

SALUTE E ALIMENTAZIONE FOR DUMMIES

Se vuoi controllare il mondo e dominarlo da dietro le quinte, non solo devi indebitare con “denaro dal nulla” tutte o quasi le nazioni del Pianeta ma devi anche controllare la salute di tutti o quasi i cittadini, cosa indispensabile per osservare dall’alto sia la quantità che la qualità di vita della popolazione...

Dopo la serie di articoli "for dummies" di Gabriele Sannino pubblicati su [PuntoZero](#), [Economia for dummies](#), [Terrorismo for dummies](#) e [Alieni for dummies](#), volti a spiegare in parole semplici argomenti che potrebbero apparire complessi, eccovi un breve compendio di notizie e considerazioni dell'autore in campo di alimentazione, salute e benessere. Buona lettura [Redazione]



Se vuoi controllare il mondo e dominarlo da dietro le quinte, non solo devi indebitare con “denaro dal nulla” tutte o quasi le nazioni del Pianeta ma devi anche controllare la salute di tutti o quasi i cittadini, cosa indispensabile per osservare dall’alto sia la quantità che la qualità di vita della popolazione...

Ebbene, se s’introducono ogni anno nuove malattie, e se la popolazione in generale non è in buona salute (anche se crede di esserlo) questo secondo aspetto è decisamente più “gestibile”.

Ma – soprattutto – è altamente lucrativo, dato che fa funzionare la pseudo-industria sanitaria che incassa miliardi di dollari proprio per via di malattie sempre più aggressive e sconosciute, visto che ogni anno ci sono sempre più epidemie, patologie e/o disturbi.

L’industria della sanità, in verità, non ha nessun interesse a mantenere la gente in salute – diciamola tutta – altrimenti smetterebbe semplicemente di esistere.

Si creano infatti non solo nuove patologie, ma per quelle vecchie si organizzano raccolte fondi dato che si è sempre ad un passo – guarda caso – dalla loro estinzione.

Un esempio tipico è l’*American Cancer Society* e tutto l’indotto globale che la circonda: se si trovasse una terapia risolutiva per il cancro, tutti gli istituti di ricerca e distribuzione delle terapie attuali smetterebbero semplicemente di funzionare e incassare.

Insomma, se l’industria sanitaria curasse effettivamente le patologie, dovrebbero chiudere bottega (o quantomeno ridimensionarsi di molto) molti operatori attualmente multimiliardari, mentre assicurarsi che la gente si curi o si ammali – in quest’ultimo caso piano piano, magari attraverso cibo scadente e farmaci che curano solo i sintomi e non la causa – è il gioco più lucrativo che si possa fare per far sì che il sistema rimanga in piedi... e in buona salute!

Le terapie sintomatiche, quindi, sono perfette per questo gioco, in quanto risolvono apparentemente i problemi procurandone successivamente degli altri: quando non si curano le cause, del resto, si rimanda semplicemente il problema e ci si assicura nuovi guadagni.

Nei molti livelli di questa gigantesca piramide oscura, l’obiettivo rimane la pura e semplice avidità, dato che ci è stato insegnato che dobbiamo vivere per il “denaro dal nulla” e morire per esso.

Ma a livelli più elevati, per chi è addentro alle *segrete cose* (parliamo di persone al di sopra dello stesso bisogno del denaro, tanto per capirci) gli obiettivi sono ben altri, ovvero ridurre la popolazione del Pianeta per realizzare più efficacemente quello che è ormai conosciuto come *Nuovo Ordine Mondiale*.

La gente comune, purtroppo, in buona fede, pensa che la scienza medica sia una “scienza esatta”, mentre essa continua a presentare come *fatti* opinioni assolutamente discutibili, frutto di informazioni “disponibili” in quel momento e sempre in correlazione – guarda caso – ai guadagni che ne possono derivare.

Per capirci, se si scopre un rimedio naturale ed economico per la cura del cancro, lo si demonizza, lo si condanna e boicotta attraverso i media e le istituzioni (entrambi a libro paga delle multinazionali) in modo che passi il messaggio che solo la farmacologia ha la soluzione, quando in realtà – come avrete capito – qui si cura ben poco.

Se si guarda alla storia, la scienza medica è piena di fatti eclatanti oggi smentiti: un tempo, per esempio, si pensava che i salassi potessero curare tutto, oggi si sa che non servono a nulla; l'omosessualità era giudicata una malattia; si raccomandava di bere latte per proteggere lo stomaco e alleviare i dolori dell'ulcera gastrica (oggi si afferma il contrario); ai bambini affetti da asma si prescriveva di frequentare piscine coperte, cosa che oggi aggraverebbe qualunque forma di asma per via del cloro contenuto nell'acqua. Ma c'è di più: fino a qualche decade fa si affermava che la dieta non era assolutamente correlata all'insorgenza di disturbi e patologie: ebbene, oggi sappiamo che ha un'enorme importanza per la prevenzione di numerose patologie e/o disturbi.

In sostanza, dato che la scienza medica ha venduto da tempo l'anima al diavolo, pur di non presentare rimedi che curano la *causa* dei disturbi, si giudicano *fatti* delle opinioni correnti e “socialmente imposte” al fine di curarne i sintomi, salvo poi smentirsi con estrema disinvoltura e senza un contraddittorio.

Ai medici – se ci pensate bene – viene insegnato solo a prescrivere farmaci, nonché asportare parti del corpo: se questo non è un metodo da macelleria sociale, be' non so proprio cosa sia.

Le multinazionali sanitarie oggi versano miliardi di dollari alle scuole di medicina: l'importante, infatti, è formare dei medici-robot, assolutamente programmati inconsciamente per portare avanti i loro interessi.

Gli azionisti delle multinazionali alimentari, inoltre, spesso sono anche gli stessi di quelle farmaceutiche, ergo si formano colossali conflitti di interessi a scapito della salute umana globale.

Ma la piramide oscura della medicina e del business non finisce qui: gli enti caritativi e le fondazioni, per esempio, esistono perché ci sono determinati problemi, e considerando il fatto che buona parte delle raccolte fondi servono a mantenere le stesse strutture nonché gli stipendi (d'oro) dei manager e degli impiegati, è evidente come la truffa sia dietro l'angolo.

Lo scopo delle multinazionali alimentari e farmaceutiche – lo avrete capito – è quello di fare soldi: sono società quotate in borsa, devono vendere, vendere e ancora vendere.

Attualmente la FDA – la *Food and Drugs Administration*, l'ente che giudica e approva nuovi farmaci e alimenti in America – è sempre più proclive verso questi colossi, e il perché è semplice: corruzione, lobbismo, soprattutto esponenti della stessa organizzazione pubblica che sono a diretto libro paga delle multinazionali.

E se si pensa che la FDA ha il potere di fare una legge e di approvarla senza che sia stata dibattuta dal Congresso, si capisce quanto certe persuasioni siano importanti.

La FDA riceve anche ufficialmente soldi dall'industria: nel '92, infatti, è stata approvata dal Congresso una legge che consente alle multinazionali di pagare gli stipendi di buona parte del personale dell'ente pubblico, nonché dei finanziamenti aggiuntivi richiesti dallo stesso organismo.

Il “sistema” insomma sopravvive non solo perché si corrompono i politici, i media e i giornali, ma anche perché ci si garantisce la piena incolumità legislativa attraverso i vari finanziamenti pubblici e le varie disposizioni di legge.

Il conflitto d'interesse in America oggi è talmente palese che i membri del Congresso possono comprare azioni delle multinazionali avvalendosi di “informazioni riservate”, o meglio di informazioni non divulgabili al grande pubblico, cosa che li spinge – per esempio – a essere a libro paga di molti colossi, spingere per certe leggi, e magari dopo acquisire anche azioni di determinate aziende legate a certi prodotti.

Intanto dire che <https://www.foxnews.com/politics/food-drug-industry-partnership> – questo sistema diventerà la spina dorsale più importante a suon di paghe per far spazio a queste nuove realtà in governo.

La cosa più importante da capire in questa brutta e intricata vicenda, comunque, è che esistono dei rimedi naturali – peraltro in gran parte economici – che insieme possono distruggere tutta questa colossale truffa, solo che sono boicottati e tenuti all'oscuro dalle masse.

Esistono del resto migliaia di studi che documentano non soltanto l'efficacia dei sistemi naturali, ma anche la loro superiorità rispetto ai farmaci. La FDA purtroppo prende di mira uno a uno questi rimedi, mentre il boicottaggio dei media sponsorizzati dalle multinazionali fa il resto.

Il risultato è che la gente non solo ha paura e sfiducia nella natura e nelle cure che essa offre, ma non conosce minimamente quali sono questi rimedi e cosa trattano.

Il potere costituito, insomma, non vuole la diffusione di certe pratiche, anche se la loro efficacia viene

riconosciuta perfino nei tribunali, naturalmente senza eco mediatica.

La paura che la gente si avvicini a queste cure è tale che i giganti dell'industria comprano società che producono vitamine, minerali, erbe e rimedi omeopatici per poi disgregarle e farle fallire.

L'industria farmaceutica in sostanza vuole solo che l'affaire malattia si perpetui e si espanda il più possibile.



In generale si ritiene che le persone si ammalino per due ragioni: o prendono "qualcosa" come un virus o un batterio, oppure sviluppano una malattia e/o un disturbo.

Perché – ci si chiede – quando c'è un virus o un batterio alcune persone lo prendono e altre no? Ciò capita sia nelle banali influenze che nelle malattie più gravi. L'organismo, in certi casi, riesce a difendersi molto bene, mentre in altri soccombe e si fa subito contagiare.

A questo punto la vera domanda da porsi è: cosa fa proliferare nel nostro corpo qualunque cosa, sia il disturbo autogeno che il virus o il batterio?

Come sappiamo, il problema principale sono le nostre difese immunitarie, le quali, in base alle tossine già presenti nel nostro corpo, possono essere aggressive o sulla difensiva, o peggio ancora possono essere in remissione.

Tutte le malattie che ci colpiscono derivano dalla combinazione di quattro fattori: l'eccesso di tossine nell'organismo, le carenze nutrizionali, l'esposizione al caos elettromagnetico e i blocchi mentali e lo stress emotivo. Solo per queste ragioni il nostro sistema immunitario s'indebolisce, spianando la strada a malattie e disturbi di ogni genere.

L'eccesso di tossine nel corpo, a sua volta, deriva da ciò che s'introduce nell'organismo, ciò che esce dal corpo, l'attività fisica, il riposo, i pensieri e le parole.

Per quanto riguarda ciò che introduciamo nel corpo, è indispensabile evitare alimenti devitalizzati o devitalizzanti (come quelli chimici, dunque carenti di elementi nutrizionali) dato che il corpo s'indebolisce e non riesce ad armarsi contro i vari aggressori.

Ecco perché molte persone si convertono sempre di più al cibo biologico: mangiare cibo naturale, infatti, non contraffatto dalla chimica, serve a potenziare l'organismo anziché depotenziarlo, cosa che lo espone molto meno alle malattie.

Oggi in un supermercato biologico si trova qualunque cosa, dai dolci alle carni, dalla frutta alla pasta, e se si confrontano le etichette con quelle dei prodotti da *discount* per esempio, si nota immediatamente l'abisso nutrizionale dei primi rispetto ai secondi.

Il segreto, a mio avviso, dovrebbe essere questo: quando vedete in un prodotto troppi ingredienti che non riuscite neanche a leggere, è meglio lasciarlo sullo scaffale.

Oggi alcuni additivi immessi nei cibi – ciò avviene in USA ma non solo – bloccano perfino l'assimilazione dei pochi principi nutritivi rimasti, cosa che ci rende ancora più vulnerabili.

Perché credete che il cibo costi sempre di meno? Semplice: è spazzatura, e certe sostanze create nei laboratori e immessi nei prodotti fanno risparmiare le aziende sulle materie prime di origine naturale.

Ecco perché diventa così importante andare a fare la spesa in un negozio biologico, anche se bisogna fare attenzione perfino in quel caso.

Tanto per la cronaca, ci sono alcuni additivi che sono molto tossici per il nostro organismo, i quali, se accumulati, possono provocare col tempo moltissimi disturbi e/o malattie: uno di questi è il glutammato

monosodico, un additivo neurotossico che fa ingrassare visto che aumenta l'appetito (così si comprano altri prodotti, magari dello stesso genere!) e provoca anche molte patologie; ancora abbiamo l'aspartame, altra sostanza neurotossica che provoca depressione, fa ingrassare e in dosi elevate e concentrate comporta sindrome premestruale e forti emicranie; lo sciroppo di mais, che induce dipendenza e fa ingrassare; gli oli idrogenati o parzialmente idrogenati, ovvero dei grassi trans che provocano numerose cardiopatie.

Ma sul banco degli imputati ci sono anche lo zucchero, gli aromi artificiali (dicitura dietro la quale si nascondono moltissimi altri additivi che vengono formalmente omessi) e ancora i coloranti artificiali – veleni di origine chimica – nonché l'olio di palma, che procura danni fisici di ogni tipo.

Queste sono solo alcune delle schifezze che infestano i nostri cibi: sì, perché si stima che il 95% degli alimenti sul mercato contenga in media almeno trecento additivi non elencati in etichetta.

Qualcuno ingenuamente potrà pensare, a questo punto, che per stare in salute non si debba mangiare più niente: in realtà le cose – ripeto – non stanno affatto così, dato che, come dicevo poc'anzi, oggi si può produrre qualunque cosa con ingredienti naturali, dalla pasta ai dolci, dunque ci si può gustare qualunque alimento senza farsi troppo del male.

I bioalimenti, del resto, non subiscono lavorazioni industriali, e non sono deprivati di valori nutritivi.

Ma torniamo alle tossine: la maggior parte di noi non beve abbastanza acqua, e ciò acidifica il nostro organismo, che pian piano s'inceppa; l'acqua che beviamo, però, è anche tossica, nel senso che contiene cloro e fluoruri che danneggiano le nostre arterie, sulle quali poi, tanto per capire, si attaccherà il famigerato colesterolo, responsabile – erroneamente, a questo punto – di molte patologie.

Diventa fondamentale, quindi, avere in casa un sistema a osmosi inversa che filtri tutta l'acqua, perlomeno quella che s'ingerisce. Quando si è in viaggio, poi, diventa altrettanto importante bere acqua sigillata e possibilmente di sorgente.

Tutti i malati oggi sono disidratati: essi hanno bisogno di reidratarsi per cambiare il PH del loro corpo; inoltre sono sempre carichi di tossine, ovvero hanno bisogno di una pulizia degli organi e di cominciare ad ovviare alle loro carenze nutrizionali.

Insomma devono pulire la macchina per farla funzionare meglio!

Tornando all'eccesso di tossine, anche ciò che esce dal corpo è altrettanto importante: il corpo, infatti, deve poter espellere le tossine attraverso le feci, e fenomeni come stipsi, intestino pigro e simili dovrebbero essere affrontati, pena il ristagno di materiale che – lo si può ben capire – è tutto fuorché puro. Anche il riposo e l'esercizio fisico sono indispensabili: durante il primo si avviano i processi di guarigione cellulare, mentre durante il secondo assistiamo all'ossigenazione delle cellule.

Dulcis in fundo, per scaricare tossine, sono importanti sia i pensieri che le parole, perché noi fondamentalmente siamo energia, tutto è energia: i pensieri positivi infatti con vibrazioni positive hanno il potere di guarirci perfino dalle malattie, così come le parole, che sono molto potenti per la nostra mente che è un po' il direttore d'orchestra del nostro organismo.

Per eliminare drasticamente l'eccesso di tossine, comunque, ci sono dei trattamenti naturali (non farmacologici, quindi non chimici) che servono a depurare, a pulire la nostra macchina, come per esempio il lavaggio del colon, la pulizia del fegato e della cistifellea, la pulizia dei reni e della vescica, l'eliminazione di parassiti come la Candida, e la disintossicazione dai metalli pesanti.

Importante poi è anche la seconda causa delle malattie, ovvero le carenze nutrizionali, a cui abbiamo in qualche modo già accennato: come mai si è formata un'intera industria sugli integratori? I produttori sanno benissimo che il cibo che ci propinano è spazzatura, dunque cercano di venderci anche degli integratori di sintesi, naturalmente depotenziati.

A tal proposito, è molto importante – ad esempio – supplire alla mancanza di vitamine e minerali presenti nell'organismo bevendo succhi vegetali, per poi ricorrere a integratori comunque naturali.

Gli integratori di sintesi – ripeto – sono del tutto inefficaci: il loro effetto è simile a quello del placebo.

Mangiare frutta e verdure fresche, crude e biologiche, porta sempre nuova salute, dato che s'introducono inevitabilmente meno tossine nell'organismo.

Le carenze nutrizionali sono tra le maggiori cause di malattia, eppure si vuole continuare su questa strada solo ed esclusivamente per un profitto immediato – riducendo i costi di produzione – e per avere poi un ritorno anche dal punto di vista sanitario.

A questo punto, ci rimangono da esaminare gli ultimi due motivi scatenanti delle malattie, ovvero il caos elettromagnetico, i blocchi mentali e lo stress emotivo.

Oggi siamo bombardati da energie elettromagnetiche: computer, cellulari, televisori, tutta la tecnologia o quasi emana onde.

La scienza ancora adesso non riesce a spiegarsi come un satellite possa irradiare energia

elettromagnetica che trapassi l'acciaio: figuriamoci come queste energie possano scombussolare i nostri corpi, provocando qualunque cosa, dalla depressione ai tumori!

Pensiamo a chi vive vicino ai radar o a grosse antenne di trasmissione elettrica: i casi di malattie, in questi casi, aumentano in modo esponenziale.

Tranne per queste eccezionalità, esistono in commercio degli apparecchi per bloccare piccole e medie frequenze, che possono essere utilizzate – per esempio – durante le ore notturne.

I blocchi mentali e lo stress, infine, alterano le difese immunitarie del nostro organismo: lo stress, come molti già sanno, è un killer silenzioso che uccide una a una le nostre difese.

Inutile dire che viviamo in un contesto iper-stressante, ecco perché è importante crearsi un micro mondo nel quale, per quanto possibile, si possa soggiornare sereni con tanto di pensieri e parole positive.

Assemblea CD on stress, praticare l'alfabetica ridere abbracciare e farsi abbracciare avere un animale domestico in modo stabile e la nostra dose di stress quotidiano.

Naturalmente tutti questi cambiamenti – per ovviare a tutte e quattro le cause, intendo – devono essere introdotti in maniera graduale, poiché sapere queste cose, avere queste informazioni vitali senza applicarle, non serve a molto.

Oggi esistono numerosi specialisti di medicina naturale, che servono a tenere il corpo in condizioni ottimali per prevenire tutte o quasi le malattie: i chiropratici, ad esempio, riallineano la colonna vertebrale permettendo all'energia di fluire liberamente, cosa che porta i pazienti – già alla prima seduta – a sentirsi molto più forti e rinvigoriti.

Per chi non si fiderebbe, si può ricorrere con aiuti di fioritura e altre antichissimi disturbi di un corpo unico edibile energia e riga di tecniche di sincronizzazione energetica, che restituiscono a ogni

E a proposito di energia, oggi perfino il livello di energia magnetica della terra è più basso che mai: esso è passato da 4 gauss a 0,04.

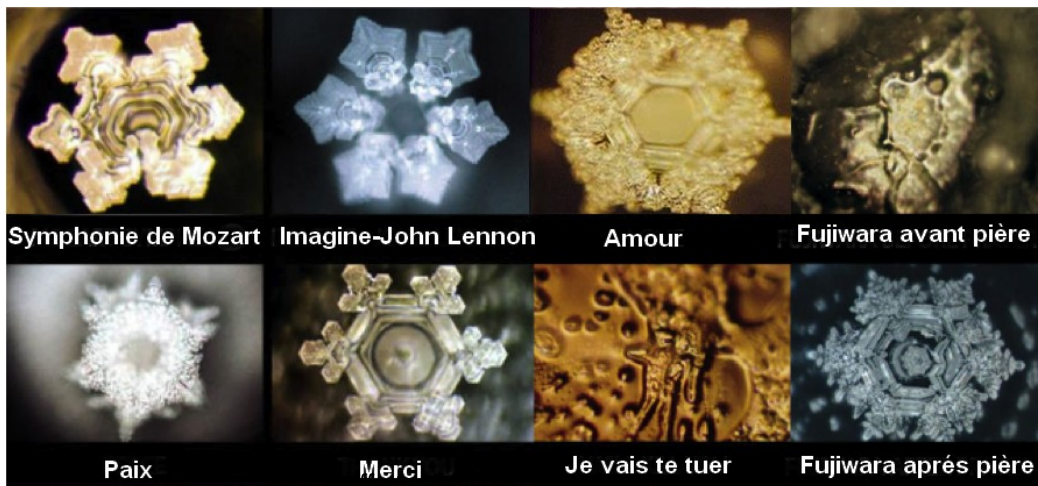
Cosa significa? Quando il geomagnetismo è basso – ecco un'altra verità – la degenerazione cellulare è elevata, ecco perché bisogna quantomeno difendersi cercando di inquinarsi sempre di meno.

L'energia e il pensiero di ciascuno di noi, lo ribadisco, sono fondamentali per la nostra salute: l'atteggiamento mentale infatti può alterare le reazioni chimiche del nostro corpo e farci guarire perfino dalle peggiori malattie, in alcuni casi.

Tutto questo gli scienziati lo sanno, anche se – ovviamente – non se lo sanno spiegare.

Esperimenti acclarati hanno dimostrato che i pensieri hanno effetto sul DNA: in pratica, pensieri di gratitudine, di amore e di apprezzamento permettono un rilascio e un rallentamento dei suoi legami, mentre, al contrario, pensieri di paura e di frustrazione comportano la chiusura, l'accorciamento e addirittura il taglio di alcuni codici.

Nel libro la risposta dell'acqua di Mesury Emeter si dimostra, che la struttura, della acqua è fortemente essere malata, e che non sorprende affatto il poeta, come struttura, della acqua è fortemente



Quando dunque siamo preoccupati, stressati, frustrati, il PH del nostro corpo passa da alcalino ad acido, e ciò ci rende più vulnerabili a malattie e disturbi.

Anche la musica può trasformare rapidamente il PH del nostro corpo da alcalino ad acido, e questo a seconda se si sposa o meno con le nostre frequenze naturali.

Insomma, visto l'inquinamento del Pianeta, delle acque, dei cibi e via discorrendo, dobbiamo tutti creare un cortocircuito che rallenti questo scempio per rimetterci in carreggiata, pena la nostra stessa sopravvivenza come specie, insieme – naturalmente – a quella di molte altre che subiscono molte pene a causa della nostra avidità e stupidità.

In primis bisogna ogni giorno non fare il carico di tossine, ciò per non impazzire e alla fine ammalarsi: insomma, bisogna imparare a mangiare alimenti vivi e non morti, cibi naturali e non artificiali.

Un'alimentazione naturale basata su frutta, verdura, cereali – magari prodotti e mangiati con serenità, e non come si fa oggi con le produzioni massificate – ci aiuterà a ingerire prodotti *positivi*, che influenzeranno positivamente anche il nostro organismo.

Mangiare cibo stressato, del resto, come accade oggi, significa mangiare cibo già carente di suoi principi nutritivi.

Così facendo, si vedrà che perfino molte intolleranze alimentari spariranno: molte volte, infatti, quest'ultime sono legate non all'alimento – naturale in sé – ma alla chimica con cui viene prodotto e conservato.

Insomma restare in salute oggi – nonostante un contesto ambientale così alterato dalla voracità e stupidità umana – è ancora possibile: basta evitare di inseguire la massa per concentrarsi su ciò che è naturale e soprattutto meno redditizio per l'intero sistema.

* * *

Fonti:

- Kevin Trudeau, *Vogliono farti ammalare*, Mondadori, 2007
- Mark Rojek, "*La terapia di nutrizione enzimatica*", da *Nexus New Times* nr. 51, agosto-settembre 2004
- Gregory Dalmato, "*La lotta contro il Codex Alimentarius*", da *Nexus New Times* nr. 78, febbraio-marzo 2009

Evento NEXUS segnalato:

[L'INFORMAZIONE NELLA SALUTE E NEL SOCIALE](#)