31. poglavlje

Bolesti srca

Svoje začepljene arterije možete pročistiti bez upotrebe lekova, operacije i ogromnih količina vitaminskih dodataka. Ništa vam nije potrebno osim prirodne hrane i lekovitog bilja. Vaš sistem za cirkulaciju može se obnoviti za 30 dana, samo što je za to potrebna posvećenost radu i lečenju. A radićete stvari koje ni od koga pre niste mogli da saznate. Evo kako bi to trebalo da izgleda...

„Lečio sam ljude koje ni najbolje lečilište srčanih bolesnika nije smelo da primi. Plašili su se da ne umru na aparatu za testiranje srca (ergometru)."

Ričarde, da li ste nekada lečili ljude kod kojih je trebalo da se ugradi bajpas, ali nisu jer ste im vi pomogli?

- O da, naravno. Imao sam pacijente koje su odbacili i najpoznatiji stručnjaci za srce. Govorili su im da je bolest već odviše napredovala. Zapravo, imao sam veliki broj pacijenata koji su dolazili iz najboljeg lečilišta za srčane bolesnike. Jedna od mojih prijateljica radi tamo kao medicinska sestra.

Ljudi sa teškim začepljenjem arterija su dolazili kod mene. A to je bilo vreme pre Dina Orniša. On je bio prvi lekar koji je dokazao putem angiograma i rendgenskih snimaka da se prirodnim metodama lečenja pročišćavaju arterije. Dr Kristofer je govorio o tome još tokom 1930-tih godina.

Određen broj ljudi je odlazio u najpoznatije lečilište za srčane bolesnike. Međutim, oni tamo su se plašili da ih stave na određen režim fizičke aktivnosti i ishrane, jer su arterije ovim pacijentima bile previše začepljene, oko 80% ili više. Plašili su se da im ne umru na ergometru. Nisu želeli da ih neko tuži zbog toga.

Zato su im predlagali ugrađivanje bajpasa, pa da se posle vrate. E pa, to nisu svi hteli da urade. Spomenuta medicinska sestra ih je zato upućivala na mene, barem one ljude koji su to hteli, iako sam bio nepoznat svima tamo...

Najpre bi obavila mali intervju sa njima, a ako bi oni rekli nešto nalik: „Sve bih uradio da se izlečim", onda bi ih slala kod mene. Naravno, kod mene su morali da budu 30 dana na postu sa sokovima ili sirovoj hrani. Definitivno bi morali da ostanu na biljnoj hrani do kraja života.

A ono lečilište je još uvek služilo piletinu i ribu u svom restoranu. Oni su mislili da piletina ima manje holesterola od govedine, što nije tačno. Ima potpuno istu količinu. Jesu to bile male porcije, ali na kraju krajeva, ako nekome može svakog trena da stane srce, zašto dodavati još masti u njihovo telo? Čak je i program Dina Orniša podrazumevao uzimanje nekih mlečnih proizvoda. Dakle, mnogi pacijenti su tako dolazili iz tog lečilišta. Kod mene su prelazili na potpuno biljnu ishranu. Bilo je neophodno da im se smanji nivo holesterola u krvi, kao što sam to opisao na video snimcima.

Da li je neko od njih bio u toliko lošem stanju da su im njihovi lekari predložili transplantaciju srca?

- Da, transplantacija i bajpas.

A ako im je neophodna transplantacija, da li je onda kasno za prirodne metode?

- Nikako. Da još uvek radim, najviše bih voleo da imam pacijente kojima treba da se uradi transplantacija. Sudeći po mom iskustvu, prirodne metode lečenja spasavaju živote. Imao sam mnogo pacijenata sa tako začepljenim arterijama, da su po ceo dan trpeli bol u levoj ruci.

Angina i bol u srcu su ih ubijali. Angiogrami su pokazivali veliko začepljenje arterija. Dok su lekari, naravno, i tada, a naročito 1980-tih godina, verovali da je nemoguće ispraviti takvo stanje. Međutim, mi smo izlečili sve takve ljude koji su se držali našeg programa.

Sve?

- Da. Znate, dr Kristofer je govorio čak i da lucerka pročišćuje arterije. Naravno, u savremeno doba je i dokazano da lucerka ima takvo dejstvo, kao i beli luk, i mnoge druge biljke i prirodne metode lečenja.

Čak je dokazano i da sama fizička aktivnost ima isti učinak. Dr Kristofer je o tome govorio još dok je Din Orniš bio u pelenama, samo što njega niko nije slušao, jer nije imao „doktorsku titulu" na njihovom fakultetu. Ali čak ni danas ga ne slušaju. Din Orniš je bio šokiran kada je uvideo da niko u svetu ne preduzima ništa u vezi sa onim što su lekari prirodne medicine govorili 50 godina unazad.

Nije mogao da veruje što ga niko ne sluša?

- Tako je. Uverio sam se u to kada sam uživo slušao njegovo predavanje pred onim Američkim udruženjem srčanih bolesnika. Odbili su ga bez pogovora.

Ovako im je govorio: „Ne mogu da verujem. Ja posedujem program lečenja za koji je dokazano da smanjuje naslage plaka u arterijama, sa sve angiogramima i snimcima kao dodatni dokaz". A oni su mu na to rekli da prosečan Amerikanac neće hteti da prihvati biljni način ishrane.

Oni su smatrali da prosečan Amerikanac više voli da mu se ugradi bajpas. Nisam mogao da verujem kada su to rekli. To je ono što glupi kreteni iz ovog Udruženja misle o Amerikancima.

Oni misle da smo mi toliko glupi, toliko zadojeni, da bismo više voleli da nas neko testeriše po grudnom košu, i po venama na nogama, da ih odstranjuje, zajedno s arterijama srca, pa da ih onda zameni. Više bismo voleli to, više bismo voleli da budemo na intenzivnoj nezi nedelju i po dana, i da imamo keloidni ožiljak od grla do pupka.

A ako vam to nije dovoljno strašno, ne brinite, tu su i jaki bolovi nakon operacije. Ti lekari su vam doslovno presekli telo na pola.

I mi, Amerikanci, pre bismo uradili to, znajući da ćemo za najviše 10 godina opet imati istu operaciju i znajući da će nam arterije i dalje biti zakrčene. Dakle, mi bismo više voleli to da uradimo, nego da promenimo svoj način ishrane. E pa, ja ne verujem u ovo.

Po mom iskustvu, prosečan Amerikanac bi radije promenio navike u ishrani i svoj način života. Ali, ono Američko udruženje za srčane bolesnike mora da radi zajedno sa lekarima i hirurzima. Oni se vole.

Kašne obloge za zakrčene srčane arterije

Šta ste radili sa pacijentima čije su arterije bile veoma začepljene?

- Primenjivali smo obloge sa ricinusovim uljem pravo na grudni koš. Najbolje je da se koristi takva vrsta obloge, veličine volana, koja se nanese posred grudi.

Postoji mesto koje predstavlja centar između dva najniža rebra. I postoji tu manji deo hrskavice. Oblogu možete naneti oko 2,5 cm ispod toga i zahvatiti predeo do iznad grudi, kao i sve oko grudne kosti.

Zatim, možete primeniti posle i fomentacije s alevom paprikom i đumbirom. Samo morate biti pažljivi, jer su one prilično „zapaljive". Još

jače od toga jeste primena tuša vrele vode na taj deo tela, posle čega sledi tuš hladne vode.

Bilo je mojih pacijenata koji su primenjivali sve tri gore navedene metode, naročito fomentacije s alevom paprikom i đumbirom; u isto vreme su radili i naizmeničnu primenu tuša vruće i hladne vode, zbog čega im je momentalno dolazilo do popuštanja angine.

„Kada sam imao probleme sa srcem, uzimao sam 5-6 kašika veoma ljute aleve paprike dnevno."

Koliko aleve paprike? Koje vrste?

- Najmanje dve kapsule. To je minimum, kao jedna ravna kašičica. Ja preporučujem 3-6 kašičica dnevno. A kao što sam već rekao, ljutina aleve paprike treba da bude najmanje 100.000 jedinica. Radi poređenja, ona iz prodavnica zdrave hrane ima 40.000 jedinica.

Toliko uzimate da jedete, a onda primenjujete i po malo fomentacije spolja s alevom paprikom i đumbirom.

Kakva vrsta fomentacije, koliko je jaka?

- U dva litra vode se stavi nekoliko punih kašika aleve paprike i svežeg, iseckanog đumbira. Ništa više.

Rekli ste da ste u pojedinim slučajevima koristili i slačicu?

- Da, slačica je prilično poznata kao lek, ali danas nije dostupna svim ljudima. Zanimljivo je to da u Americi i nema baš neki ukus, dok je u Evropi, u Francuskoj i Engleskoj veoma jak.

Seme slačice je danas hibridizovano, tako da je slabog kvaliteta. U Prvom svetskom ratu to se koristilo za ubijanje ljudi. Reč je o biljci veoma jakog dejstva.

Drugim rečima, kad se nabavlja slačica, treba naći što jaču.

- Da. Treba vam dobra slačica jakog dejstva.

A kako ona deluje, obezbeđuje toplotu obolelom delu tela?

- Deluje isto kao aleva paprika i đumbir, protiv iritacija. Ona prodire u pore i povećava toplotu; dovodi krv i pokreće je, naročito ako imate srčane zastoje.

Dakle, ona direktno ulazi u krvotok ako imate zakrčene srčane arterije?

- Upravo tako.

Koliko puta dnevno se uzima: jedanput, dvaput... ili zavisi od osobe do osobe?

- Jedanput-dvaput dnevno, u zavisnosti od ozbiljnosti problema. Mojim pacijentima je itekako pomogla. Olakšanje se odmah oseti, ako imate anginu. Uzmete pa progutate malo aleve paprike, a onda nanesete kašnu oblogu. I ako imate anginu, bolovi će odmah nestati.

Da li se sećate nekih veoma teških slučajeva sa srčanim problemima kada ste koristili ovu metodu?

- Da, imao sam prilično dosta nepokretnih ljudi, ljudi koji su bili u kolicima. Nisu mogli skoro ništa da rade, ali svako može da nanese obloge, i da potom uzme alevu papriku internim putem. A nakon toga, mogu da pređu i na vruće i hladne tuševe.

U koliko su lošem stanju bili neki od njih? Koliko su im bila slaba srca?

- Dolazili su mi ljudi kojima je rečeno da imaju 80-90% začepljenja arterija. Tako su im rekli njihovi lekari. U takvim slučajevima čak ni ne rade angioplastiku, jer su arterije previše zakrčene. A ako bi bilo manje zakrčenja, onda bi ubacili onaj instrument unutra, i koristili ili balon spravu ili bi izvršili angioplastiku. Međutim, kada je onoliko loše, onda se ide na ugradnju bajpasa. Lekari se više ni ne premišljaju oko toga. Odmah idu na sečenje koronarne arterije.

Ako je toliko loše stanje, kako je samim pacijentima? Kako izgleda njihov život?

- Obično imaju užasno lošu cirkulaciju u donjim ekstremitetima. Šake i stopala su hladni, i verovatno imaju proširene vene po raznim delovima tela. Zbog slabog protoka krvi u ekstremitetima može biti prisutan i bol. U ostale simptome spadaju: gangrena, otkazivanje pluća i bubrega, i psihičke smetnje, buncanje.

Ali kada su arterije 80-90% začepljene, da li nastaju otoci zbog slabog protoka krvi?

- Da. U bubrege ne odlazi dovoljno krvi, te obično nastaju otoci. Imao sam mnogo takvih ljudi kojima su članovi bili skroz otečeni, od donjeg dela lista do pete. Nigde nema udubljenja. Izgleda kao da samo imaju jedan veliki list.

Jedino što im lekari daju je lek digitalis, zar ne?

- Da, ali on obično nema mnogo efekta. Sve zavisi. Ako pacijent ima redovne otkucaje srca, onda im daju beta-blokatore. Sada ih daju čak i za visok krvni pritisak.

Daju im i diuretike, nadajući se da će im pomoći. Ali, najčešća metoda koju koriste jeste hirurški zahvat. Mada je već dokazano da plak iz arterija može nestati, i mada lekari to potvrđuju, oni pak ne veruju da je to zaista moguće, ne veruju da telo pacijenta može to da učini.

Da li ste ikada u svojoj karijeri pričali s nekim kardiologom van posla u neko slobodno vreme, o tome kako vi lečite ljude?

- Naravno. Evo ovako: Imao sam jednog pacijenta, možda sam vam pričao, koji je imao dva srčana napada. Bio je bogat čovek. On je bio kod pet najpoznatijih kardiologa u Los Anđelesu: u bolnicama *Cedar Sinai, St John's*, *UCLA and USC* i *Kaiser-Permanente*. Došao je u moju kancelariju, i ja sam mu rekao: „Šta vam je svaki od tih kardiologa rekao o ishrani?" On pogleda u svoju suprugu, i ona u njega, pa mi reče: „Ništa nisu rekli". A ne zaboravite da se radi o pet vrhunskih kardiologa. Dakle, ovaj čovek je imao dva srčana napada i poveliko zakrčenje arterija, a niko mu nije rekao da treba da menja način ishrane. To je šokantno za mene. Samo pokazuje koliko su lekari opsednuti sindromom „seci, pa zameni".

Da li vam je ikad neki lekar rekao da ste ludi zbog toga što radite, ili pak da je to dobro, ali da oni ne smeju tako da rade?

- Ne, oni znaju za te stvari. Skoro svi lekari na medicinskom fakultetu uče, recimo, o kontrastnoj kupki, tj. primeni vruće i hladne vode, u cilju poboljšanja cirkulacije, a čime se ublažava otok i zapušenje.

Oni uče o tome, ali kao delu istorijske medicine. Skoro svaki ortoped bi pre 10-15 godina kod svih vrsta povreda preporučivao kontrastnu kupku. Ali danas o tome nema ni govora.

Danas se razmišlja ovako: „Zašto to raditi kada g. Džonsa možete ostaviti u bolnici dve sedmice, baciti ga na intenzivnu negu, izvaditi mu vene iz nogu, iseći koronarne arterije i zameniti ih novim. Posle toga će biti kao nov."

Dakle, ljudima se govori da idu na operaciju, a da posle toga navodno mogu da uživaju do kraja života. Naravno, pritom im ne kažu da će izdržati najviše 10 godina, i da još uvek imaju zakrčene arterije po telu sa kojima ništa nije rađeno. Takvi ljudi mogu svakog časa da „eksplodiraju".

Kada o ovome govorim sa kardiologom, ne bude mnogo nesporazuma. Kardiolozi su uglavnom prilično otvorenog duha i sami kažu: „Pa da, kada bi se ljudi hranili zdravije..." Ali, nemaju argumente za ono što rade.

Danas čak kažu i da kardiolozi ne znaju kako zaista da otklone plak iz arterija. Oko polovine njih kaže da su naše metode ekstremne. Znači, za **njih** je ekstremno ono što je za nas normalno (promena načina ishrane), dok ono što je za **nas** ekstremno, za njih i nije toliko velika stvar (ugradnja bajpasa).

Izgleda da oni ne mogu shvatiti.

- Upravo tako. Najgore od svega je što oni misle da je prosečan Amerikanac slabić.

Misle da više volimo da nas seckaju kao kinesku hranu.

- Moj stav glasi ovako: „Makar ponudimo ljudima neki izbor". Dok lekari konvencionalne medicine uvek kažu da ništa ne može da se učini na bolje.

Oni samo kažu: „Hajde da ih operišemo", a neće reći, na primer: „Pa, ako biste se pridržavali biljnog načina ishrane 30 dana, vaš nivo holesterola u krvi i krvni pritisak bi se stabilizovali. Nakon otklanjanja pritiska, mogli biste da počnete sa uzimanjem aleve paprike i fomentacija, pa onda da počnete i sa fizičkom aktivnošću, da postanete draga osoba", itd.

Mislim da većina današnjih kardiologa više ne odbacuje ove reči, naročito nakon svih nastupa dr Dina Orniša. Zato više ne mogu da kažu da u tome nema istine. Problem je što oni pacijentima ne pružaju nikakvu drugu mogućnost da odaberu.

„Post na sokovima je odličan za ljude sa zakrčenim arterijama."

Da li ste imali pacijente s toliko teškim oboljenjem srca da su njihovi članovi porodice mislili da neće preživeti?

- Da. Imao sam i jednog čoveka kome hirurzi čak nisu ni hteli da rade bajpas. Rekli su mu da mora da ojača pre nego što izvrše operaciju. Naravno, on je bio malo zbunjen kako će mu to poći za rukom.

E, tu dolazimo mi i tu naš rad ima efekta. Prva najpreča stvar koju treba uraditi jeste – prestati sa konzumiranjem hrane životinjskog porekla. Potrebno je da proredite svoju krv i smanjite nivo holesterola. Zato je post na sokovima odličan za srčane bolesnike. On otklanja sav pritisak koji postoji. A znate, čak i pun stomak stvara pritisak na srce, a on vam ne treba.

Tako da sokovi imaju zadivljujuć efekat u ovome. Zadivljujuće je kako izgleda srčani bolesnik nakon dve sedmice posta na sokovima.

Kako izgleda?

- Smanjen mu je krvni pritisak, smanjen nivo holesterola, krv mu je ređa i lakše se ispumpava, i ima više energije. Dobijate potpuno transformisanu osobu.

Vatrogasac spasen od srčanog zastoja

Govorili ste o ovome na video snimcima. Radi se o vatrogascu koji je bio na samrti kada je došao kod vas.

- Da. Trebalo mu je malo više vremena da se oporavi. Mislim da je nakon godinu dana ponovo mogao da počne sa fizičkom aktivnošću. Pošto je znate, bio nepokretljiv do tada. Rekao bih da se 10 godina nije baš mnogo kretao, pre nego što je došao ovamo.

Bio je vatrogasac, ali je imao povelik višak kilograma. Živeo je na tako nezdravoj hrani... užasnoj, brzoj hrani, belom hlebu, rafinisanom brašnu, mnogo mesa. A čini mi se da je imao 45 kg viška.

Zato smo mu dali da pije samo sokove, od čega je izgubio malo na kilaži. Rekao bih da je 50% promena na bolje došlo u prvih mesec-dva dana, dok je bio na sokovima, ali i mnogo belog luka, aleve paprike i gloga.

Dok je preostalih 50% došlo nakon šest meseci aerobika i fizičke aktivnosti. Najpre smo mu proredili krv, očistili arterije i stabilizovali ga, zapravo, uveli ga u prilično dobru formu.

Ali je bio vaš tipičan slučaj kongestivnog srčanog zastoja?

- O da, bio je skoro mrtav. A imao je i previše holesterola u sebi. Izlazio mu je na oči. Mogao sam u uglovima njegovih očiju da vidim žućkaste i sluzaste niti. To je zapravo izlazilo iz njegovih suznih kanala – to je mast.

I to se dešava?

- O da. Izgledalo je odvratno.

Ali, lekari su mu dijagnostikovali kongestivni srčani zastoj?

- Da, da, iako je imao i visok pritisak, višak holesterola, i sve ostalo. Njegovi bubrezi nisu radili svom snagom, a verovatno i nikada nisu bili takvi. Stoga je stimulisanje bubrega pomoglo u proređivanju njegove krvi i ponovnom radu samih bubrega. Česta je pojava kod ovakvih slučajeva da nije srce u toliko lošem stanju, već bubrezi.

Za proređivanje krvi neophodne su ogromne količine tečnosti.

Većina lekara tada pak koristi diuretike da izbaci tečnost iz tela, ali telu je zapravo potrebno što više tečnosti da bi se očistilo. Nedavanje tečnosti takvom pacijentu približava ga smrti.

„Kvalitet sadašnjih preparata od gloga je loš. Doze su toliko male da od njih nema nikakve koristi. Ja koristim pet puta veću dozu, i to samo na početku, a moji pacijenti prežive."

Koliko ste količinski jeli gloga kada ste imali problem sa srcem?

- Mnogo. Pio sam šest šolja čaja dnevno – jedan jak dekokt u vidu čaja.

Kako to mislite dekokt?

- Skuvao sam ga. Pustim da bobice budu u vodi preko noći, a ujutru ih stavim da se krčkaju dobrih 15 minuta, i od toga napravim veoma jak čaj. Pored toga, same bobice sam jeo po ceo dan.

Dobro, koliko onda čaja u koliko vode?

- Uglavnom sam u litar vode stavljao punu šaku bobica gloga, to je mnogo više od bilo koga ko bi vam preporučio. Oni bi vam rekli da uzmete jednu kašičicu ili eventualno kašiku na pola litra vode.

A vi ste punu šaku?

- Da, punu šaku. A onda bih uzeo i da jedem bobice. Nisam ih cedio, već samo jeo. Savetujem ljudima da tako rade, da jedu i bobice gloga.

Sada na to dodate dnevne doze aleve paprike i vaše bobice gloga, za koje bih rekao da više jačaju i štite srce. Dok aleva paprika ima više veze sa cirkulacijom. Dakle, glog je više nego hrana za srce - ne treba ga potcenjivati.

Svi američki herbalisti pričaju o glogu, ali mislim da ga oni ne koriste kao vi.

- I ja mislim da se oni samo igraju sa njim. Ne koriste ga dovoljno, već samo nekoliko kapi tinkture, možda 15 kapi tri puta dnevno, tako nešto.

Dok vi radite, šta?

- Pa, 30-35 kapi pet puta dnevno. Dakle, najmanje 250 kapi dnevno, umesto njihovih 15 kapi tri puta na dan.

Znači, oni daju 45 kapi, a vi 250. I plus, za vas je to samo početak. Do koje količine idete kada je u pitanju životno opasna situacija?

- Ako se radi o toliko lošem stanju, doza se može udvostručiti, možemo ići do 500 kapi dnevno. A pored toga, davao bih i najmanje 10 šolja čaja od gloga.

Dobra stvar kod gloga jeste to što je on hrana. I aleva paprika je hrana. Ne možete uzeti previše gloga, jer on sadrži supstance koje su poput flavonoida, poput vitamina; jedino što štite srčani mišić od oštećenja i jačaju srce.

Ne samo da koriste pet puta manju dozu, već su njihove tinkture vodenkaste, i koriste bobice kupljene u marketima.

- Upravo tako. Potrebno je da sami napravite jaku tinkturu od organski uzgajanih ili divljih bobica gloga. Sve što treba da uradite jeste da bobice izdrobite u procesoru za hranu ili blenderu, potopite ih u vodu preko noći, stavite u blender sa 40-50-procentnom votkom, napravite kašu od toga, ostavite da stoje u posudi dve sedmice do dva meseca, i na kraju procedite. Tako se dobija lek za srce.

Svako sa srčanim problemima treba samo da naruči oko 12 kg bobica gloga, i da ih iskoristi na sve moguće načine. Svakog dana treba piti jak čaj od gloga. Bobice treba da se stavljaju u hranu i u pića. A možete i naučiti kako da posadite drvo gloga u svojoj bašti, pa da tako imate sopstveni glog.

„Glog omogućava srcu da preživi sa manje krvi i kiseonika, tako da i ako imate srčano oboljenje, nećete imati srčani napad."

To je dobra zamisao.

- Da. Glog raste podjednako dobro u skoro svim klimatskim zonama.

Koju vrstu treba gajiti u bašti?

- Standardnu. Zove se *Crataegus oxyacantha*.

I ta vrsta se može lako nabaviti i uzgajati?

- Naravno. Ima je svuda po Evropi i Americi. Postoje i lokalne vrste koje imaju isto dejstvo. A ako mislite da su bobice kleke iz marketa slabog dejstva, treba tek da vidite kakve su bobice gloga. Ja ne mogu ni da ih prepoznam. Najbolji način da ih opišem jeste ako ih uporedim sa onim kikirikijem, što liči na karamelu obloženu šećerom, onaj crvenkasto-braon kikiriki sa šećerom na sebi. E tako izgleda glog koji je u prodaji.

Jedna bobica gloga treba da liči na bobice božikovine, da bude svetlocrvena, ukusna i puna pektina. Za pravljenje džema čak ni ne treba da stavljate pektin. Takve treba da budu i bobice gloga. Najbolje je da sami organski uzgajate glog.

Gloga ima na zapadnoj obali (Amerike) i po okolnim zemljama. Neverovatno je kako svuda raste.

Glog se vezuje za ćelije srca, te je srcu potrebno manje kiseonika i krvi. Tako da ako imate probleme sa srcem, poput zakrčenih koronarnih arterija, angine pektoris i tome slično, odmah uzmite glog, i on će vam kupiti malo vremena.

Hoću reći da vam glog kupuje vreme ako vam je život ugrožen. On omogućava vašem srcu da preživi sa manje krvi i kiseonika. Tako da ako patite od teškog oboljenja srca, uzmite bobice gloga, ali i dok prelazite na biljni način ishrane, koristite i drugo lekovito bilje i pročistite svoju krv, pa neće doći do srčanog napada.

S druge strane, ako ste imali srčani napad, znajte da svi testovi pokazuju da se ćelije srca brže obnavljaju i trpe manje štete ako je glog prisutan u krvi. Dakle, to je jedna zaista neverovatna biljka. Ono što je šareni čkalj za jetru, to je glog za srce.

Zanimljivo je da glog raste u mnogim područjima sveta. Mi smo pak mislili da se mogu koristiti samo njegove bobice, ali savremena nauka je dokazala da su listovi i cvetovi takođe puni supstanci koje štite srce.

Glog neće delovati ako se nezdravo hranite

- Ljudi izlaze noću i „uživaju". A onda se iznenade kada dobiju srčani napad iako su uzimali glog. I on i druge biljke jesu snažnog lekovitog dejstva, ali su još snažnije ako se sa njima udruži zdrav način ishrane i života.

Kraće rečeno, ako i dalje pušite tri pakle cigareta dnevno, onda vas ništa neće spasiti. A savremeni herbalisti su veoma lenji, i oni vas neće naterati da uradite svoj domaći zadatak.

Recept za sirup od gloga

Cele bobice gloga potopite u čistu negaziranu vodu. Koristite oko 1 kg bobica, dok voda treba da prelazi oko 2,5 cm iznad bobica. Stavite to u blender ili procesor hrane da bi se bobice izdrobile, a onda potopite u vodu

na jedan dan. Ako nemate navedene sprave, onda bobice stavite u krpu, pa ih izdrobite čekićem.

Na umerenoj vatri, bobice i vodu (onu prvobitnu, nemojte je menjati) dovedite do ključanja, ali nemojte da previše ključa. Samo ih polako krčkajte 30 minuta na laganoj vatri. Zatim isključite šporet i neka ostanu unutra još 30 minuta.

Iscedite bobice gloga i sačuvajte tečnost. Ostavite je na stranu, a kada se ohladi, stavite je u frižider.

Uz pomoć blendera po malo dodatno izdrobite bobice. U blender sipajte i vodu, tako da se na kraju dobija kašasta smesa.

Kad završite sa svim tim, trebalo bi da dobijete pun lonac te kašaste mešavine od gloga. Ponovo je stavite da se kuva, ali nemojte da previše ključa, već neka se krčka na laganoj vatri 30 minuta, i posle toga, neka stoji van ringle još 30 minuta.

Tokom ceđenja pokušajte da odvojite onaj tvrđi deo od tečnog (sirupa). Ovo je malo teži posao, pa je često potrebno da se koristi fina tkanina (krpa), ali jaka, kako bi iz one smese mogao ručno da se iscedi sok i odvoji od tvrđeg dela. Važno je isceditи što više soka iz smese, jer on i čini sirup od gloga. Ja koristim hidrauličnu presu koja se dobija uz kupljen *Norwalk* sokovnik. Odlično radi.

Kada iscedite sav sok, pomešajte ga sa onom prvobitno isceđenom vodom. Izmerite količinu dobijene mešavine, i onda stavite da se krčka na laganoj vatri dok ne ostane 1/4 te količine.

Tako se dobija sirup od gloga. Stavite ga u sterilisane flaše i potom u frižider. Rok trajanja mu je neograničen. Uzimajte 6-12 kašika dnevno.

Mnogi ljudi koriste samo sirup od gloga kao lek. Dok ga Ričard Šulc koristi samo kao bazu za još snažnije tonike za srce

Lek dr Kristofera jeste sirup od bobica gloga. To je lepo, ali kao što znamo, nedovoljno za ljude koji su u 90-tim godinama. Suština je u tome da ako ste već imali srčani napad, onda nam je potrebno nešto mnogo jače od običnog sirupa od gloga. Evo jedne formule za srce od Ričarda Šulca...

240 ml sirupa od gloga (gore opisanog)
30 ml tinkture od srčenjaka
30 ml tinkture od korena đumbira

30 ml tinkture od kaktusa *Selenicereus grandiflora*
30 ml tinkture od aleve paprike

Svi sastojci, osim glogovog sirupa, su u vidu tinkture. Bobice gloga su u vidu sirupa.

Polovinu flaše od pola litra napunite glogovim sirupom. U odvojenoj posudi izmešajte one tinkture, a onda ih dodajte sirupu i pomešajte sa njim.

Doza: Jedna kašičica 3-8 puta dnevno.

„Veoma mali broj ljudi danas zna kako da koristi alevu papriku, a još manji broj je imao pravog iskustva u njenoj primeni", kaže dr Ričard Šulc.

„To je sramota", kaže dr Šulc, „jer takvo neznanje može koštati života".

Dr Šulc je kod stotine slučajeva koristio alevu papriku u efikasnom lečenju mnogih bolesti. Koristio ju je i u brojnim po život opasnim situacijama. Toliko su je i on i njegovi učenici, i čak čuveni dr Kristofer, koristili, da su je prozvali „Profesor Aleva Paprika".

Kako to mislite da malo ljudi zna da koristi alevu papriku? Šta tu ima da se zna?! Samo progutate par kapsula, i to je to.

- Upravo tu grešite i vi i vaši čitaoci. Ima dosta toga što treba da se zna. Pre svega, vaši čitaoci koriste pogrešnu vrstu aleve paprike - onu koja je previše slabog dejstva. Drugo, oni ne znaju u kakvom obliku da je koriste, kako da je primene, kako da je spreme, koje doze da koriste i kod kakvih bolesti da je primenjuju.

Ja to nisam naučio iz knjiga. One su beskorisne. Naučio sam od ljudi koji su umirali pred mojim očima.

Kako to „umirali pred vašim očima"? Zar ne preterujete malo?

- Ne, nimalo. Bilo je 20-30 ljudi koji su doživljavali šlog usred moje kancelarije, a ja sam ih spasavao, i to mnogo pre dolaska hitne pomoći.

Jednom prilikom sam čekao nekog pacijenta koji je imao pedesetak godina. Pre toga je doživeo srčani napad, pa je sada krenuo sa mojim programima lečenja.

Pošto je kasnio, pitao sam svoju sekretaricu da proveri napolju da li je došao. Njegova kola su bila parkirana ispred, a on je sedeo unutra; izgledao je kao da spava. Kada je otišla da ga probudi i uvede unutra, postala je histerična. Dotrčala je do mene i rekla da je mrtav.

Otrčao sam do tamo i video ga svog plavo-sivog i hladnog, i zaista je izgledao mrtav. Nije disao i nije bilo pulsa. Sada, šta bi vaši čitaoci uradili u takvoj situaciji?

Ne znam šta bi mogli osim da pozovu hitnu pomoć.

- U redu, ali šta ako je već kasno za to, i još dok oni dođu...

Pa šta ste onda vi uradili?

- Ja sam stavio celih 360 kapi tinkture od aleve paprike u usta ovog doslovno mrtvog čoveka.

Zar to nije mnogo i zar neće to da ga povredi?

- Pa nije ni bitno da li će imati bolove u grlu i nedelju dana, ako preživi ovo. Jer ako nešto odmah ne preduzmete, čovek je mrtav.

Šta se na kraju desilo?

- I pre nego što sam počeo sa reanimacijom, njegovo lice je postalo crveno, te smo ga veoma brzo oživeli. Hitna pomoć ga je onda odvela, a ja sam posle popričao sa njima.

Rekli su mi da skoro nikada nisu videli osobu koja je bila u tako lošem stanju, a da je preživela, i koja doslovno nije imala *nikakvog oštećenja srca*. Mislim da zasluga za to može pripasti tome što je onaj čovek mesecima pre nego što je došao kod mene uzimao preparate od gloga. A glog je poznat po funkciji zaštite srca.

Šta je poenta u celoj ovoj priči? Ja sam tom čoveku dao 360 kapi tinkture od aleve paprike. To je doza koju niko živ ne bi uzeo. Svi ljudi se žale kada uzmu mnogo manje, i iskren da budem, ne bi ni znali da je iskoriste u ovakvim situacijama.

Druga stvar je u tome što nije to bila obična tinktura od aleve paprike. Ona je toliko jakog dejstva da takvi preparati iz marketa i prodavnica zdrave hrane izgledaju poput obojene vode. Sada ću vašim čitaocima reći nešto o pravljenju i pripremanju tinktura od aleve paprike, što im niko drugi nikada nije pričao.

A da li se nekad desilo da aleva paprika ne uspe u sprečavanju srčanog napada?

- Da. Desilo se jednom čoveku. Pričao sam sa njegovom porodicom, i oni su mi rekli da su mu dali tri čaše odmah na početku napada, ali da je uprkos tome preminuo. Međutim, on je imao nivo holesterola preko 600, hipertenziju i veoma zakrčene arterije.

Jednostavno, neki ljudi su u previše lošem stanju. Ovom čoveku je aleva paprika trebala nekoliko godina ranije. Lekovito bilje čini čuda, ali ne treba samo tome da se nadamo. Kada bismo više brinuli o svom zdravlju, imali bismo veće šanse da se oporavimo od većih povreda i teških bolesti.

Ali, ako postoji jedna posebna čudesna biljka, to je svakako aleva paprika!

„Kako sam uz pomoć aleve paprike i drugog lekovitog bilja spasio život jednoj ženi koja je umirala od bolesti srca."

Šta je sa problemima sa cirkulacijom krvi?

- Znate, bila je neka žena koja je jednom prilikom samo utrčala u moju kancelariju. To se davno dogodilo. Žena je bila gojazna i umirala je polako od kongestivnog srčanog zastoja. Članci su joj bili veoma otečeni. Bili su veliki i okrugli kao butine prosečne osobe.

Njoj su radili akupunkturu, stavljajući joj igle na članke i po drugim delovima tela. A kada su izvadili igle, odatle je počela da curi tečnost na sve strane. Pokušali su da zaustave curenje, ali nisu mogli.

Došla je odmah kod mene. Svud po telu je imala flastere, dok je dvoje ljudi držalo prste na iglom probodenim delovima tela. Kada je jedno od njih dvoje sklonilo prste, iz one žene je opet počelo da curi na sve strane po mojoj kancelariji.

Problem kod kongestivnog zastoja srca je u tome što srce pumpa krv sa toliko malo snage, da krv ne može da prođe kroz bubrege dovoljno brzo kako bi oni mogli da očiste krv od otpadne tečnosti. Tako se žena davila u sopstvenoj otpadnoj tečnosti, iznutra.

To je bio klasičan slučaj za alevu papriku. Ne samo da sam tinkturu od aleve stavljao na mesta gde je curelo, kako bi zaustavio curenje, već sam joj i davao po jednu kašičicu tinkture na svakih sat vremena. Pored toga, davao sam joj i po kašičicu jednakih delova korena đumbira i cvetova crvene deteline između uzimanja tinkture, kao i šest češnjeva belog luka dnevno. To su bile doze za jednu veoma bolesnu i poprilično krupnu ženu.

Sada, svako ko ima probleme sa srcem i cirkulacijom mora da pređe potpuno na biljnu ishranu tokom lečenja i da počne sa umerenom fizičkom aktivnošću. Ovoj ženi sam dao da posti na sokovima. Sećam se da je zbog toga vikala na mene: „Sva sam puna vode, a vi hoćete još da pijem?" Naravno, dao sam joj još da pije.

I šta je na kraju bilo?

- Pa ozdravila je. Bila je potrebna cela godina da se vrati u normalno stanje, jer je bila u previše lošem stanju, mada je rizik od smrti nestao već u prvih nekoliko dana.

„Ako imate srčanih problema, alevu papriku bi sve vreme trebalo da imate u kući, kolima, kancelariji i torbi ili tašni."

A šta je sa šlogom? Čuo sam da i tu pomaže?

- Bilo je 20-30 ljudi koji su doživljavali šlog usred čekaonice ispred moje kancelarije. Jednom prilikom sam nekom starijem čoveku pregledavao oko u svojoj kancelariji. I dok sam to činio uz pomoć lupe, video sam kako mu se krvni sudovi uvećavaju i onda pucaju pravo ispred mojih očiju. Zatim je doživeo šlog i pao pored mene.

Usta sam mu onda napunio tinkturom od aleve paprike, i on je onda ustao i otišao kući. Viđao sam mnoge takve pacijente koji dožive šlog, a onda ubrzo ustanu, sasvim normalno, kada im se da aleva paprika.

Koliko?

- Puna kašika aleve u čaši tople vode, ili oko 350 kapi tinkture. Isto važi i za slučajeve srčanog napada.

Da li je aleva paprika zaista toliko efikasna kod srčanih napada i oboljenja? Znam da je o tome govorio i dr Kristofer, ali nikada nisam video nekog da je koristi u tu svrhu.

- Aleva paprika je najefikasnija kod problema sa srcem i cirkulacijom, anginom pektoris, preskakanjem srca i aritmijom. Čuda čini u slučaju kongestivnog zastoja srca. Preporučljiva je za svakoga sa cirkulatornim problemima, poput visokog ili niskog krvnog pritiska, viška holesterola, triglicerida i masti, i čak proširenih vena.

Što se tiče srca, aleva paprika je dobra i u sprečavanju i u lečenju bolesti. Dovođenjem više krvi u sam srčani mišić, ona ublažava bolove u slučaju angine.

I, ako neko ima srčani napad, aleva paprika je sigurno najpreča i prva pomoć. Imao sam na stotine pacijenata čiji su životi zapravo spaseni samo uz pomoć kašike aleve paprike u čaši tople vode, ili oko 350 kapi tinkture, koje se brzo ispijaju. U svim slučajevima osoba se vraćala u normalno stanje, sa minimalnim ili nikakvim oštećenjem.

Savet od učitelja dr Šulca – dr Džona Kristofera.
Aleva paprika kod obimnog krvarenja...

Jedan dečak je slučajno upucao svog brata u stomak. Metak je oštetio kičmu i prošao kroz pluća i creva.

Neka komšinica je upucanom dečaku dala kašiku aleve paprike. Dok su stigli hitna pomoć i šerif, krvarenje je prestalo. Kada su ga odveli na operaciju, hirurg je rekao da je operisao jednu od najčistijih rana koju je ikada video. Lekari su potom rekli da će dečak ostati paralizovan od ispod stomaka. Ali, dečakova majka mu je davala biljne formule za obnovu nerava, te se dečak potpuno izlečio (za više informacija videti poglavlje o nervnim degenerativnim oboljenjima).

Za muškarce koji nakon operacije ili teške bolesti žele ponovo da budu polno sposobni

Biljna formula dr Šulca za muškarce. Evo sastojaka:

25% korena žen šena
15% kore johibe
15% lista damijane
10% korena sarsaparile
5% bobica testeraste palme
5% ovsenog „mlečnog" semena, dok je zeleno i nezrelo
5% ploda kole
5% korena đumbira

Najbolji rezultati se postižu uzimanjem ove formule tokom 3-4 meseca, mada kod mnogih ljudi do promena dolazi skoro momentalno. Uzima se 35-70 kapi, 3-4 dnevno. Uz pomoć ove formule i svih njegovih programa lečenja, dr Šulc je bio svedok izlečenja pacijenata koji godinama nisu mogli da imaju polne odnose, i koji se sada osećaju bolje nego dok su bili mlađi.