

Uticaj konzumerizma i potrošačkog mentaliteta društva na narušavanje imunološkog sistema i devijantno i asocijalno ponašanje ljudi

**Zoran Milišić, specijalizirani terapeut Kineziologije
i Bio-rezonancije**

O.Š. Skender Kulnović, Dobrinja, Sarajevo

16/12/2008

Uvod

U današnje vrijeme kada je čovječanstvo pod uticajem globalnog kapitalizma, nikada kao prije čovječanstvo se nije našlo pred takvim izazovima moderne civilizacije na svim razinama, počevši od individualne pa do globalne egzistencije. Cilj ove prezentacije je da ukaže na uticaj konzumerizma i potrošačkog mentaliteta društva na:

1. narušavanje imunološkog sistema i
2. devijantnog i asocijalnog ponašanja kao njegov prvi pokazatelj.

Djeca u razvoju su u delikatnoj poziciji i pod ogromnim su uticajem onoga što im odrasle osobe govore, pogotovo ako se radi o osobama od "autoriteta" (roditelji, nastavnici, mediji, itd.).

Konzumerizam – identifikovanje sa materijalnim stvarima

Ljudi iz marketinških agencija dobro su upoznati sa činjenicom da, ako žele da prodaju ljudima nešto što im zaista nije potrebno, moraju ih ubijediti da će to doprinjeti načinu na koji se vide ili načinu na koji ih drugi vide, drugim riječima moraju doprinjeti njihovom doživljaju njih samih. Poznato je da globalne firme i korporacije zapošljavaju malu armiju psihologa sa jednim zadatkom da u ljudima naprave osjećaj potrebe za njihovim proizvodima, sa ili bez valjanog razloga. To postižu tako što, recimo, kažu da ćete se isticati u masi ako koristite određeni proizvod, što implicira da ćete tako postati potpunija osoba. Ili mogu u vašem umu da stvore vezu između proizvoda i poznate osobe, osjećaja blagostanja i "uspjeha", ili mlade i privlačne osobe.

Neizgovorena pretpostavka je da time što kupite taj proizvod, putem magičnog čina prilagođavanja, vi postajete kao oni ili bar nešto nalik njima. U velikom broju slučajeva ne kupujete proizvod nego "pojačivač identiteta". Firmirani predmeti su prije svega kolektivni identiteti koje prihvatate. Oni su "skupi" te samim tim i "ekskluzivni". Jednom kada stvorite "potrebu" za određenim proizvodom vi ste postali konzumer, potrošač, odnosno izvor profita korporacijama koje se bave proizvodnjom toga što vama treba, bez obzira na stvarnu svrhu tog proizvoda, sastojke tog proizvoda, uticaj na vase fizičko i mentalno zdravlje, etiku proizvođača i konačno impakt na okoliš, prirodne resurse i samoodrživost naše planete Zemlje.

Stvari sa kojima se neko identifikuje variraju od osobe do osobe i zavise od godina, spola, primanja, društvene klase, mode, kulture koja ih okružuje, kao i svim onim misaonim obrascima sa kojima ste se identifikovali. Ono sa čime se vi identifikujete je u vezi sa sadržajem dok je nesvjesni nagon vezan za materijalnu stvar. Paradoksalno je da ono što produžuje život potrošačkom društvu jeste činjenica da pokušaji da se ljudi nađu u materijalnim stvarima ne daju rezultate.

Kao primjer iz naše svakodnevnice možemo izdvojiti neke od najagresivnijih primjera, pokušaja duhanske industrije da na beskrupulozan način

stvore u nama potrebu tj. identifikaciju sa nečim od gore navedenog što oni "nude". Danas kada se čovječanstvo bavi ekonomskim "rastom" i materijalnim sticanjem ljudi su sve više usamljeniji, odvojeniji jedni od drugih i samih sebe. Tako imamo vješte poruke duhanske industrije koje nude lijek za taj trend: "24 sata sa tobom" – valjda jer su svi digli ruke od nas, "Pridruži se klubu" – budi dio pobjednika, a ne gubitnika (pridruži se klubu za kemoterapiju), "Oni šalju signale" – valjda treba da pošaljemo povratne signale ili šta već, "Pozdrav iz Rovinja" – ahhh taj divni Rovinj i sve što život na moru pruža, "Budi na Coca-Cola strani života" – jer je ova strana života puna stresa, neuspjeha, razočarenja, bijesa, straha, neizvjesnosti, depresije, itd. Ovo su sve primjeri na koji način industrija koristi psihologiju i trenutačne trendove u društvu da dođe do osoba koji će da im daju svoj novac dugoročno.

Duhanska industrija je banalan primjer jedne parazitske industrije koja apsolutno ne koristi nikome osim sama sebi, da ne spominjemo cijenu koje društvo plaća medicinskoj i farmaceutskoj industriji u liječenju raznih oblika karcinoma i bolesti uzrokovanim samo sa pušenjem. Ali problem nije u njima nego u nama, u našem izboru.

Nažalost svi smo svakodnevno izloženi pokušajima potiskivanja individualizma i naše moći izbora, a umjesto toga nam se nameće kolektivna svijest kao krajnji oblik primitivizma, počevši od politike, religije, nacionalizma pa do totalnog konzumerizma kao u ovom primjeru. Religija, politika i edukacioni sistem su u zavjeri da nas uvjere kako smo bez izbora, da smo kao individue sami bespomoćni, nevažni i neuticajni. Ova pozicija predstavlja ugrađenu "izlaznu klauzulu" od odgovornosti, samopouzdanja i samospoznavanja.

Ogroman dio ljudskog života protraćen je na opsesivnu preokupiranost stvarima, materijalnom sticanju, grabljenju, pronalaženju samih sebe i svrhe života u materijalnim stvarima. Drugim riječima potpuna odvojenost i disakord od samih vas i kreativnog impulsa Univerzuma. Kada više niste u stanju da osjetite svoj život pokušaćete da ga ispunite stvarima. Kao vježbu da ocjenite stepen potrošačkog mentaliteta predlažem da se preispitate unutaršnjim promatranjem tako što ćete se pitati slijedeća pitanja:

- Koje stvari oslovljavam sa moje/moja?
- Da li je vaš doživljaj sopstvene vrijednosti povezan sa određenim stvarima koje posjedujete?
- Da li određene stvari izazivaju prefinjeni osjećaj važnosti ili superiornosti?
- Da li to što ih ne posjedujete čini da se osjećate inferiornijim u odnosu na one koji imaju više od vas?
- Da li povremeno spominjete stvari koje posjedujete ili ih pokazujete kako biste uvećali sopstveni osjećaj vrijednosti kod drugih, a samim time i kod vas?
- Da li se osjećate ogorčeno, bijesno ili poniženo ako neko drugi posjeduje više od vas?

Šta je to zdravlje?

Prehrambena industrija putem aktivnosti marketinga i reklama uveliko utiče na izbor prehrambenih proizvoda koje ljudi jedu. Naravno djeca su najlakši target i u većini slučajeva reklame se ciljano prave za određeni segment potrošača. Ovo je jedan vid *“regrutacije”* budućih konzumera, armije ljudi koji automatski kupuju određene proizvode bez imalo svijesti i razmišljanja o tome šta i zašto to kupuju i kakav uticaj imaju na njihov organizam i zdravlje.

S obzirom da je tema ovog predavanja negativan uticaj konzumerizma, odnosno nekritičkog trošenja, na naše psiho-fizičko zdravlje ali i društva u cjelini, ovo je prigodna prilika da se ukratko podsjetimo od čega se sastoji ljudski organizam i kako funkcioniše. Dakle, šta je to zdravlje? Odgovor na ovo pitanje nije nimalo jednostavan jer zdravlje obuhvata sve segmente ljudskog života i njegovog bića. Zdravlje nije ni u kom slučaju momentalni nedostatak bola. Zdravlje se može promatrati kao jedan “koncept”, kako na nivou individue tako i društva u cjelini. U konačnici, zdravlje društva ovisi o zdravlju nas individua koji smo neraskidivi dio tog društva.

Zdravlje se može predstaviti šematski kao istostrani trougao gdje jedna strana predstavlja “fizički” koncept, druga strana “bio-hemijski” koncept i treća strana “mentalni koncept”. Ako uznemirimo jedan dio on će da utiče na druga dva da bi ova struktura ostala u balansu. U najgrubljem obliku ove strane predstavljaju slijedeće elemente ljudskog bića:

- Fizički – fizičko tijelo, organi, mišići, koža, kosti, itd. Dakle, sve opipljivo
- Bio-hemijski – personalna ekologija, unutarjni milje, metabolizam, hemijski procesi, pH ravnoteža, redoks faktor
- Mentalni – emocije, misli, životni stavovi, obrasci ponašanja, itd, odnosno “nedodirljivi” ali neopozivi dio nas

Ljudsko tijelo je hemijski organizovano u takozvane elementarne cjeline ili blokove. Osnovne materijalne čestice čine atome. Atomi Karbon C, Hidrogen H, Oksigen O, Nitrogen N, Fosfor P, Kalcium Ca i Sumpor S su esencijalni za život i bez njih život ne bi mogao da postoji. Atomi su udruženi u molekule, molekuli čine ćelije ili stanice kao osnovne žive jedinice. Ćelije se udružuju i stvaraju tkivo, tkivo u organe, organi u organske sisteme, i konačno to sve skupa čini živi organizam ili tijelo.

26 različitih hemijskih elemenata su prisutni u ljudskom tijelu. Samo 4 elementa čine 96% mase tijela i to su:

- Oksigen O
- Karbon C
- Hidrogen H
- Nitrogen N

8 elemenata čine 3.8% mase tijela i to su:

- Kalcium Ca
- Fosfor P
- Potasium (Kalij) K
- Sumpor S
- Sodium (Natrium) Na
- Hlorin Cl
- Magnezium Mg
- Željezo Fe

Ostalih 14 elemenata čini 0.2% tjelesne mase. Prisutni su samo u tragovima i radi toga se zovu "minerali u tragovima". Bez obzira na malu zastupljenost igraju imperativnu ulogu za zdrav metabolizam.

Ljudsko tijelo se sastoji od 10^{13} ćelija, što je ogroman broj, tj. 1 sa 13 nula (10,000,000,000,000). U svakoj sekundi odvija se minimalno 30,000 hemijskih reakcija. Kada pomnožimo broj ćelija sa brojem reakcija dobijemo jedan nevjerovatan broj od 300,000,000,000,000,000 reakcija u svakoj sekundi našeg života!

Da bi se efektivno adresirao problem sve veće agresivnosti i devijantnog ponašanja u društvu, od izuzetne važnosti je da se na ovu problematiku gleda cjelovito, da se preispitaju svi gore navedeni elementi "zdravlja". Dosadašnji pokušaji konvencionalnih metoda se bave samo pojavnom problematikom, tj. simptomima, ali ne i uzročnicima. Dosadašnja praksa adresiranja problema agresivnosti uključuje zatvoreni krug: promatranje, razgovor, upozorenje, izolacija, kažnjavanje. Kažnjavanje podrazumijeva silu kao oblik agresije. Iz iskustva kroz istoriju čovječanstva znamo da agresija nije ništa postigla već je prouzrokovala još više agresije.

Principijelno različit pristup u pogledu razumijevanja bolesti između cjelovitog pristupa i konvencionalnog pristupa može se zgodno prikazati na jednom svakodnevnom primjeru. Osnovni sistem koji je prema Dr. Pischingeru rasprostranjen svuda može se posmatrati kao more u kojem organi plivaju kao ribe. Kvaliteta vode je odlučujuća za zdravlje i uspješnost riba, odnosno organa. Prema tome, svaki pristup treba počivati na poboljšanju kvaliteta vode, ili općenito formulirano, na boljšanju okoliša (miljea). Najznačajni faktori koji utiču na kvalitet osnovnog sistema (u našem primjeru vode):

- prelazak pH vrijednosti u kiselo područje
- opterećenje teškim metalima
- opterećenja uvjetovana hemijskim sredstvima
- sistemsko opterećenje iz okoliša

Ovo ima dalekosežne posljedice jer opterećenje hemikalijama i toksinima utiče na čitav organizam i može djelovati na specifične organe tako što djeluje iritantno na Centralni, periferni i vegetativni nervni sistem. Također utiče i na važna područja mozga s upravljačkim funkcijama kao na pr. hipotalamus i hipofiza koji su izuzetno osjetljivi na otrove i hemikalije. Hipotalamus je ujedno i sjedište naše podsvijesti tj. podsvjesnog emotivnog procesovanja: strah, ljutnja,

bijes, zadovoljstvo, submisivnost. Kao moguća posljedica pojavljuje se neizbježno "iskakanje" živčanog i endokrinog sistema: agresivnost, bijes, depresivnost, nedostatak hormona serotonina, kao i hormonalno uvjetovano nastajanje karcinoma između ostalog.

U zadnjim desetljećima možemo primjetiti pomak u trendovima patoloških oboljenja od akutnih prema hronično-degenerativnim, a u zadnjem desetljeću prema simptomatici (psihosomatska oboljenja, hormonalne disfunkcije, imunološka iskakanja, vegetativni disbalansi).

Ako je neokorteks mozga hemijski i toksički kontaminiran, dolazi do poremećaja frontalnih područja, oblasti u kojima je smještena:

- naša svijest
- kognitivne funkcije
- etička osjetljivost
- kulturološko ponašanje
- osjećaji suosjećanja i krivnje

Nedostatak ljudskosti i neprimjerno, devijantno socijalno ponašanje mogu biti posljedica cerebralne komponente i otrova iz okoliša.

"Junk-food" i malnutricionizam

Visokoprocenovana hrana (Junk food) u sebi sadrži nesrazmjeran odnos karbohidrata (šećera), lipida (masnoća) i proteina, i veliku količinu sintetskih hemikalija u vidu konzervansa, boja, emulgatora, pojačivača ukusa, itd. Karbohidrati (šećeri) su visoko zastupljeni sa totalnim nedostatkom osnovnih nutrijenata (vitamini, minerali, enzimi, amino-kiseline, masne-kiseline, kontigentni nutrienti). Kada se spomene riječ "nutricija" većina ljudi misli na hranu koju jedu, a koja je ustvari i njihov glavni izvor. Međutim većina ljudi nisu svjesni benefita uravnotežene ishrane i na koji način to utiče na kvalitet njihovog života i života njihove familije.

Optimalna mentalna i imunološka funkcija i performansa isključivo zavisi od održavanja integriteta mozga, pogotovo u vrijeme stresa, a pivotalnu ulogu u tome igraju nutrijenata. Ovdje možemo razlikovati dvije vrste malnutricionizma: apsolutni (prouzrokovan gladovanjem – brza deterioracija i smrt) i marginalni (prouzrokovan lošom prehranom – skriveni problem, razvoj bolesti današnjice)

Šta hrana treba da sadrži? Nutricije, a ne otrove!

Mnogobrojne studije su pokazale da većina hrane, pogotovo iz supermarketa, ima nedostatak vitamina i minerala. Također radi prekomjernog poljoprivrednog iscrpljivanja zemlje današnje namirnice posjeduju čak i do 80% manje količine nutrijenata nego prije recimo 20 ili 40 godina! Ovo je dodatni problem u današnje vrijeme, čak i ako se hranite zdravo. Najveći gubitak nutrijenata se prvenstveno odnosi na minerale: cink, željezo, bakar, selenium, potasium (kalij), kalcium i magnezium. Od vitamina najveći gubitak se odnosi na vitamine B6 i C.

U zadnjih 80 godina hemijska industrija je doživjela nevjerovatnu ekspanziju i razvoj te samim time uticala na oblikovanje prehrambene industrije. Proizvođači se dovijaju na razne načine da produze rok trajanja, teksturu, ukus, itd. hrane i vrlo često posežu za hemikalijama. U mnogim zemljama proizvođači su dužni da deklariraju hemijske sastojke ukoliko oni prelaze određenu količinsku normu. Većina potrošača nije uopšte svjesna ovih važnih činjenica prilikom odabira hrane, jednim dijelom radi neinformiranosti, a drugim dijelom radi ciljane dezinformacije proizvođača. Stvari koje direktno uništavaju nutritivne ili utiču na njihovo uništavanje, a kojih bi morali biti svjesni prilikom odabira i konzumiranja hrane su slijedeće:

- Pesticidi i herbicidi (preko 400 hemikalija)
- Supstance za skladištenje (pakovanje u modificiranoj atmosferi, nitrogen i karbon dioksid za prisilno sazrijevanje)
- Radioaktivno zračenje ioniziranim zracima
- Industrijska obrada (visoko procesovana hrana, hidrogenizirana ulja, itd)
- Hemijski dodaci (konzervansi, bojila, emulgatori, itd)
- GMO hrana
- Šećer
- Mikrovalno zračenje

Pesticidi i herbicidi

Studija koja je sprovedena 2002 u Seattle, USA je pokazala da djeca koja su jela konvencionalnu hranu imaju devet puta veću koncentraciju pesticida i drugih hemikalija nego njihovi vršnjaci koji su se hranili organskom hranom. Ova studija je ponovljena 2003 godine i pokazala je iste rezultate. Druga studija vezana za pesticide i industrijske toksine u pupčanoj vrpici novorođenčadi je pokazala iznenađujuće i zabrinjavajuće rezultate. Slijedeće toksične hemikalije su nađene u pupčanoj vrpici:

- 76 hemikalija koje prouzrokuju karcinom
- 94 hemikalije koje su toksične za mozak i nervni sistem
- 79 hemikalija koje prouzrokuju defektne fetuse ili abnormalne razvoje

Još jedna studija u Washington D.C., USA iste godine je identifikovala 287 hemikalija u pupčanoj vrpici novorođenčadi, uključujući 7 pesticida koji su zabranjeni prije više od 30 godina. Razlog za ovo je u tome što sintetski proizvedene hemikalije se ne mogu naći u takvoj formi nigdje u prirodi, njihove molekulske strukture su izuzetno stabilne i gotove da se ne mogu razgraditi u prirodi.

Supstance za skladištenje

Ovdje se radi o upotrebi gasova nitrogena i karbon dioksida, popularno nazvanim "pakovano u modificiranoj atmosferi". Iako proizvodi datum upotrebe negativno utiče na nutritivne vrijednosti u hrani. Upotreba ove metode je često vidljiva na voću i povrću koje je došlo u dodir sa gasom. Na jednoj strani je izrazito zrele boje, a na drugoj potpuno nezrelo.

Radioaktivno zračenje ioniziranim zracima

Nažalost istinito, hrana se izlaže niskim dozama radioaktivnog zračenja. Ova potpuno idiotska metoda, odobrena od strane WHO i zemalja članica EU, ima za svrhu jednu jedinu stvar, a to je produženje datuma upotrebe za benefit industrije. Hrana koja prođe kroz ovakav tretman ne truli. Drugim riječima ne ponaša se kao da je sa ove planete. Svaki drugi komentar za ljude zdravog razuma je suvišan.

Industrijska obrada

Hrana prolazi kroz kompleksan proces termičke obrade u zavisnosti od proizvoda. Često su to cjelovite žitarice. Koriste se visoke temperature i pritisci gdje hrana mijenja svoja hemijska i molekularna svojstva. U tom procesu hrana gubi sve mikro nutrijente i pretvara se u visokoenergetske supstance. Industrija da bi nadoknadila gubitak nutritivnih vrijednosti naknadno dodaje krajnjem proizvodu sintetske vitamine koji za razliku od prirodnih ne mogu da se metaboliziraju u tijelu. Primjeri ovakvih proizvoda su recimo Kellog's Corn Flakes, raznorazne cerealije uz naravno obilate količine šećera i ostalih hemikalija da poprave ukus. Drugi primjer je Smoki, grickalice, čipsevi, itd. Katastrofalna pojava je da većina roditelja svojoj djeci dozvoljavaju konzumiranje nečega što uopšte ne bi trebalo da se zove hrana. Dalje, raznorazni margarina koji nisu ništa do hidrogenizirane masnoće koja aktivno razgrađuje ćelijske zidove i jedan je od kontributora Dijabetesu II. Hrana koja izlazi iz strojeva? Ljudi, šta se dešava sa nama, da li iko razmišlja ili smo postali potrošački zombiji?

Hemijski dodaci

Hemijska industrija u službi prehrambene industrije izbacila je na tržište preko 1500 hemikalija koje se koriste kao dodaci hrani u formi konzervansa, emulgatora, pojačivača ukusa, bojila, anti koagulacijski agenti, itd. Ova tema iziskuje jako puno vremena i na stotine knjiga, studija i web stranica je posvećeno ovoj problematici. Radi jednostavnosti hemikalijama je dodijeljen industrijski broj jer im se imena ne mogu izgovoriti. Većina hemikalija je otrovna za ljudski organizam, ali i za prirodu općenito i to je neupitno. Mnogobrojne studije koje su urađene diljem svijeta pokazali su jedno te isto, a to su

kontraindikacije kod ljudi i životinja. Ovo je pogotovo izraženo kod male djece i najčešći simptomi su slijedeći:

- alergije
- astme
- gubitak funkcije mozga
- gubitak kognitivnih funkcija mozga
- disleksija i problemi sa učenjem
- agresivnost
- devijantno ponašanje
- ADD i ADHD sindrom

Hrana koja ima u sebi “brojeve“ nije za ljudsku upotrebu. Kao najbanalniji primjer ovdje navodim sastojke koji se nalaze u supi sa nudlama koje su podijeljene našoj djeci u sklopu jedne takve marketinške blic kampanje. Proizvođač nudli je imao deklaraciju i ovdje je lista samo hemijskih dodataka sa punim imenom i klasifikacijom:

Kod	Hemijski naziv	Klasifikacija
E306	Tocopherol Extract	neistražen
E319	Ter-Buutzlhzdroquinione	potencijalna opasnost
E501	Potassium Carbonate	neistražen
E500	Sodium Carbonate	potencijalna opasnost
E412	Guar Gum	potencijalna opasnost
E101	Riboflavin	navodno siguran
E621	Monosodium Glutamat (MSG – sastojak u Vegeti)	potencijalna opasnost
E627	Disodium Guanzlate	potencijalna opasnost
E631	Disodium Inosinate	potencijalna opasnost
	Artificial chicken flavour (sintetski ukus piletine)	potencijalna opasnost

Ovo je samo jedan mali primjer, kap vode u okeanu proizvoda koji se nalaze u slobodnoj prodaji. Sve i jedan od gore navedenih hemiklija je otrov za mozak i metabolizam. Ljudsko tijelo nema sposobnosti da se oslobodi ovakvih hemikalija. Ove hemikalije se taloze u tijelu dugi niz godina i predstavljaju vrlo ozbiljno opterećenje za ljudski organizam.

Ovdje je izvještaj pedijatrijske onkološke klinike iz Dusseldorfa, Njemačka. Pošto sve ove hemikalije imaju prefiks E onda smo napisali samo brojeve:

Neistraženi i potencijalno opasni, ili navodno sigurni (oprez!):

E-100, 101, 103, 104, 105, 111, 121, 130, 132, 140, 151, 152, 160, 161, 162, 170, 174, 175, 180, 200, 201, 202, 203, 236, 237, 238, 260, 261, 263, 270, 280, 281, 282, 290, 300, 301, 303, 305, 306, 307, 308, 309, 322, 325, 326, 327, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 382, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 408, 410, 411, 413, 414, 420, 421, 422, 440, 471, 472, 473, 474, 475, 480

Sumnjivi:

E-125, 141, 150 (Elite Cappuccino), 153, 171, 172, 173, 240, 241, 477

Štetni:

E-102, 110 (Cedevita, slatkiši) 120, 124

(prouzrokuju smetnje u crijevu i Gastro-intestinalnom traktu, bolesti kože, uništava vitamin B12, povisuje holesterol, izaziva nervoze, inflamacije usne šupljine).

Opasni za zdravlje:

E-220, 221, 224, 230, 231, 232, 233, 311, 312, 320, 321, 338, 339, (Zdenka mazivi sirevi, Zott Toast sandwich sir u listićima, narezani pakovani sirevi za sendviče, Anamarija Cappuccino), 340 (Anamarija Cappuccino, Arabesca Cappuccino Gold, Elite Cappuccino), 341, 407, 450 (Zdenka mekani sir, hrenovke), 461, 463, 465, 466 (pakovani sladoled), 621 (Monosodium ili mononatrium glutamat u Vegeti – otrov za mozak)

Aditivi koji mogu da izazovu rast TUMORA i KARCINOMA:

E-123, 131, 142, 210, 211 (Zvijezda kečap, Zvijezda light majoneza), 213, 214, 215, 216, 217, 239, 330 (Margo s maslinovim uljem, Margo Nova, Margo sa jogurtom, Schweps bitter lemon, Zvijezda delicatés, razni sosevi)

Najotrovniji od svih:

E-123 je ekstremno otrovan i zabranjen u USA zajedno sa **E-110**, **E-123** (Haribo gumeni bomboni, Treetts i Smarties čokoladni slatkiši, puding sa sladoledom u plastičnim kutijama, pakovana zamrznuta riba, kreme i vrhnje za kuhanje, topljeni sirevi za mazanje, pudding od vanilije).

E-330 je daleko najotrovniji (senf, neka bezalkohlna pića, meso kozica i škampi, neki sirevi, gljive u konzervi)

Ovo su preporuke, molim vas koristite ovo za zdravlje vaše djece i vas. Ne upotrebljavajte hranu sa hemijskim aditivima i pažljivo birajte hranu!

GMO Hrana

Izveštaj objavljen u maju 2005 od strane britanske novine The Independent, iznjo je na vidjelo rezultate studije obavljene u tajnosti od strane giganta prehrambene industrije genetskog inženjeringa Monsanto. Ta tajna studija je upoređivala biološke uticaje na pacove koji su se hranili GM kukuruzom. U tom izvještaju od 1139 strana objavljeno je slijedeće:

- Pacovi koji su hranjeni GM kukuruzom su imali umanje bubrege i varijacije u sastavu krvi
- Pacovi koji su hranjeni normalnim kukuruzom nisu imali nikakvih zdravstvenih problema.

Na osnovu ovih dokaza, engleski doktori su utvrdili da promjene u sastavu krvi kod pacova ukazuju da im je imunološki sistem bio oštećen do te mjere da su bili stvoreni uslovi za rast tumora i karcinoma.

Šećer

Glavni sastojak većine slatkiša i "Junk Food" je šećer. U mnogim studijama u SAD-u je pokazano da bijeli šećer izaziva devijantno ponašanje kod hiperaktivne djece. Šećer se u tijelu razlaže jako kiselo i dokazano je da crpi ogromne količine mikro nutrienata kao što su kalcijum, magnezijum i kalijum. Bijeli šećer izaziva preko 76 različitih negativnih efekata na tijelo. Visoko procesovana hrana dokazano totalno uništava *vitamine B*, a pogotovo *foličnu kiselinu* koja je imperativna u moždanim funkcijama i centralnom nervnom sistemu. Ovakva hrana je deficitarna *vitaminom B1 (tiamin)* što je u uskoj vezi sa povećanjem agresije. Dalje, deficitarna je sa *činkom i željezom* što je povezano sa moždanom disfunkcijom, problemima sa učenjem, kognitivnim funkcijama, smanjenom inteligencijom, ADD i ADHD sindromom.

Unutar svake ćelije nalaze se specijalizirane organele koje se zovu mitokondrije. Zadatak mitokondrija je da proizvode električni naboj, odnosno energiju, od koje zavisi život ćelije pa samim time i naš život. Mitokondrije pretvaraju molekule glukoze tj. šećera u energiju u vidu ATP (adeno-tri-phosphat) molekula. Hormon inzulin kojeg luče Langerhans ili beta ćelije u pankreasu služi kao transporter glukoze kroz ćelijski zid. Kada glukoza uđe unutar ćelije onda mitokondrije u jednom izuzetno kompleksnom hemijskom procesu koji se zove Krebsov ciklus pretvaraju glukozu u ATP energiju.

U ovom procesu imperativnu ulogu igraju mikro nutrienti, pogotovo vitamin B1 i CoQ10. Šećer konzumiran bez odgovarajućeg balansa proteina i ulja se zove "prazna kalorija" jer dolazi u tijelo kao čista energija. U nedostatku mikronutrienata za Krebsov ciklus proizvodnje energije, ćelije moraju da posuđuju potrebne mikronutrientne od zdravih ćelija. Naravno ovaj proces može da traje dok se rezerve ne potroše. Radi nedostatka vitamina B1 koji je imperativan za zdravlje i pravilnu funkciju nervnog sistema, "junk food" utiče na mentalne poremećaje koji se prvobitno ispoljavaju kao devijantno i asocijalno ponašanje.

Dalje, gubitak mikronutrienata u gore navedenom procesu ozbiljno destabilizuje imunološki sistem. Ustvari, imunološki sistem današnje djece je toliko potisnut i oštećen da se ne može izboriti ni sa najbanalnijim patogenima. Koliko često vaša djeca pate od prehlada i visokih temperatura i radi toga uzimaju antibiotike? Antibiotici su ozbiljan udar na imuni sistem i dodatno dodaju ulje na vatru time što opterećuju jetru i potpuno uništavaju crijevnu floru korisnih bakterija. Bez korisnih bakterija nema absorpcije nutricija iz hrane, proliferiraju

gljivice kao Candida Albicans, ne sintetiziraju se vitamini iz grupe B i tijelo ne proizvodi pre-kursore za hormon serotonin koji je jako bitan za mentalno zdravlje.

pH ravnoteža unutarnjeg miljea se mijenja sa alkalnog na kiselo i tijelo postaje podloga za bilo koje patološko stanje. Ovo je jedna slika koju niko ne želi. Na svu sreću tijelo nam dugo vremena unaprijed daje signale koje treba da uvažavamo.

Prvi od signala je mentalno stanje. Šećer direktno utiče na organ pankreas i ovdje možemo da napravimo jednu vrlo interesantnu paralelu sa pojavom agresivnosti u našem društvu koristeći spoznaje kineske medicine. Mentalno stanje koje karakteriše ljude sa disbalansom pankreasa, a koje je klinički promatrano i dokazano je slijedeće:

- Odbačenost
- Obeshrabrenost
- Ravnodušnost
- Neodobravanje
- Gubitak vjere u budućnost
- Anksioznost i neizvjesnost u vezi sa budućnosti
- Neobzirnost
- Udaljenost
- Gubitak samopouzdanja
- Otuđenost
- Nesuosjećajnost
- Nerazumijevanje
- Duboka zamišljenost
- Cinizam
- Zavist

Kako kompenziramo i kontrolišemo gore navedena stanja? Izljevima **bijesa, ljutnje, agresije – mentalnom ili fizičkom, neodobravanjem, ogorčenošću, frustracijom**, i ostalim oblicima ljutnje i bijesa. To je samo psihičko stanje kao slika unutarnjeg procesa i disbalansa. Ali to je i prvi pokazatelj da nešto nije u redu.

Fizički stav je okarakterisan sa povijenim plečkama prema naprijed, savijenim leđima, rotiranim rukama prema unutra i izbačenim stomakom. Razlog za ovo je disfunkcionalnost bilateralnog mišića Latissimus Dorsi koji ima vezu sa pankreasom.

Biohemijsko stanje je okarakterisano sa nedostatkom antioksidansa i povećanog holesterola radi emotivnog stresa ali i radi energetske "krize". Čelijski zid postaje tvrdi i ne prima molekule inzulina. Energija rapidno pada i tijelo ide u krizno stanje gdje zahtijeva bilo kakav unos hrane sa "brzim" šećerom. Molekuli šećera se gomilaju u krvi, pankreas pumpa još više inzulina. Proizvodnja energije je kompromitovana i tijelo aktivira nadbubrežne žlijezde za proizvodnju stres hormona adrenalina, noradrenalina, kortizola i histamina. Stres i nemogućnost tijela da izađe na kraj sa stresom proizvodi još više stresa i krug se ponavlja.

Imuni sistem je opterećen i potisnut, gljivice proliferiraju, javljaju se stalne prehlade, antibiotici, početak alergija na banalne stvari kao što su poleni, prašina, itd, pa sve do kroničnog umora i auto imunih oboljenja. Uz ovo sve javlja se gojaznost, od blagog oblika do patološkog oblika. Usljed nemogućnosti tijela da iskoristi šećer, tijelo ga pohranjuje i odlaže u masne stanice. Ovo je jedan od razloga zašto su djeca danas sve više gojazna.

Drugi razlog za gojaznost je konzumiranje gaziranih pića tj. Coca-Cole i ostalih sličnih pića koje u sebi ne sadrže ništa što ljudski organizam treba. Upotreba HFCS umjesto šećera u tijelu ne stimulira proizvodnju inzulina i samim time tijelo ga odlaze odmah u masne stanice. Velika količina fosfora razara matriks koštanog tkiva i izaziva ranu osteoporozu.

Mikrovalno zračenje

Mikrovalno zračenje djeluje na skroy drugačiji način nego konvencionalno zagrijavanje. Mikrovalna hrana se zagrijava iznutra prema vani. To se postiže tako što mikrovalno zračenje mijenja polaritet molekula hrane 3 do 5 milijardi puta u sekundi. Ovo rapidno i nasilno mijenjanje polariteta prouzrokuje toplotu. Ljudsko tijelo apsolutno ovisi o pravilnom polaritetu molekula hrane jer na taj način prepoznaje ne samo hranu nego i ostale supstance koji su potrebni za održavanje metabolizma. Promjena polariteta molekula znači i promjenu "oblika" molekula koji više nije u mogućnosti da se primi na odgovarajuće receptore te tako postaje patogen.

Dva naučnika Blanc i Hertel u Švicarskoj su uradili studije sa mikrovalnom hranom i nedvojbeno su došli do rezultata koji ukazuju na opasnost od tumora i karcinoma. Studija je trajala nekoliko mjeseci fokusirala se samo na testiranje krvi neposredno nakon konzumiranja mikrovalne hrane. Njihova studija je pokazala da mikrovalna hrana radi slijedeće:

- uništava nutricije u hrani
- drastično umanjuje nivo hemoglobina u krvi
- umanjuje limfocite (bijela krvna zrnca)
- umanjuje nivo HDL holesterola u odnosu na LDL holesterol
- stvara "nove" neprepoznatljive molekularne forme, tzv. radiolite

Ovi rezultati ukazuju na degenerativne procese u tijelu.

Sumacija

Iako ovo može biti kontroverzna tematika cilj ovoga je da izazove razmišljanje i buđenje iz apatije potrošačkog mentaliteta. Pogotovo zato što danas živimo u svijetu informacija gdje većina ljudi ima pristup internetu i nemamo pravo niti na jedan izgovor za neznanje. Problem nije u "junk food" proizvodima ili korporacijama koje ih vješto plasiraju, već u tome što se naš izbor fabrikuje iz "upućenog" izbora u "neupućeni" izbor. Ova vještina se uči od malih nogu.

Škola kao edukaciona ustanova i vi roditelji, imate sveukupnu odgovornost da obrazujete djecu ne samo u smislu predmetnog plana i programa, već i u drugim aspektima života koji su jako bitni i od kojih se život sastoji. Odgovornost je na vama svima za pripremu mladih pokoljenja da se integrišu u naše društvo kao odgovorne i kompletne individue, oslobođene svih predrasuda, i kao takve da djeluju i daju svoju kontribuciju za razvoj i progres društva u cjelini i naše planete Zemlje. Ovaj napor je dugoročna investicija i odgovornost svih vas za napredak slobodnog čovječanstva i ne može se desiti unilateralno bez uključivanja vas roditelja u sve faze i procese.

Molim vas nemojte stajati nijemo i okrenuti glavu pred ovakvim izazovima današnjeg društva i modernog načina života. Iako se svijet i tehnologija svakodnevno mijenja mi i dalje ostajemo ljudska bića koja moraju ostvariti svoj životni put u skladu sa krativnim impulsom Univerzuma.