

JEDINO BIĆE U PRIRODI KOJE NIJE SIGURNO ŠTA MU JE HRANA, ZAČUDO JE ONO "NAJINTELEKTUJNJE" – ČOVEK !

**UPALITE ZVUČNIKE**



**ČOVEK JE DIZAJNIRAN DA BUDE BILJOJED:  
ISKLJUČIVO SIROVA BILJNA HRANA ĆE IZLEĆITI SVE BOLESTI I DUGOROČNO VAM OBEZBEDITI ZDRAVLJE !**

Termičkom obradom hrane (kuvanje, prženje) uništavamo u njoj mnoge korisne – organizam neophodne sastojke, kao recimo vitamine i enzime. Savremena hrana je puna masti, začina, nepotrebnih (denaturalizovanih) belančevina i kalorija, što vremenom narušava zdravlje, tako da je danas retko naći prosečnog čoveka u svetu preko 45 – 50 godina koji ne boluje od neke bolesti !



## GOJAZNOST JE VRSTA BOLESTI

Konzervansi, hemikalije, veštačke arome i boje, aditivi i razni drugi toksini *ne mogu se svariti i izbaciti.. i telo ih skladišti. Tako nastaje salo i hiljade različitih bolesti, pre ili kasnije !*

***Danas kada kupite industrijski obrađenu hranu u marketu (posebno mesne prerađevine) – ne možete znati sadrži li otrovne genetski modifikovane (GMO) sastojke u sebi. U Americi su danas kukuruz i soja (stočna hrana) skoro potpuno GMO !***

Meso je mrtvo tkivo u procesu raspada – ljudi to jedu, životinje u prirodi ne, osim lešinara i hijena; Nijedan predator (čak ni insekt) neće jesti lešinu u prirodi ako nije sveža..**Poenta kod biljne ishrane i jeste da je to ŽIVA hrana !**

*Životinjsku mast autori jednodušno ocenjuju kao najnezdraviju hranu za čoveka. O nezdravosti pašteta, salama, topljenih sireva i viršli.. ne treba trošiti reči*



Pas ili mačka će jesti salamu na primer.. – ali samo ako nema druge hrane; Zato danas domaće životinje i obolevaju od bolesti koje njihova vrsta ne poznaje u prirodi !



Interesantno:

ČAK NI POSLE VELIKIH FIZIČKIH NAPORA, ZDRAVO HRANJENO TELO NE TRAŽI GOMILU HRANE !



Na slici gore je Stiv Holt, 52-godišnji bilder koji se hrani samo svežom biljnom hranom, bez mesa, mleka, jaja; Ima veći broj bodibildera koji se ovako hrane i postižu vrhunske rezultate.

Ovde <http://www.youtube.com/watch?v=IPpYENUHde0> pogledajte jednu takvu priču; Pri tome će te se iznenaditi da sportista koji vežba za ručak pojede samo 1 tanjir salate od voća i povrća, a za doručak i večeru popije samo po 1 čašu u blenderu miksovane smeše povrća i voća !

**NEMA PREŽDERAVANJA !**

[http://veganbodyrevolution.com/?page\\_id=2](http://veganbodyrevolution.com/?page_id=2)



**UZ 100% SVEŽU HRANU I UMERENE VEŽBE, OVAKAV REZULTAT JE MOGUĆ ZA SAMO MESEC DANA !**  
**Grickanje raznog sirovog zrnevlja punog proteina (orasi, suncokret, kikiriki, ovas, pasulj, seme bundeve..)**  
**stvara mišićnu masu ! (Setite se samo šta jede ogromni slon ili mišićava antilopa u prirodi – samo biljnu hranu !)**

**Fantastičan izvor – sve o sirovoj hrani, recepti, knjige** → [http://www.ivantice.info/Ostale\\_knjige/Zdravlje/sirova%20hrana.htm](http://www.ivantice.info/Ostale_knjige/Zdravlje/sirova%20hrana.htm)

- Na ovom sajtu piše između ostalog: “ Da je kuvana hrana otrov najdrastičnije se vidi po maloj deci: nakon sisanja neuki roditelji moraju na silu da ih teraju da jedu kuvanu hranu, iako deca to uvek instinktivno odbijaju ispljuvavanjem takve hrane. Odmah nakon toga počinju temperature, dijareja, povraćanje i izbacivanje sluzi, jer telo počinje odbranu od kuvane hrane. Tek kada izgradi odbranu i privikne se na taj režim ishrane, telo se vrati u normalu, ali uvek sa nekim posledicama. *Tako može da izdrži i do 40 godina, ali onda počinje da se raspada. Jedini lek od svih bolesti je povratak na pravu hranu koja je telu potrebna, na sirovu hranu!* ”

*70 godišnja Anet Larkins sa Floride već pedeset godina se hrani isključivo povrćem koje sama uzgaja u bašti, a iz ishrane je izbacila meso i svu obrađenu hranu. Ova starica izgleda upola mlađe nego što zaista jeste...*



<http://zena.blic.rs/Zdravlje/10119/Zahvaljujuci-veganskoj-ishrani-starica-izgleda-upola-mladjie>

# ZA KAKVU HRANU SMO STVORENI ?

<http://2012-transformacijasvijesti.com/opcenito/95-razloga-za-vegetarijanstvoveganstvo>

## MESOJEDI

imaju pandže

nemaju pore na koži,  
znoje se preko jezika

imaju oštre očnjake za  
trganje, nemaju ravne  
kutnjake za žvakanje

imaju male pljuvačne  
žlijezde (nisu im  
potrebne za pret-  
probavu žitarica i  
voća)

imaju jaku  
klorovodičnu kiselinu  
za probavljanje mesa

crijeva su im tri puta  
duža od dužine tijela  
(tako se raspadnuto  
meso brzo izbacuje iz  
organizma)

## BILJOJEDI

nemaju pandže

znoje se kroz pore  
na koži

nemaju oštre  
očnjake, imaju ravne  
kutnjake

imaju dobro razvi-  
jene pljuvačne  
žlijezde (potrebne  
za pretprobavu  
žitarica i voća)

želučana kiselina je  
deset puta slabija  
nego kod mesojeda

imaju crijeva šest  
puta duža od dužine  
tijela

## ČOVJEK

nema pandže

znoji se kroz pore  
na koži

nema oštre  
očnjake, imaju  
ravne kutnjake

ima dobro razvi-  
jene pljuvačne  
žlijezde (potrebne  
za pretprobavu  
žitarica i voća)

želučana kiselina je  
deset puta slabija  
nego kod mesojeda

ima crijeva šest  
puta duža od  
dužine tijela

← **OVA  
TABELA  
SVE  
GOVORI,  
NEMA  
ŠTA  
DALJE  
DA SE  
PRIČA !**



NA LINKU GORE PROČITAJTE TVRDNJU DA SAMO IZBACIVANJEM MLEKA  
IZ ISHRANE, NESTAĆE POLENSKA ALERGIJA !



RECEPATA ZA PRIPREMU PRESNE HRANE JE NA HILJADE.. NEMA PRAVILA.

MOŽETE DANIMA JESTI SAMO BANANE, NA PRIMER  
- AKO OSEĆATE TAKVU POTREBU !

**JEDE SAMO POMORANDŽE !**

**Pogledajte ovu građu !**

**Zove se Ričard Blekmen, i on tokom sezone jede samo jednu vrstu voća – recimo leti samo pomorandže, i tako već 15 godina !  
Tvrđi da je vežbanje daleko najvažniji faktor za zdravlje !  
Vrlo neobičan lik.. Ima ga dosta na gugl pretragama i ju-tjubu !**

## **HRANA - LEK ILI UBICA !**

Ne postoji čovek koji je prešao 100% na sirovu biljnu hranu a da nije izlečio praktično BILU koju bolest koju je pre toga imao.. Sve će nestati iz korena posle par meseci, naravno ako je hrana organski proizvedena (neprskana). Takvih iskustava je more (pogledajte youtube ili google);

**Bolesti** i nastaju uglavnom zbog loše ishrane “mrtvom”  
- termički obrađenom hranom !

***Shvatite da ishrana podjednako i leči i ubija !***

<http://netoperacije.000webhostapp.com/spotovi/VITAMINI.pps>



Danas se mnogo ljudi hrani isključivo sa tzv. “Green smoothies” – u blenderu usitnenoj kašastoj smeši raznog voća i povrća ! Recepta je bezbroj, možete ih naći i po knjižarama, na youtube, svuda; Ovakva živa hrana će vas normalno zasititi i idealno nahraniti organizam vitaminima, mineralima, enzimima...Svim sastojcima kojih nema u kuvanoj i pečenoj hrani !

Na idućem slajdu je link ka knjizi “Hrana bez sluzavosti” gde autor A. Ehret objašnjava kako se sluz proizvodi iz hleba, mesa, hrane sa skrobom (krompir, pirinač..) i onda sluz začepjava vremenom ćelije određenog organa – koji zato oboljeva (recimo takva je astma, slaba cirkulacija..); Pogledajte i donji spot, Ehret takođe insistira na povremenom postu :

[http://netoperacije.000webhostapp.com/spotovi/LECENJE\\_GLADOVANJEM.pps](http://netoperacije.000webhostapp.com/spotovi/LECENJE_GLADOVANJEM.pps)

Rak  
Asthma, alergije  
Dijabetes - šećerna bolest  
Čirevi, kožne bolesti  
Hemeroidi  
Gojaznost  
Hronične bolesti..

I hiljade bolesti još..

**PRESNA HRANA,  
VREMENOM  
DOKAZANO  
LEČI !**

*JEDINI PROBLEM DA PREĐETE POTPUNO NA OVAKVU HRANU SU STARE NAVIKE. ZATO POKUŠAJTE SA MEŠANOM ISHRANOM, EKSPERIMENTIŠITE.. ZA KRAJ, NEKOLIKO LINKOVA KA IZVORIMA KOJI TRETIRAJU BILJNU ISHRANU :*

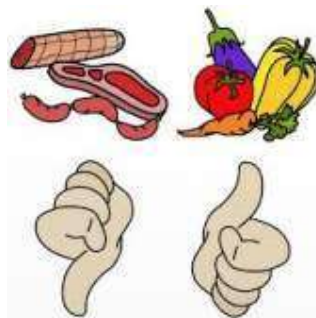
Aca Krstić, maratonac..... <http://www.acakrstic.com/a/presna/ishrana.htm>

**I JOŠ MNOGO KNJIGA NA OVE I DRUGE TEME SKINITE OVDE:**

<http://2012-transformacijasvijesti.com/download>

Ako odete na google ili youtube pod upitom "presna hrana", naći će te mnogo svedočenja ljudi izlečenih od najrazličitijih bolesti – samo ishranom svežim voćem, povrćem i orašastim plodovima !

<http://www.youtube.com/watch?v=qCs6OriSe8M>



<http://netoperacije.000webhostapp.com>

**ŽIVELI !**