



## ВАЖНОСТЬ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

Кэролайн Марколин, доктор философии.

**Доктор Хамер:** «Человек, который правильно питается, менее подвержен биологическим конфликтам. Это очевидно. Вот почему у богатых людей рак встречается не так часто, как у бедных, потому что богатые могут разрешить многие конфликты, просто вытащив свою чековую книжку и выписав чек. Но **предотвратить рак (или любое другое заболевание) с помощью диеты невозможно, потому что даже здоровое питание не может остановить конфликты.** В природе сильное и здоровое животное, естественно, будет страдать от рака реже, чем слабое или старое. Но это не означает, что старость является канцерогеном».

Само собой разумеется, что здоровое питание необходимо для нашего благополучия. Здоровая пища особенно важна, когда мы находимся в «биологической программе» (SBS).

Во время активной фазы конфликта пищеварительная система работает в минимальном режиме, поэтому аппетит обычно понижен (доктор Хамер: «Олень не может вернуть себе потерянную территорию с полным животом!»). На протяжении этой стрессовой фазы пищевые добавки могут иметь большое значение, поскольку они повышают энергию и силу, необходимые для того, чтобы выдержать стресс и разрешить конфликт.

В начале фазы исцеления аппетит возвращается. **Теперь еда становится настоящим лекарством.** Когда орган или ткань находятся в стадии восстановления, организму требуется много питательных веществ для поддержки процесса заживления. Энергия, которую мы получаем с помощью здорового питания, значительно облегчает заживление. И наоборот, продукты, содержащие токсины (пестициды, гербициды, консерванты, пищевые добавки и т.п.) лишают организм энергии, что может продлить процесс восстановления.

Когда мы полностью осознаем, что **именно в ДУШЕ болезни начинаются и заканчиваются**, и что мозг функционирует как биологический центр управления всеми телесными процессами, включая «патогенные» изменения, тогда мы также начинаем понимать, что **здоровая диета или пищевые добавки сами по себе не могут предотвратить или тем более вылечить болезнь.** Однако здоровое питание, в идеале из органических источников, несомненно, ускорит процесс исцеления, например, рака, который уже заживает. **ПРИМЕЧАНИЕ.** Серьезное недоедание (голодание, невозможность есть в течение длительного периода времени) может вызвать дисфункцию органа без DHS.

Употребление значительного количества **богатой белком пищи** имеет огромное значение во время излечения таких раковых заболеваний, как рак легких, рак печени, рак толстой кишки, рак поджелудочной железы или рак молочной железы. Когда туберкулезные бактерии находятся в процессе разложения рака, организм вместе с остатками опухоли удаляет выделения, содержащие большое количество белка. Восполнение утраченного белка за счет продуктов, богатых белком, может спасти жизнь. Соковая диета или сыроедение в этот период могут вызвать серьезные осложнения. То же самое касается и голодания (поста).

Исходя из двухфазной структуры каждой «болезни», качество пищи, трав или пищевых добавок предстает в совершенно новом свете. Например, **витамин С** обладает симпатикотоническим действием и действует как стимулятор. Это объясняет, почему витамин С «работает» при простуде или почему он при внутривенном введении помогает облегчить боль (симптом в ваготонической фазе восстановления). Однако, принимаемый в чрезмерных количествах во время активной фазы конфликта, витамин С может усилить симптомы, включая рост опухолей. С другой стороны, в фазе восстановления витамин С уменьшает симптомы, но также продлевает процесс заживления. Это может быть полезной мерой, чтобы замедлить симптомы заживления, которые очень интенсивны (см. раздел «Терапия GNM – О лекарствах»).

**Кофе**, как и витамин С, является стимулятором. Вот почему употребление кофе снимает головные боли (ваготонический симптом). Однако слишком много кофе во время активной фазы конфликта также усиливает сопутствующие симптомы, например, задержку воды и увеличение веса, связанное с задержкой воды (при конфликте брошенности и конфликте существования). Это также относится к безалкогольным напиткам, энергетическим напиткам и любым другим стимулирующим жидкостям.

Зная GNM, диетологи и травники могут правильно и более эффективно применять добавки и травы.

Источник: [www.LearningGNM.com](http://www.LearningGNM.com)