж. сегодня не было бы с нами.

Вот вкратце наш опыт с болезнью Дж. Передайте его другим людям, которые может пока не понимают, как пища божья может излечить больное тело.

После мучительных симптомов в феврале 2008 г. нашей восьмилетней дочери в конце концов поставили диагноз – медуллобластома... рак мозга и позвоночника. Ей немедленно сделали операцию на мозг, чтобы удалить массивную опухоль, прилегавшую к стволу мозга.

У нее была еще одна небольшая опухоль на позвоночнике, которую оставили, поскольку операция по ее удалению вызвала бы сильные побочные эффекты. После того, как она оправилась от операции на мозг, она примерно шесть недель проходила радио- и химиотерапию. После месячного перерыва она начала дополнительную шестимесячную химиотерапию. Это уже разрушало ее маленькое тело. Тошнота, запоры, боли в животе, тяжелая анемия, паралич ног, постоянные инфекции и страх – вот основные побочные действия, которые превосходили ожидаемые – такие как потеря волос, ожоги на коже и огромная потеря веса.

После четырех месяцев ее опухоль на позвоночнике исчезла, однако, у нее произошел рецидив – новая опухоль в мозгу. Было ясно, что для нее это не работает. Нам рекомендовали договориться о хосписе, чтобы скрасить ее последние дни. Было несколько серьезных вариантов: дополнительная операция, пересадка костного мозга, имплантирование стволовых клеток или дополнительные химия и радиация. Однако, как признавали, вероятность успеха для Дж. Была менее 3%.

Наши очень хорошие друзья (Б. и ЛВ.) связали нас с Вами. Я помню, как Вы мне сказали, что Дж. умирает НЕ от рака, а от ацидоза. Мы немедленно начали следовать Вашим рекомендациям. Когда мы в первый раз измерили водородный показатель (pH) Дж., он был 5,5 и ниже. Он начал даже двигаться вверх. Ровно через 8 недель её pH наконец достиг 7,2. Когда нас выписывали, ей из-за её рецидива назначили новую МРТ. Ко всеобщему удивлению результаты МРТ показали, что опухоль сократилась на 75%!!! Мы продолжили Вашу программу детоксикации и диету с рецептами из свежих овощей. Недавно мы сделали еще один МРТ и узнали, что опухоль ПОЛНОСТЬЮ исчезла! Слава Богу!

Спасибо Вам за всю Вашу тяжелую работу. Спасибо, что обучали нас и советовали нам в столь трудное для нас время. Спасибо, что посвятили свою жизнь спасению людских жизней, направляя их к божьему питанию. Спасибо, что терпите критику от тех, кто не хочет открыться тому, как Бог излечивает с помощью своей пищи. Спасибо, что с Вами можно было всегда посоветоваться. Спасибо, что помогли нам и жизни Дж.

Пожалуйста, передайте нашу контактную информацию любому, кому нужны детали о том, через что мы прошли с Дж. Самые теплые пожелания, БН

ЛП 3 Мая, 2010

Считаю своей привилегией рассказать другим о том, что Вы сделали для меня. Я пишу это письмо с огромным удовольствием и надеюсь, что содержащаяся в нем информация поможет другим и воодушевит их.

Осенью 2000 года мне поставили диагноз рак груди. Мне сделал мастэктомию, и я не проходила химию или другие типы лечения, поскольку врачи считали, что вероятность рецидива – всего 3%. В 2008 г. рак дал метастазы в позвоночник, и мне сделали срочную операцию и радиотерапию. И сказали, что для того, чтобы предотвратить рецидив, мне нужно принимать набор лекарств, поскольку лечения нет. Ни одно из лечений мне не подходило, и в результате из-за них у меня было несколько серьезных инфекций.

Я изучала вебсайт Брайана Пескина и связалась с ним по поводу его программы лечения метастатического рака груди. Он направил меня к своему другу, д-ру Бернардо в

Калифорнии, у которого была намного более строгая и требовательная программа лечения и который успешно проводил лечение больных с тяжелыми раковыми диагнозами.

Это случайное направление, изменило мою жизнь. Я начала работать с д-ром Бернардо в ноябре 2009 г. Я прошла соковую программу, изменила свою диету так, как он советовал, и принимала добавки. После того, как я перестала принимать все другие лекарства от рака и стала следовать указаниям д-ра Бернардо, у меня больше не было никаких инфекций – ни одной. Все мои показатели анализа крови – нормальные, и мой онколог, после моего последней КТ в апреле 2010 г., был поражен, когда не увидел никаких следов рака. Он сказал: «Я хотел бы, чтобы это было моей заслугой, но я знаю, что вы не следовали ни одному моему совету». Это действительно так, поскольку я следовала инструкциям д-ра Бернардо и забросила все обычные лекарственные лечения. Своему онкологу я заявила, что, если мой организм даже не мог дать отпор каким-то там бактериям, которые другим людям не наносят вреда, то как же я могла сражаться с раком? Он согласился с моей логикой.

Сейчас я принимаю полтаблетки Алива два раза в день. Надеюсь, что скоро мне и это не понадобится. Боль спине – минимальная, и может только из-за того, что во время операции по стабилизации позвоночника мне поставили туда два стрежня.

У медицины есть свое место, но я считаю, что ключом к моему выздоровлению является Ваш подход с божьей силой лечения.

Д-р Бернардо, Вы всегда радостный и всегда поддерживаете. Редко встречаешь такую заботу, и работать с Вами в процессе выздоровления – это удовольствие.

Да благословит Бог Вас и Вашу работу. ЛП

РЛ

Онколог в одной крупной престижной больнице Лос-Анджелеса посоветовал мне привести все свои дела в порядок, так как «жить мне осталось меньше недели». Я поехала в Мексику, в больницу к доктору Бернардо. Я показала ему свои рентгеновские снимки с 42 опухолями. Я ждала, что он скажет надежды нет.

Напротив, он сказал мне: «РЛ, ты очень больна, и ты только что выиграла олимпийскую золотую медаль за самое большое количество раковых опухолей в легких. Однако, если ты немедленно начнёшь мою программу лечения, ты выживешь». Я улыбнулась и подумала, что этот бедный доктор просто не хочет мне говорить, что я умираю. Я начала программу д-ра Бернардо, и через год у меня была полная ремиссия.

Когда через какое-то время я встретилась с д-ром Бернардо, я сказала ему, что он авантюрист и раскольник, безумный ученый и безумный человек, но самое главное – гений. Спасибо, что спасли мою жизнь. РЛ

Дополнительные истории успеха можно получить по запросу

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

DVD

- Д-р Бернардо Махалка на YouTube или пройдите по ссылке: https://www.icurecancer.com/
- The Incurables (Неизлечимые) # 214. История Джессики Бискарди

РЕКОМЕНДОВАНО:

- Bob's Red Mill (503) 654-3215 или www.BobsRedMill.com
- Evergreen Juices Inc. (877) 915-8423 или www.EvcrgreenJuiccs.com
- SnapHeat (480) 483-8413 или www.SnapHeat.com
- Вода Asea

ИНТЕРВЬЮ С БЕРНАРДО МАХАЛКОЙ И ИСТОРИЮ ЕГО ПАЦИЕНТКИ МОЖНО ПОСМОТРЕТЬ ЗДЕСЬ:

https://www.youtube.com/channel/UCwW0p1ik4Y8RWGCvK0ytLng/videos

«Любовь лечит – и дарящих, и получающих»

Доктор Карл Меннингер

Доктор Бернардо Махалка ушёл из жизни 5 октября, 2010 года

Благодарим его за целую жизнь, посвящённую помощи людям, и искренне желаем ему здоровой, продуктивной и счастливой следующей жизни, где бы она ни была…