

<<清洁你的身体>>

图书基本信息

书名：<<清洁你的身体>>

13位ISBN编号：9787500843375

10位ISBN编号：7500843372

出版时间：2009-6

出版时间：中国工人

作者：扬

译者：慧洋

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<清洁你的身体>>

内容概要

这是一本不同寻常的“清洁排毒”手册，它颠覆了现代医学，却拯救了众生！

罗伯特·O.扬博士从显微镜下的微观世界真实地告诉你身体内部酸碱的真相，从而揭开所谓“健康食品”的伪善面目！

在此之前，我们已经接受了国内太多的酸碱平衡的观点和理论，却从来没有从本质上认识到酸碱的根源，结果在排毒、减肥、慢性疾病方面仍然收效甚微。

如果你真正获取了书中的奥秘，那么，我相信你已经找到了保持曼妙的身材、乐观的情绪、健康长寿的最佳途径！

我只想告诉你：这本书给你带来的欣喜，远远多于你为它的付出！

<<清洁你的身体>>

作者简介

罗伯特·O.扬，哲学博士与科学博士（微生物学与营养学），一生从事“疾病”起因的研究，他帮助人们重新平衡身体与生活。

作为微生物学家，他的人生使命是：对于体内真正的酸碱平衡取决于健康的生活方式、饮食和营养补充的必要性提供更高的认知。

扬博士致力于康复疗法，并因对

<<清洁你的身体>>

书籍目录

营养专家的话 译者的话 概要 前言 序言 引言 第一章 酵母, 真菌和霉菌的真相 第二章 消化系统致命性腐烂 第三章 酵母/真菌侵袭症状 第四章 体悟酸与碱的真谛 第五章 建立平衡与和谐的步骤 第六章 饮食指导 附录A 治愈方案与资源 第一节 治愈方案 第二节 资源 附录B 健康的关键要素 第一节 榨汁 第二节 生芽 第三节 食品的过渡与食谱 附录C 感言信 附录D 总表 表一 食品灰的pH值 表二 玉米与花生的真菌含量 表三 缩微形态/产生疾病症状的食品负荷比较 表四 真菌和霉菌引起的人类疾病 表五 生命的战争与和平 表六 请洁身体日记

<<清洁你的身体>>

章节摘录

第一章 酵母，真菌和霉菌的真相酵母和真菌是植物生命的单细胞形式，它们栖息于陆地、空气和水中，无处不在。

霉菌与酵母和真菌息息相关，是体内所有多型现象循环周期的末端形态。

单真菌细胞只能在显微镜下看到，但是，其菌落以蘑菇、伞菌形态出现时就能看得到了，还有我们有时看见长在什么东西上面的绒毛状的那些霉菌。

酵母/真菌和霉菌在地球上生存了数亿年，期间已经蜕变成50多万种不同的可辨形态。

值得注意的是，在这段期间里酵母/真菌和霉菌很少发生遗传变异。

显而易见，它们不需要，因为他们是被当做机会主义和生存主义者创造出来的，而且完全适合它们所做

的事。

酵母/真菌和霉菌能够迅速繁殖，也能长眠数千载。

这种情况我们在埃及古墓发现的活芽孢里已经看到。

对于我们产生这些多型形态的内在能力，存在着合理的生物学基础。

当人类、高级植物和动物活着的时候，细菌、酵母/真菌和霉菌不能完全战胜高级生命形态所具有的自然平衡机制。

但是宿主生物一旦死亡，这些缩微形态便成为最重要的“葬尸人”，它们把高级生命形态变为基本物质。

生物学把这个过程称为碳循环，它是一个自然而必要的生命过程。

如同所指，这些回收者从微胶粒演变而来，实际上它们是微胶粒的食腐形态。

微胶粒天生存在于所有多型的缩微形态中，正如它们生活在所有的生命体中一样。

它们是有机物质被降至成终极不灭的形态。

实际上，我们在以一种完全违反自然的方式阻止这一过程——力图用有毒的化学药品甲醛，一种霉菌毒素保存尸体。

最终，我们可能还是得放弃这种执著于遗体的不健康且不妥当的做法，因为我们根本不会再有存放空间，还因为我们在不停地把剧毒的定时炸弹放置在地球上。

疾病的“秘密”对于生与死这一简单的平衡公式存在一个不幸的例外：正如我们说过的，酵母/真菌能够在我们还活着的时候就开始接管我们的肌体。

原因何在？

因为微胶粒无时不在接收该生物已经死亡或者正在解体的化学信号！

这是个什么信号呢？

体内土壤酸化（详见第四章）的信号。

当肌体死亡或细胞开始解体时，身体自然呈酸性。

没有呼吸，当然就没有氧气。

想想看体内土壤失衡的症状之一就是缺氧。

正如所指，那些病变的生物无氧而强健，也就是说，它们厌氧。

我还注意到，由于各种不同的压力，我们往往使自己接受这种管制。

我们的压力丰要来自长期不当的饮食和/或其他慢性毒素（记住情感波动和没有爱心的思想，愤怒等对组织也有强烈的酸化作用）。

因此，当体内土壤长期受损或失衡时，我们也随之失去内在和谐——“心灵之光”！

同一种疾病，同一种病状今天大多数人都知道环境污染和环境污染是如何毁损地球的：我们靠地球维持生命，而又用废弃物质污染它。

那么生病基本上也是这样。

这些病变的生物确实在吞噬我们，而且也在污染我们。

其实，是我们首先污染自己，由此引起唯一的生理疾病：酸碱失衡/我们体内的土壤中毒。

毒素和产生酸的饮食破坏了肌体的化学性质，这种失衡状态（即身体不适）转而又扰乱了微胶粒的中心平衡。

<<清洁你的身体>>

营养匮乏能够产生同样的后果，但是，这也能由酸化引起。

除非受到致命的或永久性的损害，健康的土壤出现的急性中毒只能暂时造成破坏，最低程度地干扰微胶粒，肌体会很快恢复平衡。

慢性中毒的情况则不同，病状随之而来：微胶粒蜕变成细菌而最终变为酵母/真菌的侵扰。

酵母/真菌能够侵扰血液、任何细胞或组织，导致范围广泛的症状。

正如所强调的，我们体内的酵母/真菌获得能量的主要食物是葡萄糖，加上为繁殖和生长需要的脂肪和蛋白质（甚至我们的遗传物质，核酸）。

当这些生物得到滋养的时候，也产生废弃物，正像人一样。

它们的“尿和粪便”被叫做霉菌毒素，对人体非常有害。

身体的这种霉菌毒素中毒称作霉菌毒素中毒症。

由于霉菌毒素本身是酸，所以它极大恶化了饮食造成的酸性。

酸被释放进入血液和细胞内部。

血中毒的结果导致更多的细胞和组织中毒，而所有这一切又进一步地扰乱微胶粒，致使我们感到疲劳和不适。

由于这些毒素多是酸，所以它们以化学方式破坏或分解我们的物质、细胞和组织。

我想强调疾病症状主要以两种方式出现：肌体排毒尝试，和毒素作用于肌体化学物质、细胞和组织的后果。

这两种主要方式的结合也很常见。

多数毒素是酵母/真菌的代谢物，而且这还包括我们所处环境中的大量化学毒素。

原发性霉菌毒素是该生物直接生成的，而继发性霉菌毒素不是分解后的产物就是结合后的产物。

虽然体内受到的损伤大部分是由酵母/真菌造成的，但是早期或细菌阶段的酵母/真菌用其代谢废弃物（外毒素）和化学成分（内毒素）也能够造成相当大的破坏。

这样的一个例子是伤寒杆菌，沙门氏菌，其毒素使肌体产生我们称为伤寒的症状（疾病症状的第一种方式）。

细菌形态并不总是蜕变成真菌，真菌也不总是变为霉菌，末端形态。

这取决于体内土壤的具体状态和条件。

我们除了自己能够产生各类不同的缩微形态外，还因为随意接触这个追求享乐的尘世，使得它们进入我们的呼吸系统和肠道（主要渠道是我们的饮食，这在后面会谈道）。

安托万（Bechamp，安托万·比彻姆普，1816～1908年，德国药剂学博士、医学博士、理学博士）由植物发现，细菌“侵略者”在宿主体内生长的情况，看似与其在实验室培养物里生长的情况一样。

但是他推断，真正发生的情况是，入侵的细菌在植物自身的细菌/真菌前身触发了类似的生长过程——如同拨动开关一样。

安托万认为人体的情况同样如此，而且两种情况都取决于之前易受影响的部位。

如此说来，我们可能体验到也可能体验不到这些“入侵者”造成的种种后果。

人可能感染上酵母/或真菌，比如，脚癣、阴道真菌感染、链球菌属性咽喉炎或皮肤癣菌病，但是，他/她的体内一定存在着易受感染的环境。

另一个极端是艾滋病患者，他/她面对的酵母/真菌感染严重地危及他/她的生命！

因为他/她的土壤遭到严重破坏。

我们的清洁工由于有了微胶粒原理和多型现象理论的基础，现在我们可以用一种新观念思考免疫系统。

尽管免疫系统可能不堪重负，失去抵御酵母/真菌的功效，但是抗感染并不是它的主要作用。

免疫系统并不像普遍认为的那样是“第一道防线”，到要由免疫系统处理体内传染性病原体的时候，体内土壤的pH平衡已被打破。

免疫系统唯一可以被称作“防线”的部分，位于我们肌体环境与地球环境之间——黏膜屏障。

体内免疫功能的主要作用是不间断地、精细地打扫体内卫生。

免疫系统必须不停地收拾和排除污物，包括肌体代谢物在内。

除此之外，每天还要处理5亿个死亡和被置换的细胞残余物！

<<清洁你的身体>>

免疫系统不仅能收拾这些废弃物，而且还能回收很大一部分，确实令人惊叹。

如果没有这种清理，我们体内会被残余物堵塞。

但是，抗感染的免疫能力不创造健康，而且也不能创造健康。

可见，抗感染免疫力是个备用系统——一个备用轮胎。

健康本身（平衡的体内土壤）构成对致病的缩微形态最有力的抵制。

今天错位强调免疫力和“刺激”免疫功能是可悲的病理论的后遗症。

其结果会过分依赖免疫系统，以致我们大多数人一直都在“用备用轮胎行驶”。

这样做妥当吗？

在脚癣和艾滋病两极病症之间，存在因为酵母/真菌肆意生长而诱发的病症，如糖尿病、癌症、动脉粥样坏死（动脉阻塞）、骨质疏松症、慢性疲劳综合征以及其他更多的，包括看似人传人的传染病。

我的结论是，大多数的疾病症状，特别是慢性和退化性症状，都是在细菌、酵母/真菌以及与它们相关的外毒素和霉菌毒素出现之后产生的。

某些龌龊的霉菌毒素还记得盘尼西林吗？

它是1940年培育出来的一种作为抗生素使用的霉菌毒素。

制药工业在20世纪30年代和40年代，研究了多达1000种可能用作抗生素的化合物，它们都可以列入霉菌毒素。

但大多数最终没被采用，因为对高级生命的毒性太大，而不具治疗细菌症状的价值。

对这些毒素的研究其实勾画出这些物质的危险性。

换句话说，所确认的是霉菌毒素引发的一系列病症！

有些研究人员认为酵母/真菌和霉菌产生的毒素还不止1000种。

<<清洁你的身体>>

媒体关注与评论

<<清洁你的身体>>

编辑推荐

《清洁你的身体:维护肌体的酸碱平衡》：只有一种生理疾病——肌体过酸，这主要因为颠倒的饮食和生活方式。

这种过酸导致一种疾病或原发性症状——微生物在体内过度生长，其毒素引起我们称之为“疾病”的，种种症状。

如果你愿意花时间和精力来理解扬博士的理念，你的生命质爱会有革命性的突破。

<<清洁你的身体>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>