

Hey, sunt Chris de la Chris Beat Cancer(Chris a învins cancerul) iar astăzi am realizat un video foarte special. Știți, deseori sunt contactat de oameni care tocmai au auzit de un prieten, membru al familiei sau de cineva drag lor că au fost diagnosticați cu cancer. Și primesc aceste mesaje de la oameni tot timpul, în genul “Chris, mătușa mea a fost diagnosticată cu cancer sau o prietenă de-a mamei mele a fost diagnosticată și chiar vreau să le ajut , nu știu de unde să încep și mă poți ajuta? mă poti ajuta, te rog” , așadar acest video este pentru asta. Despre asta este vorba în acest video. Dacă ai cancer și te uiți la asta acum, este probabil pentru că cineva care ține la tine foarte mult și-a făcut timp să-ți trimită asta. Am să-ți spun pe scurt povestea mea și am să-ți spun și ceea ce aș fi vrut ca cineva să-mi spună și mie când am fost diagnosticat cu cancer, deoarece cred că ar fi foarte foarte încurajator pentru tine și ar putea să-ți schimbe felul de a gândi despre cancer.

Așadar , în primul rând, eu am fost diagnosticat cu cancer la colon stadiul 3 când aveam 26 de ani. Am fost dus de urgență la operație, mi s-a spus că voi avea nevoie de 9-12 luni de chimioterapie, dar am refuzat tratamentul cu chimioterapie și în schimb mi-am schimbat radical dieta și modul de viață. Practic, am luat o “supradoză” de nutriție cu tone de sucuri (juicing) și salate uriașe și sucuri de fructe proaspete.

Așadar primul lucru pe care trebuie să-l înțelegi în legătură cu cancerul este: Să nu-ți fie teamă! Să nu-ți fie frică! Știu că probabil îți este teamă, probabil ești îngrozit deoarece crezi vei muri, dar nu, nu vei muri. Cancerul este un proces normal, natural al corpului . Toată lumea are celule canceroase, toți le avem; corpul este construit în așa fel încât să le recunoască și să le elimine când o celulă devine mutantă și se transformă în celulă canceroasă. Ok? Deci acesta este un corp care funcționează normal. Așadar cancerul nu este problema reală, umflătura, nodulul sau leziunea nu este problema reală ci este o problemă în corpul tău, dar nu este problema reală. Problema este că ești bolnav, ai o boală metabolică sistemică care se manifestă printr-o tumoră sau mai multe tumori care cresc în corpul tău. Ok? Deci tumora este un simptom; simptomul nu reprezintă problema reală...dacă tăiem tumora, corpul tău va produce o altă tumoră. Corect? Deci, când oamenii fac cancer, ce anume se întâmplă în corpul lor? Ei bine, cancerul este rezultatul unui corp căruia îi lipsesc nutrienții și este supraîncărcat cu toxine,cancerul este rezultatul unui sistem imun supresat ori

supraîncărcat. Așadar, ce anume cauzează asta? Ei bine, în ultima sută de ani, rata mortalității dată de cancer s-a triplat, și dacă comparăm modul nostru de viață cu cel al strămoșilor noștri de acum 100 de ani, vei vedea că e foarte diferit. Așadar ce s-a schimbat? Mâncarea pe care o mâncăm. Noi mâncăm numai mâncare procesată, făcută de oameni, pe care nu am fost construiți să o consumăm. Simplu și la obiect, trebuie să te îndrepti spre mâncarea care iese direct din pământ, în forma lor naturală, fructe și legume. Pământul a fost creat pentru noi și tot ce avem nevoie vine din pământ, este un concept atât de simplu și știți ceva, adevărul este simplu. Așadar noi suntem suprahrăniți dar malnutriți. Suntem plini de mâncare dar de fapt suntem înfometati. Și primim destule proteine, grăsimi și carbohidrați dar nu primim acești micronutrienți importanți și valoroși, care sunt vitaminele, mineralele, enzimele, antioxidanții și miile de fitonutrienți care se găsesc în fructe și legume care susțin organismul în vindecare și funcționarea la un nivel optim. Așadar, noi, nu numai că pierdem aceste elemente importante din dieta noastră ci pe deasupra punem toată această mâncare artificială făcută de om, și corpul nostru nu știe ce să facă cu ea. Ne poluăm corpul cu chimicale artificiale, coloranți, arome, agenți pentru obținerea unei anumite texturi, grăsimi artificiale, știți mâncare falsă, și toată asta ne otrăvește, literalmente îți otrăvești și îți poluezi corpul cu mâncare procesată. Corect? Coca-Cola, energizante, fast-food, mâncare de la cuptorul cu microunde, mâncare de la restaurant. Toate astea sunt modificate și sunt pline de zahăr rafinat și sare rafinată și tot ce am menționat mai devreme. Așadar dieta este pe primul loc.

Al doilea lucru este modul tău de viață. Dacă bei mult, fumezi mult, dacă iei medicamente, mai ales medicamente luate din farmacii, acelea sunt medicamente imunosupresoare, sunt medicamente care susțin cancerul. Nu există nici un medicament farmaceutic care să-ți fie bun. Iar boala ta nu a apărut pentru că nu ai luat un anumit medicament. Așadar, medicamentele nu vindecă, ele doar maschează și îmbunătățesc simptomele. Singura cale de a te vindeca este prin nutriție ca să-i dai corpului tău toate piesele de construcție de care are nevoie pentru a se vindeca și regenera. Și partea bună este că poți face asta. Așadar, dieta și modul tău de viață sunt factori majori. Fumatul și consumul de alcool sunt cauzatori de cancer. Obezitatea este a doua cauză principală a cancerului. Dacă ești supraponderal este pro-cancer. Corpul tău este într-o stare permanentă de inflamație, este supraîncărcat și se luptă permanent. Așadar este un factor major de promovare a cancerului.

Al treilea factor este lipsa de mișcare, dacă nu te miști, dacă ne comparăm cu strămoșii noștri care se mișcau constant, majoritatea lucrau cu mâinile, ceea ce este exercitiu fizic, mișcare, consumau mâncare proaspătă pe care o plantau ei, sau un vecin sau făceau schimb cu vecinii, mâncau carne de la animale crescute de ei sau de vecinii lor, așadar consumau mâncare proaspătă din pământ versus mâncarea de astăzi, procesată. Așadar trebuie să-ți miști corpul, trebuie să te miști. Mișcarea este viață. Când te miști trimiți semnale de viața corpului tău să crească și să devină mai puternic și să trăiască. Așa că trebuie să începi să faci mișcare.

Și al patrulea factor este stresul. Stresul îți distruge sistemul imun, îți deprimă sistemul imunitar. Fie că este stresul dintr-o relație sau de la muncă, stresul de la prea mult sport cum ar fi alergatul la un maraton și antrenamentul pentru triatloane; se poate să fie prea mult. Dar tot stresul este imunodeprimant; dacă sunt persoane în viața ta pe care nu le-ai iertat dacă păstrezi emoții negative cum ar fi neiertare, amărăciune sau gelozie, sau esti critic cu alții și-i judeci și ești întotdeauna pesimist, ești într-o stare cronică de inflamație și stres. Nivelul hormonilor tăi de stres este ridicat. Cortizolul și adrenalina sunt crescute, aceasta este o stare pro-cancer. Ok? Așadar toți acești patru factori: dieta, modul de viață, mișcarea și stresul, așa faci cancer. Acești patru factori, ori promovează sănătatea ori boala, în funcție de alegerile tale. Dar tocmai asta e cheia. Tu faci alegeri. Tu poți să-ți schimbi sănătatea, prin schimbarea felului în care trăiești, în care trăiești viața ta. Nu lăsa pe nimeni să te grăbească să faci operație, chimioterapie sau radioterapie. Ai timp. Majoritatea cancerelor nu amenință viața, nu sunt situații de urgență. De fapt, majoritatea oamenilor diagnosticați cu cancer se simt foarte bine. Ei au o umflătură, un nodul, o leziune sau ceva neobișnuit pe un CT (computer tomograf) sau RMN (rezonanță magnetic), dar în afară de asta se simt bine, se simt sănătoși, ok? Așadar, majoritatea doctorilor chiar vor recunoaște că mai ai ceva timp. Li poți spune doctorului tău: Aș dori o perioadă de timp să-mi schimb felul de a trăi, 30 de zile, 60 zile, 90 de zile în care să-ți schimbi radical dieta și modul de viață și să vezi ce se întâmplă. Aceasta este cea mai bună abordare și pot să vă spun că am întâlnit atât de mulți oameni care au făcut exact asta, și nu numai că au slăbit, și-au vindecat bolile cronice de inimă, și-au scăzut nivelul de colesterol și tensiunea arterială, și și-au micșorat tumorile până la aproape nimic, doar prin schimbarea dietei lor și hrănindu-și corpul cu tot ce are nevoie pentru a se repara și regenera și detoxifica. Așadar este posibil, este foarte posibil. Ideea medicală despre

cancer este că este liniar, că imediat ce ți se găsește o tumoră, aceasta poate merge într-o singură direcție și anume că va crește și se va răspândi în tot corpul. Aceasta este vederea liniară asupra cancerului. Dar cele mai recente studii clinice au dovedit ca această idee este falsă. Deoarece știm că cancerul se poate vindeca. Corpul se poate vindeca. Se numește regresie spontană, asta e vindecare, nu? Corpul a creat cancerul, corpul îl poate vindeca. Trebuie doar să-i dai nutriții potriviți și grija potrivită. Te încurajez să afli mai multe, să cauți și să te documentezi, și să citești și alte povești ale unor oameni care au supraviețuit, și sunt câteva pe site-ul meu: ChrisBeatCancer.com . Deoarece poți învăța din experiențele altora. Așadar vreau doar să închei prin a vă încuraja din nou, să nu vă grăbiți, să nu lăsați pe nimeni să vă constrângă să faceți nimic. Ascultați-vă instinctele. Nu faceți ceva de care nu sunteți sigur. Dacă nu sunteți sigur în legătură cu operația, chimioterapia sau radioterapia, nu vă dați consimțământul; nu-mi pasă câți membri ai familiei sau prieteni îți spun că trebuie s-o faci, nu trebuie s-o faci. Este viața ta. Tu deții controlul, tu iei deciziile și este viața ta. Ok? Și trebuie să iei cele mai bune decizii pentru tine. Aș vrea, de asemenea, să te încurajez să te rogi. Să-I ceri lui Dumnezeu să ți Se descopere dacă nu-L cunoști, și să te conducă pe calea vindecării. Să-ți arate drumul. Asta am făcut eu. Și când mergi înainte în credință, când mergi înainte în necunoscut, se vor întâmpla lucruri uimitoare în viața ta. Se vor întâmpla minuni. Dumnezeu ți se va descoperi, și-ți va arăta drumul, îți va lumina drumul, ok? Așadar, am mai multă informație, aș putea vorbi timp de 3 ore dar vreau să fie scurt acest video. Poți găsi mai multe informații aici, pe contul meu de youtube, și pe blogul meu care este ChrisBeatCancer.com. Sunt și pe facebook și pe twitter dar misiunea mea este nu numai să-mi împărtășesc povestea, dar să împărtășesc și povestea altor oameni pe care i-am cunoscut și care au folosit nutriția și terapii naturale pentru a se vindeca. Așadar sper să vă fi folosit informațiile. Vă rog, împărtășiți asta cu oricine cunoașteți care a fost diagnosticat cu cancer. Și dacă ai cancer amintește-ți că ai și alte opțiuni, este viața ta și corpul tău se poate vindeca.