



LA IMPORTANCIA DE UNA DIETA SALUDABLE

Caroline Markolin, Ph.D.

Dr. Hamer: “Un individuo que come adecuadamente es menos susceptible de sufrir conflictos biológicos. Eso es muy evidente. Eso es tan parecido a el porqué la gente rica no tiene tantos cánceres como la gente pobre, ya que la gente rica puede resolver muchos conflictos con el simple hecho de sacar su chequera y firmar un cheque. **Pero prevenir un cáncer (o cualquier otra enfermedad) a través de una dieta es imposible porque aún la gente con una dieta saludable no puede evitar que ocurran los conflictos.** En la Naturaleza, el animal más fuerte y saludable sufrirá consecuentemente menos cánceres que aquel que está debilitado o es más viejo. Pero esto no significa necesariamente que ser viejo sea carcinogénico”.

Sobra decir que una dieta saludable sea esencial para nuestro bienestar. Comer sanamente es particularmente importante cuando estamos cursando un “programa biológico” (SBS).

Al principio de la fase de curación, el apetito regresa. Es entonces cuando la comida se vuelve medicina de verdad. Cuando un órgano o tejido se encuentra en la etapa de reparación, el organismo necesita muchos nutrientes que apoyen al proceso de reestablecimiento. La energía que ganamos a través de una dieta saludable hace que la fase de curación sea mucho más fácil. De forma contraria, la comida que contiene toxinas (pesticidas, herbicidas, conservadores, aditivos y sustancias parecidas) disminuye la energía del cuerpo. Esto puede prolongar el proceso de curación.

Cuando reconocemos completamente que **es la PSIQUE en donde comienzan las enfermedades y también en donde terminan**, y que el cerebro funciona como el centro de control biológico de todos los procesos corporales, incluyendo a los cambios “patogénicos”, entonces también aprendemos a entender que por una **dieta saludable o suplementos nutricionales no pueden curar una enfermedad**. Desde luego una dieta sana, idealmente proveniente de fuentes orgánicas, acelerará ciertamente el proceso de reparación, por ejemplo, de un cáncer que ya se encuentre curando. **NOTA:** La desnutrición severa (inanición, no poder comer durante un largo período de tiempo) puede causar la disfunción de un órgano sin un DHS.

Comer cantidades significativas de **comida rica en proteína** es de la mayor importancia particularmente durante la fase de curación de los tumores controlados desde el cerebro antiguo, tales como el cáncer de pulmón, de hígado, de colon, de páncreas o de glándula mamaria. Cuando las bacterias de la tuberculosis (TB) están en el proceso de descomposición de un cáncer, el cuerpo elimina junto con los remanentes del tumor una descarga que contiene grandes cantidades de proteína. Proveer proteína a través de alimentos ricos en ella puede salvar la vida. Las dietas de jugos ó de comida cruda durante ese periodo pueden generar serias complicaciones. Lo mismo ocurre en tal periodo en el caso de los ayunos.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:

La información en este documento no reemplaza el consejo médico profesional.

Familiarizados con el patrón de las dos fases de cada “enfermedad”, la calidad de la comida, plantas o suplementos dietéticos muestran una nueva óptica. Por ejemplo, la **vitamina C** tiene una cualidad “simpaticotónica” y como tal, actúa como un estimulante. Esto explica porqué la vitamina C “trabaja” en un resfriado ó porqué ayuda a aliviar el dolor (un síntoma de curación vagotónico) si se administra de forma intravenosa. Tomada en cantidades excesivas durante la fase activa del conflicto, la vitamina C puede aumentar los síntomas, incluyendo el crecimiento de los tumores controlados desde el cerebro antiguo. Por otro lado, en la fase de curación, la vitamina C disminuye los síntomas de curación, pero también prolonga la fase de reparación. Ésta puede ser una medida bienvenida para reducir los síntomas de curación que sean muy intensos (ved Terapia de la GNM – Sobre la medicación).

El **café**, así como la vitamina C, es también un estimulante. Es por eso que beber café alivia los dolores de cabeza (un síntoma vagotónico). Desde luego, tomar mucho café durante la fase activa del conflicto amplifica los síntomas relacionados, por ejemplo, la retención de líquidos y el sobrepeso relacionado con la retención de líquidos (producido por “conflictos de abandono o existenciales”). Esto también puede aplicarse a las bebidas con cafeína, las bebidas “energizantes” y a cualquier otro líquido estimulante.

Con el conocimiento de GNM, los terapeutas nutricionales y los herbolarios pueden aplicar suplementos y hierbas de manera adecuada y más eficiente.

Fuente: www.LearningGNM.com

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:

La información en este documento no reemplaza el consejo médico profesional.