VIKTEN AV EN HÄLSOSAM DIET

Caroline Markolin, Ph.D.

> **Dr. Hamer:** ”En individ som äter ordentligt är mindre mottaglig för att lida biologiska konflikter. Det är självklart. Det är att jämställa med att rika personer inte får lika mycket cancer som fattiga, därför att de rika har större förmåga att lösa många konflikter enbart genom att ta fram sitt checkhäfte och skriva en check. **Men för att förebygga cancer (eller vilken annan sjukdom som helst) genom diet är omöjligt, eftersom en hälsosam diet inte kan hindra en konflikt från att uppstå.** I naturen drabbas ett starkt och friskt djur mer sällan av cancer än den som är svag och åldrad. Men det innebär inte för den skull att det är cancerframkallande att vara gammal.”

Det kan inte nog sägas att en hälsosam diet är väsentlig för vårt välbefinnande. Att äta hälsosam mat är särskilt viktigt när vi befinner oss i ett ”biologiskt program” (SBS).

Under konfliktaktivitet går matsmältningssystemet ner på minimi-läge och aptiten är vanligtvis låg. (Dr. Hamer: ” en hjort kan inte återta sitt förlorade territorium med en full mage!”). Genom den här stressfasen kan det vara av stort värde att ta kosttillskott eftersom det förhöjer energin och styrkan som behövs för att klara av stressen och lösa konflikten.

I början av läkningsfasen återkommer aptiten. **Mat blir nu sanna medicinen**. När ett organ eller en vävnad håller på att repareras, behöver organismen mycket näring som stödjer läkningsprocessen. Den energi som vi får genom en hälsosam diet gör läkningen så mycket enklare. Omvänt gör mat som innehåller toxiner (växtskyddsmedel, bekämpningsmedel, konserveringsmedel, tillsatser och liknande), som utarmar kroppen på energi. Dessa kan förlänga läkningsprocessen.

När vi fullt ut förstår att **det är i PSYKET som sjukdomar börjar och där de slutar**, och att det är av hjärnans funktion som kontrollcenter för alla kroppsliga processer, inklusive ”patogena” förändringar, som vi också kan lära oss att förstå att **en hälsosam kost eller näringstillskott som sådana inte kan förebygga och än mindre läka en sjukdom**. Dock kommer en hälsosam diet, helst från ekologiska källor, att påskynda läkningsprocessen, till exempel en cancer som redan är i läkning. **OBS**: Svår undernäring (svält, att inte kunna äta under en lång tid) kan orsaka dysfunktion hos ett organ utan DHS.

Att äta stora mängder **proteinrik mat** är av yttersta vikt under läkningen av tumörer som styrs från hjärnstammen, såsom lungcancer, levercancer, tarmcancer, bukspottkörtelcancer eller glandulär bröstcancer. När TB-bakterier håller på att bryta ner en cancer, gör sig kroppen av med restprodukter från tumören och utsöndrar stora mängder av protein. Att ge tillskott av protein för att ersätta det förlorade proteinet genom proteinrik föda kan rädda liv. ”Juice-dieter” eller en ”diet på rå föda” under den perioden kan orsaka allvarliga komplikationer. Detsamma gäller fasta under den här perioden.

Baserat på mönstret med de två faserna av varje ”sjukdom”, framstår kvaliteten på maten, örter eller kosttillskott i ett helt nytt ljus. **C-vitamin**, till exempel, har en ”sympatisk” egenskap och verkar som ett stimuli. Detta förklarar varför C-vitamin ”fungerar” vid en förkylning eller varför den hjälper att lindra smärta (ett vagotoniskt läkningssymtom) om det ges intravenöst. Om den tas i stora mängder under den konfliktaktiva fasen kan C-vitamin förstärka symtomen, inklusive tillväxt av tumörer som kontrolleras ifrån hjärnstammen. Under läkningsfasen, å andra sidan, minskar C-vitamin läknings-symtomen men förlänger också läkningsprocessen. Detta kan vara ett välkommet sätt att sakta ner läkningssymtom som är väldigt intensiva (se GNM Terapi – Om Medicinering).

Kaffe är, liksom C-vitamin, en stimulantia. Det är därför som kaffedrickande lindrar huvudvärk (ett vagotoniskt symtom). För mycket kaffe under den konfliktaktiva fasen kan å andra sidan förstärka de dithörande symtomen, som vattenlagring och viktuppgång relaterad till vattenlagring (vilket orsakas av existenskonflikter eller av övergivenhetskonflikter). Detta gäller också läskedrycker, ”energidrycker” och alla andra stimulerande vätskor.

Med kunskapen om GNM kan näringsterapeuter och örtläkare tillämpa kosttillskott och örter ordentligt och mer effektivt.

Källa: www.LearningGNM.com