

NUTRIZIONE DI LUCE

Quando l'igienismo incontra il CDS tutto è possibile

ELISA CENEDA

HEALTH SCIENCE UNIVERSITY ANNO ACCADEMICO 2023/2024

settembre 2024

Questa mia ricerca è dedicata a coloro che soffrono, che sono caduti nella rete dell'inganno dell'industria farmaceutica, abbandonati senza alcuna speranza di guarigione dalla sanità.

A tutti Voi dico che è giunto il momento di prendere in mano la Vostra Vita e iniziare a compiere il passo verso la luce.

INTRODUZIONE

Ho avuto la fortuna di crescere in un'epoca dove il medico di famiglia godeva del massimo rispetto dei suoi pazienti e, anche se ero piccola, capivo che le sue parole erano sacre, andavano rispettate con rigore.

Quando mi ammalavo era tassativo stare a letto, fare riposo. Gli unici passi concessi erano per recarsi al bagno, nulla di più. Al riposo era sempre associata la dieta leggera, in bianco. Tralasciando la tipologia di pietanze che mi venivano date e che farebbero impallidire qualsiasi Igienista Naturale, era chiaro fin da subito che il riposo e l'alimentazione erano fondamentali per il recupero della salute del corpo umano. A tutto questo ci aggiungiamo anche il fattore tempo, che non si limitava a qualche giorno di isolamento ma solitamente ad una settimana di stop da tutte le attività, sia scolastiche che sportive.

Oggi la situazione è decisamente diversa, l'approccio medico-paziente è totalmente cambiato. Ai poveri ammalati vengono somministrati farmaci su farmaci per qualsiasi sintomo, prescritti esami su esami alla ricerca di un qualcosa che possa giustificare qualcos'altro, inseriti in un'agenda medica zeppa di appuntamenti dove spesso, per fare veloce, o il paziente si dimentica di elencare tutti i suoi malanni, o il medico liquida il mal capitato con la prescrizione di una ricetta medica magari con il nome del paziente pure errato. E alla domanda: "Dottore e per il mangiare cosa devo fare?" Spesso la risposta è "mangia come sempre". Se poi la diagnosi è di qualche malattia rara, cronica o un tumore, il decorso prende una piega ben diversa. Solitamente si inizia con cure su cure di farmaci, terapie farmacologiche che molto spesso portano il paziente a sentirsi solo, impotente e con il verdetto finale che non c'è più niente da fare. È giusto dire che non tutti i medici si comportano così, però sono solo una piccola minoranza.

Ma come siamo arrivati ad una situazione del genere? Credo che con il trascorrere degli anni, i medici stessi abbiano ricevuto ordini ben precisi su come operare limitando e talvolta impedendo loro di svolgere la loro professione con passione e amore verso il prossimo.

E così, siamo circondati da persone tristi, infelici, impaurite, sempre più ammalate e smarrite. E io queste persone le vedo, hanno gli occhi spenti, rassegnati, camminano spesso con il capo chino e le spalle leggermente incurvate.

A tutte queste persone dico che esiste una via verso la salute, anche quando ci è stato detto che non c'è più nulla da fare. Anche se sembra impossibile non bisogna mai perdere la speranza.

QUANDO IL CORPO E' IN SALUTE E COS'È LA MALATTIA

Tutti noi conduciamo la nostra vita, giorno dopo giorno, concentrati sul fare, produrre, guadagnare. La parola d'ordine è andare avanti, sempre, ignorando qualsiasi segnale che il nostro corpo, quale macchina perfetta, ci invia o al massimo zittendolo con qualche prodotto chimico farmaceutico.

Avviene però che alcuni sintomi si fanno più intensi, importanti e richiedono uno stop fisico da tutto quello che facciamo. Può insorgere la febbre, il vomito o altre reazioni poco piacevoli. La gran parte delle persone vede questo stato come malattia, termine usato per definire un qualcosa di molto vasto e che non dà una sensazione piacevole, è un qualcosa che non va nell'organismo.

Dal punto di vista igienista, lo stato di malessere del corpo viene visto e accolto con positività perché il corpo è in fase di eliminazione delle tossine che lo hanno portato a quello stato. Si comprende quindi che a seconda delle convinzioni che la persona ha sulla malattia, c'è un agire differente. Possiamo dire che la malattia è un mal adattamento allo stile di vita della persona ed è fondamentale quindi prestare attenzione alla reazione del nostro organismo e non alla malattia.

Ma quando ci sentiamo in salute? Quando ci sentiamo liberi di non essere dipendenti da malesseri del corpo. Questo stato lo si può raggiungere portando in equilibrio le parti fisico, spirituale, mentale e animica, che permettono di avere energia sufficiente per sentirsi realizzati. Possiamo dire che tutte le malattie hanno in comune la mancanza di energia necessaria per il perfetto e naturale funzionamento del corpo, così accade che entra in squilibrio, un nuovo equilibrio, sviluppando nuovi adattamenti con sintomi di vario genere ed entità.

MA COME SI CREA L'ENERGIA NEL CORPO UMANO?

Di base, il corpo umano ottiene l'energia dalla combustione, bruciando zuccheri, grassi e proteine presenti nel cibo. Già da qui si comprende l'importanza delle scelte alimentari, della qualità di ogni singolo alimento introdotto, compresa l'acqua.

Altro fattore importante per ottenere l'energia è l'ossigeno, elemento fondamentale per la combustione che crea il calore e l'energia necessari per il funzionamento del corpo e allo stesso tempo genera l'elettricità, ossia l'energia vitale. In assenza di elettricità non c'è vita.

Il corpo umano è vivo grazie all'energia e all'elettricità ottenuti attraverso la combustione biochimica che avviene mediante l'ossigeno. Senza l'ossigeno non c'è energia e non c'è salute. Altre fonti di energia del corpo umano sono la luce che diventa elettricità tramite la melanina e la biorisonanza terrestre assorbita durante il sonno.

SCIENZA E MALATTIA

Oggi si tende a vedere la malattia infettiva come un qualcosa di esterno al corpo che lo attacca e lo fa ammalare, quindi la causa è sempre esterna, ma ci sono sempre più prove che non è così. Se questa visione fosse corretta, perché alcune persone si ammalano e altre no? Perché alcune persone nonostante il contatto con il batterio non si ammalano? Non si deve guardare solo la parte colpita del corpo ma, nel suo insieme, anche quello che succede a livello emotivo e interrogandosi sempre sulla causa di ciò che sta accadendo.

Se la malattia è carenza o assenza di energia, sembra quasi facile rimediare: basta mangiare e fare sport e il problema si risolve, tuttavia non sempre è possibile soprattutto quando ormai la diagnosi è alquanto grave e senza speranza. La mancanza di energia, poi, può essere causata da un trauma fisico e psichico i quali, per essere risolti, necessitano di un gran consumo di energia che verrà sottratto da alcune parti del corpo che rimarranno più deboli dando quindi la possibilità di ospitare agenti patogeni o semplicemente trovandosi in difficoltà a eliminare le tossine presenti nel corpo creando così un ambiente acido. Un esempio potrebbe essere una persona dominata dalla rabbia: con molta probabilità soffrirà di disturbi al fegato in quanto esiste la correlazione tra emozioni e organi del corpo. Se non si interviene con una giusta analisi ma si sopprime solo il

sintomo si può sviluppare un quadro di malattia cronica o grave. Purtroppo però la medicina attuale molto spesso risolve il problema assegnando la pillola a vita come unica via di salvezza, di guarigione fino a , quando la situazione degenera talmente tanto che non c'è più nulla da fare e il paziente viene abbandonato a se stesso.

L'ACIDITÀ E ACIDOSI

Nel 1931, il Premio Nobel Otto Warburg, sosteneva che la causa delle malattie poteva essere attribuita ad un eccesso di acidità nel corpo.

Al giorno d'oggi si parla molto di acidità del cibo ma in realtà tutto il cibo è acido e i succhi gastrici lo sono ancora di più per poter scomporre gli alimenti e per poter eliminare batteri, virus e parassiti. Il cosiddetto cibo alcalino in realtà è acido ma acidifica meno l'organismo.

L'alcalinità del corpo non è data solo dalla scelta dell'alimento ma anche dalla respirazione. Noi viviamo grazie ad essa, immettendo nel nostro organismo ossigeno che è l'ossidante più abbondante che esiste eliminando l'anidride carbonica. Questo processo di alcalinizzare avviene 24 ore su 24, anche durante la fase del sonno.

Il sangue grazie ai polmoni si satura di ossigeno che verrà poi trasportato e distribuito in tutto il corpo grazie alla circolazione sanguigna. A questo punto avverrà la respirazione cellulare, ossia una combustione che trasformerà molte sostanze tossiche acide in ossidi più alcalini che verranno successivamente eliminati. Il sangue libera l'ossigeno dove incontra più acidità.

Con la rivoluzione industriale poi si è sviluppato sempre più il cibo industriale oggi presente in ogni pasto. Questi alimenti subiscono una tale trasformazione che di naturale rimane ben poco se non nulla, a vantaggio di molte sostanze aggiunte per permetterne la lunga conservazione. Sono sostanze conservanti e antiossidanti artificiali per nulla innocue se ingerite, tali da poter essere anche cancerogene. Questi alimenti sono altamente acidificanti e portano infiammazione in varie parti del corpo. Per combatterla, il corpo necessiterà di calcio che, qualora non ce ne fosse a sufficienza in circolo, verrà sottratto dalle parti del corpo che ne sono ricche, come le ossa, creando la malattia osteoporosi.

Una volta rientrato l'allarme acidità rimarranno dei residui di ossalato di calcio che potranno presentarsi sotto forma di calcoli renali o biliari oppure interessare altre parti del corpo come dare problemi alle valvole coronariche, al microcircolo, alle vene varicose così via.

Quindi uno stato di acidità temporaneo, se non gestito in modo adeguato, può portare all'insorgere di patologie e quindi trasformarsi in un livello di acidosi pericoloso per la vita stessa. Fondamentale è mantenere il pH del sangue in equilibrio e quindi compreso tra il 7,35 e il 7,45. Se è inferiore è

da considerare l'acidosi se è superiore è in alcalosi che è una situazione altrettanto pericolosa. Questo equilibrio è mantenuto grazie alla respirazione come meccanismo principale e poi anche grazie all'apparato urinario con l'eliminazione delle urine.

Ci sono due forme di acidosi: l'acidosi respiratoria e l'acidosi metabolica. L'acidosi respiratoria i cui sintomi sono la mancanza di respiro, l'aumento della pressione arteriosa e le palpitazioni. Causa debolezza, confusione e si può arrivare allo svenimento. È fondamentale in questo caso eliminare spesso l'urina per riportare i livelli di pH in equilibrio, un livello troppo basso risulterebbe letale.

L'acidosi metabolica invece è caratterizzata da un'esagerata e profonda respirazione perché il corpo cerca di compensare l'acidità espirando CO₂.

Quando il corpo è in equilibrio, dal punto di vista biochimico è leggermente alcalino, ma questo non vale per tutti gli organi, come ad esempio lo stomaco, e il cibo introdotto. Quando poi l'alimentazione non è adeguata, aumenta il livello di acidità nel corpo. Il problema di ciò è la quantità di zuccheri e carboidrati contenuti che provocano fermentazione e che a sua volta crea acidità.

Le diete alcaline che vanno molto di moda in questi tempi sono composte da cibi comunque acidi ma che acidificano meno il corpo rendendo più facile il recupero dell'equilibrio.

L'unica forma di alcalinizzazione del corpo resta la respirazione in quanto è l'ossigeno che introduciamo che ci alcalinizza.

CHI È JIM HUMBLE E COSA SCOPRÌ

La storia di Jim Humble può sembrare un racconto fantastico, che fa dubitare della sua veridicità ma è totalmente reale.

Jim era un ingegnere che lavorava come cercatore d'oro. Nell'estate del 1996 si trovava in una delle sue spedizioni e precisamente nella giungla della Guyana nel sud America. Durante la sua ricerca in mezzo alla selva, la sua squadra si ammalò di malaria. L'ospedale più vicino distava circa 700km e Jim non aveva con sé farmaci da somministrare se non un disinfettante per l'acqua conosciuto come ossigeno stabilizzato. Vista la situazione sempre più grave con i suoi uomini in preda al delirio della febbre oltre i 40°C, decise di dare loro qualche goccia del prodotto pensando che, visto il potere purificante nell'acqua, avrebbe potuto liberare i suoi compagni dall'agente patogeno che causava la malattia. Andò alla ricerca di aiuto e al suo ritorno dopo 4 ore trovò gli uomini seduti attorno al fuoco e decisamente in condizioni migliori di come li aveva lasciati. Poco tempo dopo si ammalò anche lui di malaria e testò su se stesso e su altri nativi locali che avevano contratto la malattia l'ossigeno stabilizzato, con il risultato che tutti guarirono.*

Jim al momento dell'episodio del racconto, assunse poche gocce di clorito di sodio senza averlo attivato prima. Quando raggiunse lo stomaco incontrò l'acido cloridrico (HCl) che ne provocò la reazione chimica, rilasciando un gas chiamato diossido di cloro. Il gas assorbito dall'acqua, dalle mucose e dal siero presente nel sangue fu l'artefice di queste cure definite miracolose. Il suo studio lo porta a perfezionare la miscela attivando il clorito di sodio (NaClO₂) con acido citrico al 50% e dandogli il nome di MMS, Mineral Miracle Solution. Oggi come sostanza che va ad attivare la miscela si utilizza l'acido cloridrico (HCl) al 4% e per distinguerla dalla precedente viene chiamata, CD da Chlorine Dioxide. Questa miscela è molto più delicata rispetto a MMS. Durante la preparazione del CD avviene la formazione del gas che con la dovuta procedura viene disciolto in acqua ottenendo così il CDS.

Negli anni Jim si dedica allo studio della sua scoperta, al diossido di cloro e nel 2006 pubblica il libro "L'integratore minerale miracoloso del 21° secolo". Tra il 2006 e il 2010, l'uso umano aumentò a tal punto da raggiungere una nota popolarità e nel 2010 iniziò una campagna da parte del governo americano e dei media, a dissuadere le persone dall'uso del diossido di cloro. Riferivano che era una candeggina velenosa e il suo consumo provocava lesioni e morte. Tra il 2010 e il 2020 continua l'attacco implacabile dell'uso umano e a chi lo promuoveva come soluzione al trattamento delle malattie umane.

GUARIGIONI RIPORTATE

Negli anni a venire sono stati condotti molti studi sull'utilizzo del diossido di cloro e visti i primi risultati, molte persone si sono offerte volontarie per testarlo su loro stesse, riportando la guarigione di innumerevoli patologie:

acne, alcuni calcoli biliari, alcuni casi di celiachia, alcuni casi di diabete, alcuni casi di tubercolosi, alcuni problemi cardiaci, alcuni tipi di affaticamento, alcuni tipi di cancro, alcuni tipi di parassiti, alitosi, allergie, ansia, artrite, artrite reattiva, ascesso dentale, asma, avvelenamenti, avvelenamento da cibo, avvelenamento da fluoro, avvelenamento da mercurio, avvelenamento da metalli, avvelenamento da piombo, babesia, bartonella, bromidrosi, bronchite, bruciore di stomaco, cancrena, cancro alla prostata, cancro alla tiroide, cancro alle gambe, cancro allo stomaco, cancro alla pelle, candida, casi di osteonecrosi della mascella, catarro, cattiva digestione, cheratosi attinica, cheratosi solare, chlamydia, cisti, colesterolo, colite ulcerosa, confusione mentale, crampi, cura o aiuta a migliorare la sclerosi multipla, cura o almeno migliora molto il lupus, DCM/DTM, debolezza, demodex, dengue, depressione, diarrea, disturbi del ciclo mestruale, disturbi dell'attenzione, disturbo post traumatico da stress, diversi tipi di paralisi, diversi tipi di ulcere, diverticolite, dolore addominale, dolore alla mascella, dolore alle articolazioni, dolore linfatico, dolori alle gambe, dolori muscolari, eczema, edema, elimina i batteri, emicranie, endocardite, enfisema, epatite B, epatite C, epstein-barr, eruzioni cutanee, febbre, fibromialgia, forfora, funghi, gengive sanguinanti, gotta, herpes, herpes genitale, infezione da stafilococco, infezioni al rene, infezioni alla bocca, infezioni alla vescica, infezioni alle orecchie, infezioni al tratto urinario, infezioni alla pelle, infezioni in generale, infiammazione della cistifellea, influenza, insonnia,

leishmaniosi, linfoma, lividi, mal di denti, mal di schiena, mal di testa, malaria, malattia di Lyme, malattie di Sjogren, miglioramento dell'HIV/ AIDS, miglioramento morcelloni, miopatia, morbo di Crohn, morsi di animali, morso di ragno Neva, muco nasale, necrosi, obesità, odore corporeo, osteoartrite, ostruzione polmonare cronica, parassiti, Parkinson, perdita di memoria, perdita di peso, piaghe, piede d'atleta, piorea, placche arteriose, polmonite, problemi agli occhi, problemi circolatori, problemi di stomaco, problemi di udito, problemi respiratori, problemi surrenali, prurito nodulare, psoriasi, punture di insetto, reflusso acido, scottature solari, sensibilità chimica multipla, sifilide, sindrome da stanchezza cronica (CFS), sindrome dell'intestino irritabile, sindrome dell'intestino permeabile, sindrome di Reiter, sinusite, stipsi, stomatite, sudorazione eccessiva, tiroide, tosse, tumore al seno, tumori, ulcera diabetica alle gambe, vari problemi di pelle, vasculite, verruche, verruche genitali (PHV), verruche plantari, virus, virus del papilloma umano, vomito.

IL DIOSSIDO DI CLORO

Il diossido di cloro (ClO₂) è un gas che non si forma naturalmente. Si dissolve nell'acqua prendendo il colore verdastro giallastro e il suo odore è irritante simile al cloro. Il diossido però è molto diverso dal cloro in quanto hanno una struttura chimica e un comportamento differenti, è un composto di cloro neutro che non si combina facilmente con altre sostanze.

Dal libro "salute proibita – incurabile era ieri" di Andreas Ludwig Kalcker.

Il fatto che assumendolo il corpo va in guarigione da innumerevoli malattie, fa pensare che tutte hanno un fattore comune.

Il CD è un ossidante che facilita la combustione perché porta maggior ossigeno a tutti i processi. L'ossidazione viene impiegata in modo simile e naturale dalle cellule di difesa, come fanno i neutrofili nel processo di fagocitosi, cioè inghiottiscono e bruciano il nemico.

Il gas di diossido di cloro è di colore giallo - giallo rossastro che evapora rapidamente se raggiunge o supera la temperatura di 11°C.

Nell'industria è utilizzato in forma molto concentrata e in quantità elevate e in combinazione con il colorato di sodio. Il diossido di cloro è impiegato anche per rendere l'acqua potabile, disinfettante degli alimenti e la decontaminazione di armi biologiche per uso militare. Ha la capacità di eliminare virus, funghi e spore pertanto è impiegato per lavare le verdure. Nell'industria alimentare lo si conosce come E926.

Il gas di diossido di cloro si dissolve completamente nell'acqua in quanto la sua struttura molecolare è molto simile a quella dell'acqua. Quando incontra sostanze con pH acido ha una reazione molto rapida. Quando reagisce nell'acqua, rilascia ossigeno da un lato e forma lo ione clorito (ClO₂⁻) dall'altro. Lo ione è una molecola che si carica elettricamente e nel nostro corpo ha una carica elettrica negativa ed è molto reattivo. Per questo motivo cerca una carica elettrica positiva, incontra il sodio formando così il colorito di sodio.

Essendo altamente reattivo, il diossido di cloro, grazie all'ossidazione, è in grado di sterminare gli agenti patogeni nell'acqua.

Il diossido di cloro, una volta ingerito, reagisce rapidamente con il terreno acido che incontra, rilasciando ossigeno e formando ioni di clorito che verranno successivamente convertiti in ioni cloruro, cioè sale. Il corpo metabolizza il sale con molta facilità perché è presente in quantità minime ed è in tutti i nostri fluidi.

L'effetto positivo del CD è quello di rafforzare il sistema immunitario del nostro corpo grazie all'ossidazione del patogeno e fornire ossigeno alle cellule.

Il diossido di cloro utilizzato nell'industria per sbiancare la carta o per la disinfezione non ha nulla a che vedere con la posologia orale. Molto spesso, anche tra i professionisti medici, viene confuso il termine chimico quindi è bene ricordare che la sostanza base, precursore per la produzione di diossido di cloro, è il clorito di sodio (NaClO₂).

IL DIOSSIDO DI CLORO È SICURO PER L'USO UMANO?

È vero che il diossido di cloro è usato nell'industria come sbiancante della carta ed è qui che nasce gran parte della questione. Chi ne è contro, l'unico termine che utilizza per demonizzarlo è candeggina. Il diossido di cloro ha la parola cloro nel suo nome, ma la sua chimica è totalmente diversa dal cloro.

Se usato come sbiancante la sua concentrazione sarà del 5% che equivale a 50,000 parti per 1 milione. Il dosaggio utilizzato per la salute umana va dal 0,00003% allo 0,02% di soluzione. Quando il CDS è utilizzato in modo appropriato, nelle minuscole quantità richieste per eliminare gli agenti patogeni e beneficiare la salute umana, è totalmente sicuro. I medici danno ai propri pazienti sostanze pericolose che possono essere benefiche ma anche altamente tossiche e persino causare la morte se somministrate in grandi quantità o in modo inappropriato. La tossicità ha a che fare con la quantità di dose e lo stesso vale per il diossido di cloro. Avendo superato con esito positivo i test della sicurezza, il CD è ora impiegato per rendere l'acqua potabile, ed è ora utilizzato come decontaminante sicuro in molte industrie tra cui quella alimentare, quella delle bevande, quella medica, agricola, farmaceutica e sanitaria. In qualsiasi campo in cui è necessario uccidere tutti i batteri, funghi e virus, il diossido di cloro è noto come la scelta più sicura, efficace e disponibile. È una delle poche sostanze chimiche che non danneggia l'ambiente.

Come per qualsiasi prodotto chimico o farmaco, erba o sostanza usati per scopo medicinale, si deve essere prudenti e discreti.

IL MIO PUNTO DI VISTA

Ho sentito nominare per la prima volta il Diossido di cloro più o meno un anno fa. Me ne parlò un'amica in modo molto superficiale, riportandomi quelle poche informazioni che si ricordava. Ricordo che la mia reazione non fu proprio in suo favore, anzi tutt'altro. Lo vedevo come un prodotto chimico che si sarebbe aggiunto a tutto il resto già presente nel corpo; a l'ennesimo farmaco miracoloso proposto dalla "medicina alternativa"; ad un'altra soluzione esterna senza invece valutare le abitudini e stili di vita della persona e lavorare sul miglioramento di queste.

Sono passati dei mesi da quella conversazione e un giorno attraverso i social media mi si ripresenta l'argomento diossido di cloro in più di un'occasione. Decisi di approfondirne la conoscenza leggendo vari articoli e testimonianze e partecipando ad una serata dedicata a questa tematica tenuta da un medico che io ritengo affidabile. Da lì a pochi giorni, comprai tutto il necessario per produrlo da me e iniziai ad assumerlo per poter comprendere veramente i suoi benefici, se ne fossero o meno.

Iniziai con assumere 3 ml di CDS in un litro d'acqua lontano dai pasti per poi, nei giorni successivi, aumentare la dose fino ad arrivare a 10 ml di prodotto per litro. La prima cosa che notai fu la pelle: risultava molto morbida, elastica, come se applicassi crema idratante più volte al giorno. Scomparvero tutti quei fastidi interni che a volte sentivo nei visceri e organi, iniziai a respirare molto meglio come se prima ci fosse un impedimento nel setto nasale e mi scomparve quel mal di schiena che si presentava di notte.

Un giorno andai dal parrucchiere per il nostro consueto appuntamento mensile e mi disse che aveva notato il blocco dell'aumento dei capelli bianchi. Subito non comprendevo l'origine della cosa, ma poi mi ricordai che era da un mese che assumevo il CDS regolarmente ed era l'unica spiegazione plausibile al fatto.

È chiaro che, non avendo io particolari patologie da trattare, non ho una testimonianza così importante da riportare, ma quel poco che ho riscontrato mi ha dato motivo di riflettere. Ho proseguito con la mia ricerca leggendo testimonianze su testimonianze di guarigione o miglioramento da malattie anche molto gravi dove veniva indicato in modo dettagliato come assumere il CDS e di abbinarlo ad una dieta adeguata e ad uno stile di vita sano: ma che tipo di dieta si dovrebbe adottare? Qual è lo stile di vita sano? E poi per quanto tempo devo consumare il CDS? Perché va bene che questa sostanza è sotto alcuni punti di vista miracolosa, ma se la persona non inizia a modificare quello che l'ha portata a sviluppare quello stato di malattia, appena sospende l'assunzione del prodotto, molto probabilmente ci sarà una regressione dello stato di salute acquisito. La risposta a queste domande non ha tardato ad arrivare, anzi, per me era scontata! Lo stile di vita igienista è l'unico che dal mio punto di vista si può associare.

Se la persona è predisposta ed è nelle condizioni fisiche da poter sostenere un digiuno iniziale, sarebbe un buon punto di partenza. Un digiuno di qualche giorno o un semi digiuno abbinato a degli estratti di frutta e verdura porterebbe il corpo ad uno stop dalle cattive abitudini ed a un inizio di eliminazione delle tossine. In questa fase si potrebbe risentire della crisi eliminativa detta anche sindrome di Herxheimer per la quale la persona può accusare mal di testa, acidità, vomito, cambiamento del sonno, diarrea, affaticamento, flatulenza, singhiozzo, eruttazione, arrossamento, raffreddore, rinorrea, vesciche, rigonfiamento, febbre cambiamenti da freddo a caldo nel corpo durante la notte, sudorazione eccessiva poiché le tossine vengono eliminate attraverso i pori della pelle, spasmi intestinali, dolori muscolari, prurito al corpo, mal di gola.

La cosa importante che la persona deve comprendere è che la situazione non sta peggiorando, anzi, le tossine vengono eliminate. Questi sintomi compaiono perché dalla dieta vengono eliminati cibi che creano dipendenza e sostanze oppiacei, come il glutine, latticini, caffè, zucchero, e perché la malattia è in via di guarigione.

È una sindrome da astinenza da tutto quello che ha reso il soggetto dipendente dal cibo non sano e non solo. Durante questa fase è fondamentale la tranquillità della persona, il riposo quando necessario, bere acqua per facilitare l'eliminazione delle tossine, passeggiate all'aria aperta per ossigenare il corpo e la mente, sempre se la fatica lo permette, praticare yoga. Ideale è togliere completamente tutto quello che riguarda i mass media e coltivare un hobby come la pittura, lettura, piccoli lavori manuali, il canto che aiutano a distogliere la mente

da pensiero del cibo e arricchiscono l'Io. Anche trascorrere del tempo in natura con gli animali domestici porta solo che beneficio all'Anima. Trascorso questo periodo, si può iniziare a reintrodurre il cibo nella dieta in modo graduale ascoltando il proprio corpo senza forzarne i passi successivi. Sarà il cibo che andrà a formare il microbiota che poi deciderà il modello alimentare.

Si inizierà al mattino con la frutta o verdura cruda come il sedano e finocchio il tutto ben masticato, dopo mezzogiorno 1 o 2 frutti alla volta a seconda della fame. La banana va inserita per ultimo tra le varie scelte di frutta perché ne è più complessa la digestione. A questo punto si possono inserire i semi oleosi, a seguire le verdure cotte, le minestre e minestrone, le uova, carne e pesce, patate cotte, ricotta, kefir, yogurt e formaggi, legumi e farinacei integrali e biologici. Ovviamente non bisogna avere fretta ma rispettare i tempi di adattamento del corpo al nuovo modo di alimentarsi, al nuovo microbiota in formazione; alla mente ad adattarsi alle nuove abitudini per non ricadere in vecchi vizi malsani.

Fondamentale è la tranquillità sia durante il pasto che dopo per non compromettere la fase di digestione. Basta una telefonata poco piacevole, un rumore che ci mette in allerta per bloccare il processo digestivo e dirigere le energie in altri settori reagendo con la rabbia o la paura e generando la produzione di ormoni che rallentano o bloccano la digestione.

Altro aspetto da non tralasciare è l'attività motoria che rafforza la digestione. Si può iniziare con delle passeggiate per poi passare alla corsa se si vuole essere più prestanti. Praticare yoga, andare in palestra, nuotare, tutto quello che riguarda il movimento e che viene fatto con piacere può portare solo a dei vantaggi per il corpo e la mente senza poi tralasciare l'aspetto sociale, i nuovi incontri, le amicizie.

Nella vita, tutti noi abbiamo sperimentato il dolore, alcune volte era sopportabile, altre ci ha fermato, altre volte lo abbiamo zittito con un farmaco. Ecco, il dolore è lo strumento che la vita ci ha donato per preservare la nostra integrità fisica e psichica. Quando si presenta è perché ci deve comunicare qualcosa che è sempre molto importante. In base a dove si localizza e quando si manifesta c'è sempre un perché, un qualcosa di vissuto a livello emozionale, inconscio che poi si manifesta nella materia, nel corpo. Lavorare su questo aspetto permette di sbloccare dei blocchi energetici, dei programmi mentali, dei traumi del passato che ci tengono legati alla malattia, al mal stare.

Per portare il corpo in salute è bene porre attenzione anche alla respirazione, metodo principale per rendere alcalino il corpo. Per avere un effetto calmante si pratica la respirazione triangolare che consiste in una fase di inspiro, seguita da una di espiro e in fine si trattiene. Se praticata in modalità inversa, ovvero inspiro – trattengo – espiro si avrà un effetto energizzante. La respirazione quadrata, inspiro – trattengo – espiro – trattengo, ha l'effetto di centratura.

Il breathwalking è una pratica di camminata con respirazione consapevole. Consiste nel fare piccole inspirazioni ad ogni passo e piccole espirazioni ad ogni passo. Migliora l'ossigenazione dei tessuti, vi è un aumento del livello energetico e un aumento della lucidità mentale. Porre attenzione al respiro porta ad un aumento della concentrazione.

Legata alla respirazione c'è la meditazione che è una pratica fondamentale che ci invita a prendere uno spazio per noi stessi, senza fretta, in un momento della giornata compatibile con lo stile di vita. Per iniziare sono sufficienti 10 minuti di cui i primi 2-3 serviranno a placare la mente. Il luogo scelto per meditare deve essere un posto tranquillo dove ci si sente a proprio agio senza interferenze. L'obiettivo di questa pratica è educare la mente, lasciare fluire i pensieri perché noi non siamo i nostri pensieri ma molto di più. Ci si concentra sul respiro e si diventa osservatori dei pensieri. Durante questa fase la mente esce dalla confusione e si è consapevoli di quanto accade. Ci sono varie tecniche e ognuno può scegliere quella più affine a se stesso. Meditare aumenta il benessere del praticante nel lungo periodo, non nel momento del bisogno. Migliora il potenziale e si riesce a vivere il presente che è pace e gioia.

CONCLUSIONI

Siamo tutti d'accordo che vivere secondo lo stile igienista può solo che portare vantaggi per la salute di tutti noi, tuttavia c'è ancora molta gente che lo ignora o crede che sia una filosofia del momento. Io mi rivolgo proprio a queste persone, molto spesso ammalate, che stanno comprendendo che la medicina non è sinonimo di salute.

Persone la cui vita è scandita dal ritmo dei controlli medici o dall'orario del prossimo farmaco da prendere i quali però non riescono ancora a credere che la soluzione è molto più semplice di quanto sembra. Legati al concetto, al programma mentale che la salute avviene grazie all'assunzione di un farmaco, risultano titubanti e talvolta smarriti nell'intraprendere un nuovo percorso salutista.

Con l'assunzione del CDS possono trovare quell'alternativa che li fa stare tranquilli, li fa sentire sicuri. Si parte con un percorso igienista dove la persona inizia a prendere in mano la propria vita senza delegare la salute ad un'altra persona. Come aiuto esterno assumerà il CDS fintanto che si rientra dalla fase allarme della patologia, per poi proseguire il percorso igienista e mantenerlo come stile di vita sano e senza ricadere nelle vecchie abitudini.

Durante questo percorso si deve comprendere l'importanza di rafforzare il sistema immunitario cosicché da avere un corpo forte, che riesce a lottare contro tutto ciò che lo aggredisce. L'igienismo costruisce il corpo sano.

BIBLIOGRAFIA

- *Dal libro "salute proibita – incurabile era ieri" di Andreas Ludwig Kalcker.*
- <http://t.me/protocolliCDS/162>
- <https://t.me/clo2italia>
- <https://CDStestimonianzeitalia>
- <https://odysee.com/@JackGioia:2/diossidodicloro:4>
- Appunti lezione del Dottor Cocca, primo anno hsu 2023/24
- Appunti e slide della scuola di nutrizione superiore di Marcello Pamio, anno 2022/23

*C'è stato uno studio molto approfondito riguardante questa malattia condotto dalla Croce Rossa in Uganda nel 2012. Vennero testate 154 persone affette da malaria. In soli 24\48 ore dalla somministrazione di 18 gocce di CD ci fu la totale guarigione confermata con lo striscio microscopico e la prova antigenica.