



Kako povezati sve točkice u slagalici koju zovemo prehrana, saznajte iz prijevoda ovog odličnog uratka Sott report-a napravljenog 17.04.2011.:

{youtube}kulpPMhaq5o{/youtube}

Prijevod:

Loša hrana (Engleski: junk food op. prev.), stres, bolest, liječnici, dijeta, pilule, loša hrana, stres, SMRT.

To je zli začarani krug, sve dok ne umremo mislimo da znamo izaći iz njega; biljno ulje umjesto masti, puno voća i povrća i integralno brašno i puno manje mesa, sve zvuči potpuno razumno, zar ne? Ali pitanje je zašto zvuči razumno?

Da li imate dovoljno znanja o nutricionizmu da bi odlučili da li taj savjet ima smisla? Vjerojatno nemate, vjerojatno o tome ni ne mislite, ali vaš liječnik kaže da ima smisla, oni sigurno znaju o nutricionizmu, oni su pohađali medicinske fakultete, ali kada je 109 medicinskih fakulteta (u SADu op. prev.) odgovaralo na upitnik 2009, tri četvrti tih fakulteta nije imalo predavanja o nutricionizmu. Dakle, kolike su šanse da liječnik zaista zna o čemu priča, kada se radi o vašoj hrani? Ne baš velike.

Veliki broj savjeta koji vam daje vaš liječnik (u SAD op. prev.) dolaze od strane USDA ili United States Department of Agriculture (Ministarstvo poljoprivrede SAD) to je vladina agencija, oni sigurno znaju o čemu pričaju, ovo je najnovija USDA prehrambena piramida, pažljivo je pogledajte, puno toga govori, konzervirano voće i povrće, konzervirano meso, komadi obrađenog sira, što mislite od kuda USDA dobiva savjete?

Hrana, složimo se, je nekako važna, bez nje svi ćemo postati jako gladni, ali hrana radi puno više osim što utažuje našu glad, i osim što pomaže da naša tijela rastu, hrana može djelovati kao droga, može utjecati na to kako naš mozak radi, jeste li se ikada zapitali zašto neka hrana definitivno izgleda kao da izaziva ovisnost, pa odgovor je jednostavan, zato što IZAZIVA ovisnost.

Uzmite na primjer najosnovniju hranu u zapadnjačkoj prehrani, pšenicu, svuda je, u kruhu, tjestenini, umacima, punjenjima i konzerviranoj hrani, čak i u lijekovima, stvar koja pšenicu čini tako specijalnom je GLUTEN, ljepljivi protein koji drži kruh i tjesteninu na okupu, nije čista slučajnost da riječ gluten zvuči kao „glue“ (lijepilo na Engleskom jeziku, op. prev.), gluten je Latinska riječ za lijepilo, ali gluten radi puno više stvari osim što drži vašu tjesteninu na okupu, kad ga provarite razlaže se na kemikalije koji se zovu opioidi, koji slični morfiju, tako kada pojedete kruh ili tjesteninu, stomak vam se napuni i vaš mozak biva drogiran od strane vrlo jake droge, možda to objašnjava zašto tu hranu volimo toliko puno. Kao i kod morfija.

Dobar osjećaj koji imamo kad jedemo pšenicu dolazi sa određenom cijenom, kod mnogih ljudi

pšenica uzrokuje dramatične promjene u njihovom mozgu, neki ljudi postanu čak i psihotični kad jedu pšenicu, naravno većini njih neće biti dijagnosticiran problem sa hranom, već će im dati lijekove, reakcija na njihov sendvič, kad sve što trebaju uraditi je da maknu sendvič iz prehrane.

Mlijeko je još jedan ljepljivi prehrambeni proizvod, i to bukvalno, kazein protein iz mlijeka koji drži na okupu sir, se koristi da bi se proizvodila lijepila, boje i plastika. Možete napraviti svoju vlastitu plastiku kod kuće od mlijeka, samo dodajte nešto octa u mlijeko, procijedite sirutku i skupite kazein koji se formirao na vrhu posude, formirajte je po volji i ostavite da se osuši. Isto kao i gluten i kazein se razlaže na opioide, slične morfiju, što nam jako lijepo objašnjava zašto djeca toliko vole picu.

Nešto što djeca ne vole je; povrće, i možda za to postoji dobar razlog, uza sve vitamine i minerale koji se nalaze u povrću, sadrže i tvari koji se zovu: lektini, mogu vas načiniti jako bolesnima, količina lektina veličine 5 sjemenki bundeve može ubiti odraslo ljudsko biće, većina povrća sadrže lektine koji su štetni za ljudsko zdravlje, lektini u pšenici se lijepe za stanice u vašim crijevima, što može voditi do sindroma propusnih crijeva, lektini će putovati vašim krvožilnim sustavim i spojiti će se sa drugim stanicama u vašem tijelu, i tako uzrokovati autoimune reakcije kao što je: reumatski artritis, ništa od ovoga nećete čuti od USDA ili FDA ili vašeg doktora, oni su pre zaposleni da vam kažu da jedete više pšenice i povrća, i da pijete više mlijeka, što ide na ruku velikim korporacijama za proizvodnju hrane koje masovno proizvode pšenicu, povrće i mlijeko i naravno farmaceutske korporacije koje proizvode lijekove da bi suzbile vašu reakciju na pšenicu, povrće i mlijeko.

Mislite da te velike korporacije nemaju utjecaja na sve ono što vam vlada govori o hrani, e pa samo pitajte Margaret Miller, ona je radila za Monsanto na razvijanju rekombinantnog goveđeg hormona rasta, ili rBGH, nakon toga radila je sa FDA koja je odobrila taj isti rBGH. Ili pitajte Michaela Taylora ili Marsha Hale, ili mnoge druge koji su radili prvo za velike poljoprivredne tvrtke pa zatim za vladu, posao svih ovih ljudi je da savjet koji dobijete od vlade pomaže pravljenu dobiti velikih korporacija za proizvodnju hrane, čak i pod cijenu ugrožavanja vašeg zdravlja, a oni rade zaista dobar posao u tome, prema njihovom savjetu, ljudi zapadnjačkog svijeta jedu sve bolje i bolje sve vrijeme, srčane bolesti, rak i auto imunološke bolesti su sve do ite jedne u porastu oboljelih, sve više i više djece ima dijagnosticirane probleme sa mozgom u ponašanjem, kao što je ADHD, i to najvjerojatnije jer su drogirana. Dakle što je dobra hrana, ono što vam zasigurno nisu rekli, dobra hrana je puno više mesa i mesne masnoće, to je hrana koju smo mi ljudi konzumirali kad smo evoluirali i to je nešto što naša tijela još uvijek trebaju.

Članak prenesen sa: <http://www.matrixworld-loviste.com/slagalicahrane.htm>



Ovdje može biti Vaša reklama

