

اشخاصی که با روش زنده خواری موافق نیستند و می خواهند مرده خواری خود را ادامه بدهند، بگذارید هر چه دلشان می خواهد بکنند.

بگذارید آنها دنیای قدیمی خود را نگاهدارند و ما دنیای تازه خودمان را بسازیم.

بگذارید آنها خوراک مرده بخورند، خودشان را بوسیله داروهای سمی تسکین بدهند و عضوها را با همدیگر معاوضه بکنند، ما با آنها کاری نداریم. این چنین اشخاص بشر حقیقی نیستند و برای این دنیای تازه مانند معتادین به مواد مخدر می باشند. آنها یک نسل پوسیده و کهنه هستند، چه بهتر که هر چه زودتر از این دنیا تشریف ببرند. آرزوی ما نجات کودکان حال و نوزادان آینده می باشد و همه فکر ما باید روی آنها متمرکز گردد.

اجتناب از خوراکیهای مرده برای نوزادان نه تنها دشوار نیست، بلکه به آنها عادت کردن کار بسیار مشکلی می باشد. این بچه ها در برابر غذای مرده همین نفرت را دارند که در برابر سیگار یا تریاک احساس می کنند، در صورتی که ضرر غذای مرده به مراتب بیشتر از ضرر سیگار و تریاک می باشد، چون یک بخش از سموم اینها از ریه دفع می گردد، ولی سمومی که از غذاهای کشته شده تولید می شوند تماماً وارد خون انسان شده مستقیماً سبب بیماری و مرگ می گردند.

بنا بر این مقامات مسئول اگر چه نمی خواهند اراده خود را به بزرگان تحمیل نمایند، اقلأ باید به نوزادان مواد مرده خوراندن را صریحاً قدغن نمایند.

اینها باید این حقیقت را هم در نظر بگیرند که من پس از شانزده سال زنده خواری اگر یک درصد در روش خود ضرر دیده بودم، الان پشیمان شده و از راه غلط برگشته بودم، چون من نه دشمن خود و نه خانواده ام و نه دشمن بشریت می باشم که آنها را به راه غلط راهنمایی نمایم. بین این همه زنده خواری که از همه نقاط جهان با من در تماسند، هیچ اتفاق نیفتاده که کسی فوت نموده باشد و یا پس از ماهها و سالها زنده خواری سوء نتیجه ای

دیده و از زنده خواری برگشته باشد.

این طور که از نامه های آنها مشاهده خواهید نمود (نامه ها به علت زیادی گفتار حذف شد) همه آنها در سلامتی کامل و خوشبختی زندگی می کنند. بیمارانی که در اولین ماههای زنده خواری یعنی حداکثر پس از پنج شش ماه زنده خواری نمی میرند نشان این می باشد که بیماری آنها هنوز به مرحله آخر نرسیده و اینها دیگر در نتیجه بیماری نخواهند مرد و حیات خود را تا برای واقعی ادامه خواهند داد. (البته تنها در شرایط صد درصد زنده خواری).

هنگامی که من می گویم مردم در عرض چند ماه سلامتی خود را بدست می آورند، نشان این نیست که آنها در عرض این مدت کوتاه می توانند تمام بدنه هایی که در عرض چهل - پنجاه سال مرده خواری به بدن خود زده اند برطرف نمایند. مقصود من این است که در عرض چند ماه علایم ناراحت کننده بیماریها از بین می روند، خطر مرگ برطرف می گردد و شخص المینان حاصل می کند که از بیماری نجات پیدا کرده است، ولی مبادله تمام سلولهای زاید با سلولهای اصلی و حل شدن سموم انباشته شده در این وقت نسبتاً طولانی لازم دارد. تنها یک چیز مسلم است که این درمان بقی از روز اول زنده خواری شروع می شود و هر روز بیشتر از روز پیش سلامتی واقعی نزدیکتر می گردد و عوض این که شخص روز به روز به طرف پیری برود روز به روز جوانتر می گردد. این وضع را من و همسر و سایر زنده خوارها دایماً مشاهده می کنیم.

علم پزشکی غلط و متضاد که فعلاً در همه جای دنیا در جریان است مال ما نیست. این علم فریبنده که ظاهراً مفید ولی باطناً مضر می باشد در ممالک غربی پایه گذاری شده، وسعت یافته و به ما تحمیل گردیده است. لازم است یک تذکر عمومی بدهم که مردم در اشتباه نمانند. هنگامی که من به زیست شناسان و پزشکان مرده خوار حمله می برم و حقیقت تلخ را با کلمات تند ابراز می کنم مقصود من توهین به شخص پزشکان و زیست شناسان نیست بلکه من به خود علم طب حمله می کنم.

برای من کاملاً واضح می‌باشد که در این امر هیچ کس مفسر نیست. خود را در اشتباهات بیشتری غرق نموده‌اند. پایه اشتباهات، نخست در اینجا بوده که مردم از راه صحیح منحرف شده و اولین قدم را در راه غلط برداشته‌اند. به طوری که شاعر فرموده: *خشت اول گر نهد معمار کج تا تریا می‌رود دیوار کج* راه صحیح که مردم گم کرده‌اند همین راه خداست، همین راه طبیعت است. مردم کوتاه‌بین از دنیای طبیعی خارج شده برای خود یک دنیای مصنوعی ساخته‌اند و خودشان را در مرداب مواد غیر طبیعی، مصنوعی و شیمیایی و سمی غرق کرده‌اند.

علم پزشکی، دنیای طبیعی ما را خراب نموده می‌خواهد دنیای مصنوعی، شیمیایی بسازد. علم پزشکی یعنی علم مواد مرده و شیمیایی و سمی. وارد یک داروخانه بشوید! آیا یک ماده طبیعی در آنجا پیدا می‌کنید؟ نه. وارد آشپزخانه یک بیمارستان بشوید! آیا غذایی زنده و طبیعی در آنجا خواهید یافت؟ خیر.

اکنون روی سختم با تمام پزشکان شریف ایرانی است و از آنها می‌پرسم: آیا جایز است این وضع اسفناک را بیش از این تحمل نمود؟ من از همه آنها استدعا دارم حقیقت را با واقع بینی از نزدیک بنگرند، از اثرات ظاهری و فریبنده داروها چشم‌پوشند و اساسی فکر نمایند. گذشته از عملهای جراحی که بشتر آنها بی‌جا و بی‌مورد انجام می‌گیرند، پزشکانی که در بیمارستانها انجام وظیفه می‌کنند با چه وسایلی بیماراران را درمان می‌نمایند؟ مگر غیر از این است که تنها با داروهای شیمیایی و غذای مرده آنها را مداوا می‌نمایند؟ اکنون که معلوم می‌شود این دو ماده عامل بیماراران را شفا نمی‌بخشد بلکه سبب ایجاد و توسعه بیماری‌ها می‌باشد. بهبود ظاهری و موقتی حال بیماراران تنها ریشه بیماری را مستحکم‌تر می‌کند.

اکنون از پزشکان شرافتمند ایرانی می‌پرسم آیا مایلند پس از شنیدن حقیقت امر باز هم به این‌گونه فعالیت‌های خود ادامه بدهند؟ تا به امروز آنها تقصیری نداشته‌اند. به آنها این چنین آموخته بودند و به تصور آنها این

راگانه راه صحیحی بود که می‌توانستند انجام بدهند و راه دیگری هم نمی‌شناختند ولی اکنون من به آنها راه صحیح را نشان می‌دهم. اگر امروز این پزشکان محترم نخواهند این راه صحیح و انسانی را انتخاب نمایند فردا به جهت سهل انگاری خود برای همیشه پیش مردم شرمنده خواهند ماند.

بزرگان و خواهران عزیز تقاضای من از شما چیست؟!.

من از شما تنها خواهش می‌کنم از آن بیمارانی که سالها زجر کشیده‌اند، به عالم شکفتی پول خرج نموده‌اند، به همه نوع آزمایشهای سخت و طاقت‌فرسا تن در داده‌اند، دهها پزشک و بیمارستان و دارو عوض نموده‌اند تا از رنج بیماری‌های خود نجات یابند، ولی هیچ نتیجه‌ای نگرفته‌اند، از جلو این بیماراران خوراکیهای مرده را کنار بکشید و به جای آن غذای زنده را قرار بدهید، یعنی یک دسر غذای غیر طبیعی و مرده را با یک دسر غذای طبیعی و زنده عوض نمایید. تقاضای من این است که به این بیماراران آن غذایی را بدهید که من و همسر و دخترم و سایر زنده‌خواران سالیان دراز مصرف می‌کنیم، آن غذایی که میلیونها سال نیاکان شما خورده‌اند، آن غذایی که خدای بزرگ برای همه موجودات زنده تعیین نموده و به وسیله طبیعت بدست ما سپرده است.

همه و بزرگان عزیز! خوب فکرش را بکنید، اگر طبیعت لازم می‌دانست قادر بود برای ما درخت کوفته و بوته چلوکباب، یا باقلایلو تهیه نماید! من نمی‌گویم که همه مردم را اجباراً زنده‌خوار نمایید. با این‌که روزی می‌رسد غذای طبیعی را روی آتش حرام کردن بزرگترین گناهان به حساب آید، ولی هنوز امروزه مردمانی هستند که حاضرند بمیرند ولی از باقلاپاز محروم نمانند.

ما با این گونه اشخاص کاری نداریم، شما در مرحله اول آن بیمارانی را بجات دهید که داوطلبانه حاضرند با غذای طبیعی درمان بشوند.

شما تنها حقیقت را اعلام کنید، گفته‌های مرا تصدیق نمایید و بگذارید مردم راه خود را ازادانه انتخاب کنند. مردم می‌خواهند حقیقت را از شما بشنوند.

## نظر دکتر آوانسیان

### در باره کلیه بیماری‌ها

دکتر آوانسیان در مورد شرح بیماری می نویسد:

کلیه بیماری‌ها نتیجه داخل کردن غذاهای پخته، مواد مرده و غیرطبیعی و سمی دیگر به بدن می‌باشد.

غذای مرده مانند سوخت بی‌فایده در بدن انسان می‌سوزد و از بین می‌رود و با سلولهای بی‌فایده و مریض و مفتخور بوجود می‌آورد و موجب چاقی بی‌مصرف و غیرطبیعی می‌شود که مردم بی‌اطلاع آن‌را نیرومندی و قوت می‌پندارند.

همراه غذاهای مرده سموم مختلفی ایجاد می‌کنند که به مرور در بدن انسان جمع‌آوری می‌شوند و سبب بیماریهای بی‌شماری می‌گردند. اصولاً کلیه بیماری‌های انسان تنها یک علت اساسی دارند و آن عبارت است از: وارد کردن مواد مرده به بدن از قبیل:

کلیه غذاهای پخته، غذاهای حیوانی (زنده یا مرده)، داروهای شیمیایی، مواد مخدر، نوشابه‌های الکلی و غیرالکلی، دخانیات، شیرینی‌جات و مانند آنها است.

هلاکه زبادی که یک مرده‌خوار در برابر غذای مرده احساس می‌نماید گرسنگی نیست، بلکه اشتهای کاذب است که بدن معتاد در برابر مواد سمی احساس می‌کند. او شکم خود را با مواد کشته شده پر می‌کند تا احساس سیری نماید، در حالی که بدن وی از فرط گرسنگی واقعی

دکتر آوانسیان در ادامه، شرح بدن مرده خواری و زنده خواری را این گونه توصیف می کند:

#### بدن مرده خواری از دو نوع سلول تشکیل شده است:

سلولهای اصلی، سلولهای زاید. خوردن غذای زنده گیاهی عامل ایجاد سلولهای طبیعی و سالم و متخصص می گردد، حال آن که خوردن غذای غیرطبیعی و مرده سلولهای ناتوان و مریض و مفتخور بوجود می آورد و آنها را تغذیه می کند. کلیه بیماری های انسانی در این سلولهای زاید تمرکز یافته اند. بعضی اوقات وزن این سلولهای زاید در یک شخص به ۶۰ تا ۷۰ کیلوگرم می رسد و این خود بیماری است که این شخص در آغوش گرفته و با خود می گرداند و با سعی و کوشش فراوان آن را تغذیه و پذیرایی می کند و می پروراند.

به طور کلی بیماری عبارت است از:

کمبود سلولهای اصلی و متخصص برای بکارگماشتن اعضای بدن از یک طرف، و تجمع سلولهای زاید و مواد مختلف سمی در بدن از طرف دیگر. وقتی سلولهای اصلی و متخصص کلیه ها که با دستگاههای مجهز خود خون را تصفیه نموده و سموم را توسط ادرار از بدن دفع می نمایند کم می شوند، کلیه ها نمی توانند کار خود را بخوبی انجام بدهند، می گویند کلیه ها مریض اند. هنگامی که سلولهای اصلی کبد کم می شود می گویند کبد مریض است، و همین طور برای همه غده ها و اعضاء و سیستم های دیگر بدن همین وضع ایجاد می شود.

ولی مریضی که با حقیقت امر آشنا شود، تصمیم می گیرد، تمام غذاهای مرده را کنار بگذارد و از غذای طبیعی تغذیه کند، از روز اول سلولهای زاید بدن او از گرسنگی شروع به مردن و از بین رفتن می کنند و سموم انباشته شده در بدن او حل می شوند و از بدن خارج می گردند و در عوض سلولهای اصلی بدن با بدست آوردن مقدار کافی غذای طبیعی روز به روز

افزایش می یابند و در نتیجه غده ها و عضوهای بدن فعالیت طبیعی خود را بدست می گیرند.

بدین ترتیب با مبادله شدن سلولهای زاید با سلولهای اصلی و خلاص شدن از سموم انباشته شده در بدن، عرض مدت کمی کلیه بیماری ها یکباره از بین می روند و سلامتی کامل به طور معجزه آسایی به دست می آید.

حالا من از شما می پرسم کدام "دارو" قادر است سلولهای زاید را بکشد، بدن را از سموم خالی کند، یا سلولهای گرسنه را سیر نماید؟

گاهی از جلو داروخانه رد می شوم و مشاهده می کنم که چطور این آدمهای از همه جا بی خبر صف می کشند و پول خود را به جیب دارو فروش می ریزند تا چند نوع سم بخرند و بدن های مسموم خود را باز هم مسموم تر سازند، می خواهم فریاد بکشم و این بدبخت ها را از خطرات این کار بی خردانه آگاه نمایم، سمومی که باید از داروخانه جمع نمود و موزه ها را پر کرد، تا نسلهای آینده با وحشت نگاه کنند که در قرن بیستم چه نوع دیوانگانی زندگی می کردند که تندرستی و سلامتی را در این نوع سموم کشنده می پنداشتند.

کلیشه آزمایشهای پزشکی مانند معاینه ی کل بدن، خون، ادرار و عکس برداری غیره و غیره که به خیال خودشان برای شناختن نوع بیماری انجام می دهند و از مردم ساده لوح پول هنگفتی بیرون می کشند کاملاً پوچ و غیر ضروری است، زیرا کلیه بیماریها به هر نوع و شکل هم که باشد تنها یک علت دارد و مرده خواری است و یک درمان اساسی و قطعی دارد و آن هم زنده خواری است.

پیش از کشف آتش، انسان میلیونها سال تنها با مواد زنده و گیاهی تغذیه کرده و تکامل خود را طی نموده اند. غذای یک انسان باید از سلولهای زنده تشکیل شده باشد. اصولاً غذای کشته شده هیچ ارزش غذایی ندارد.

هنگامی که حیوانات کشته می شوند، سلولهای آنان در مدت بسیار کوتاهی می میرند و خاصیت غذایی خود را از دست می دهند و تولید سم می کنند و

به موادی زهرآلود مبدل می‌گردند. حیوانات گوشت‌خوار به‌وسیله گوشت خام یک حیوان علف‌خوار همین خوراکی‌های گیاهی را غیر مستقیم یعنی از دست دوم می‌گیرند. به‌عبارت دیگر هنگامی یک گاو یک بره کامل را زنده زنده می‌خورد مانند این است که: یک‌دسته علف خورده، ولی انسان چون نمی‌تواند شکار خود را زنده زنده بخورد، پس نمی‌تواند گوشت‌خواری مفید باشد.

همین‌طور شیر، ماست، پنیر، کره و مانند آنها هیچ ارزش غذایی ندارند. آنها تنها سلولهای بی‌ارزش بوجود می‌آورند و آنها را تغذیه می‌کنند. میکروبها تنها در این سلولها اثر می‌گذارند. سلولهای اصلی انسان که از غذای طبیعی بوجود می‌آیند از میکربها باکی ندارند، آنها می‌توانند میکرب را بخورند و هضم نمایند. بنابر این در دنیای زنده‌خواران بحث میکرب خاتمه می‌پذیرد.

اگر مردم "متمدن" غذای طبیعی را به وسیله آتش جاهلانه محو و نابود نکنند، با محصول موجود می‌توان پنج برابر جمعیت دنیا را تغذیه نمود.

مردم "متمدن" هشتاد درصد غذای طبیعی را که از زمین بدست می‌آورند بوسیله آتش جاهلانه نابود می‌کنند، سپس می‌نشینند از کمبود مواد غذایی صحبت می‌کنند. اگر مردم جهان کلیه خوراکیهای مرده را کنار بگذارند، آنها از غذای خود نه تنها چیزی نکاسته‌اند بلکه از مواد غیرطبیعی و سمی که باعث بروز انواع بیماریها می‌باشد رهایی یافته‌اند. این سخنان برای مرده خواران باور نکردنی به‌نظر می‌رسد ولی عین حقیقت است.

اگر یک مرده‌خوار هفته‌ای یک خوشه انگور می‌خورد همین یک خوشه انگور و مقدار ناچیز سلولهای غذایی که از اثرات آتش نجات یافته‌اند او را تغذیه می‌کنند و زنده نگه می‌دارند. از اینجا برای همه کس روشن می‌شود که غذای طبیعی تا چه حد ارزش غذایی دارد.

بعضی از دانشمندان تلاش می‌کنند که غذای مصنوعی کم‌حجم و فشرده‌ای پیدا کنند که مردم از زحمات "یخت و پز" اسوده شوند. آنها

انها نمی‌بینند که طبیعت همین فکر را قبلاً کرده و غذای فشرده و کم‌حجم مثل گندم و گردو و بادام به آنها ارزانی داشته است تا هر کس بتواند یک مشت از آنها را در جیب گذاشته و تمام روز به آسودگی دنبال کار خود برود. اگر تنها گندم به صورت زنده مصرف شود می‌تواند پنج- شش برابر جمعیت دنیا را تغذیه نماید.

یک کارگر ایرانی روزانه نصف مزد خود را صرف خرید نان خالی می‌کند، باز هم زن و فرزندان وی سیر نیستند و همیشه مریض و ناتوان هستند. حال این که همین کارگر تنها نیم‌کیلو، گندم زنده برای خانواده‌اش تهیه نماید هم آنان را سیر نموده و هم سلامتی آنها را به خوبی تأمین نموده است. این است کار پروردگار بزرگ که هنوز مردم بدان پی نبرده‌اند.

در حال حاضر مللی هستند که از کمبود مواد غذایی رنج می‌برند و در استانه قحطی می‌باشند و عجب این است که تنها اشاره رسمی وزارت بهداشتی به این عنوان که پختن، یک عمل غلط و خطرناک است، کافی است که این ملت‌ها را از هرگونه ناراحتی در امان داشته باشند.

اگر در روزگار گذشته سپاهیان محاصره شده در شهرها و دژها به عوض نان، گندم خام را جیره‌بندی می‌کردند مدت‌ها مقاومت آنها چندین برابر طولانی‌تر می‌شد و در نتیجه نقشه دنیای امروزه به کلی به یک شکل دیگر در می‌آمد.

بعضی‌ها سؤال می‌کنند که اگر غذای "پخته" نخوریم پس چه باید بخوریم؟ به‌نظر آنها غذای اصلی انسان، یعنی صبحانه- ناهار- شام تنها عبارت است از خوراکی‌هایی که در آشپزخانه خوب کشته و گرم گرم روی میز می‌آورند. آنها خیال می‌کنند که بدون خوراکی‌های گرم، نه صبحانه، نه ناهار و نه شام وجود دارد. ولی کسانی که میل دارند، واقعاً سالم زندگی کنند و خیلی طولانی زندگی کنند، آنها باید اولاً فراموش کنند که در این دنیا غذای "پخته" هم وجود دارد، ثانیاً باید نگاه کنند و ببینند کلیه موجودات زنده اعم از مورچه تا اسب، شتر و فیل چه می‌خورند آن‌گاه

می فهمند که تمام میوه جات و سبزیجاتی که در دسترس خودشان قرار گرفته چه ارزشی دارد.

کارشناسان غذایی نو، طوری مردم را دچار اشتباه کرده، صورت‌های بی‌شمار و متناقض و متضادی از انواع اغذیه و اطعمه به آنها داده‌اند که برخی از مردم تصور می‌کنند من هم یکی از آن "کارشناسان" هستم و از من راجع به صرف اغذیه طبیعی کسب دستور می‌نمایند.

من در اینجا یک پاسخ کلی به همه می‌دهم از این قرار:

برای انسان واقعی نباید هیچ نوع برنامه مخصوص غذایی وجود داشته باشد. یک انسان حقیقی باید بخورد هرچه هوس می‌نماید، هر هنگامی که می‌خواهد و به هر اندازه‌ای که اشتهای او اجازه می‌دهد، همان‌گونه که تمام موجودات اعم از مورچه تا فیل می‌خورند، تنها با این فرق که این حیوانات بیچاره مجبورند با یک یا دو نوع غذای ساده قناعت کنند، ولی آدمیان می‌توانند از بین هزاران نوع غذاهای فشرده و ارزنده و لذیذ خوراک دلخواه خود را انتخاب کنند و تناول نمایند.

بهترین و طبیعی‌ترین طرز غذا خوردن این است که ما غذای طبیعی و زنده را زیر دندان گذاشته و خوب جویده با آب دهان کاملاً مخلوط کنیم و فرو ببریم. ولی اگر کسانی هستند که میل و وقت کافی دارند می‌توانند سالادهای متنوع و خوش‌نما درست کنند، این کار چندان عیبی ندارد، به شرط این که سالادها را تازه به تازه بخورند و حتی‌الامکان با آب دهان بخوبی مخلوط نمایند. این کار تابع هیچ قانون خاصی نیست چون همانطور که گفته شد بین خوردنیهای گیاهی، خوب و بد وجود ندارد، آنها همه یک خاصیت دارند. آنها غذای کامل می‌باشند، تنها یک حساب فشرده‌گی و غیر فشرده‌گی بین آنها وجود دارد.

بنابر این هر فرد عادی می‌تواند چند نوع از انواع سبزیجات و میوه جات فراهم آورد، آنها را خرد یا چرخ یا رنده کرده با هم مخلوط نماید و روغن زیتون و آبلیمو، زعفران یا هل بدانها اضافه کرده و بخورد. بدین روش می‌توان:

در مدت کوتاهی چند نوع سالادهای خوشمزه تهیه نمود.

یک زنده‌خوار باید تمام صحبت‌هایی را که هر روز شنیده و هنوز هم می‌شنود، مثلاً: فلان غذا دارای فلان ویتامین است یا فلان میوه برای فلان خوب است بکلی فراموش کند. اینها افسانه‌هایی هستند بی‌فایده و حتا خیلی مضر و گمراه کننده. از رژیم غذایی نباید اسم ببریم. تنها باید از قوانین طبیعت پیروی کرد، و از آن‌چه که خدای بزرگ در آشپزخانه طبیعت آماده کرده است تغذیه نمود.

#### بیماری‌ها چگونه پدید و چطور ناپدید می‌گردند؟

دکتر آوانسیان در بخش دیگری از کتاب خام گیاه‌خواری می‌نویسد:

گفتمیم که خوراکی‌های مرده در بدن انسان سلول‌هایی را بوجود می‌آورند که هیچ کاری از آنها ساخته نیست و تنها باری برای سلول‌های اصلی می‌باشند، ولی مرده‌خوارهای گمراه مجموعه این سلول‌های بی‌ارزش را نشان چاقی و تندرستی می‌پندارند. علاوه بر این خوراکی‌های مرده، "مخصوصاً خوراک‌های حیوانی" مواد مختلف سمی تولید می‌نمایند که تدریجاً به همه نقاط بدن نفوذ نموده و در طول مدت دهها سال، لابلا روی هم جمع شده به حالت جامد و سفت در می‌آیند و باعث بیماری‌هایی از قبیل نقرس، تصلب شرایین، فشارخون، آرتری‌تیس، سنگ کلیه و غیره می‌گردند. از طرف دیگر از کمبود غذای طبیعی، سلول‌های اصلی اعضا و غده‌ها کم می‌شوند و نمی‌توانند وظیفه خود را بخوبی انجام دهند.

حال ببینیم بیماری‌های قلبی که سبب بیشتر مرگ و میرهای انسانی می‌باشد چطور بوجود می‌آیند.

جریان خون شبیه لوله‌کشی یک شهر می‌باشد. اگر کسی در لوله‌کشی آب هر روز مقداری آشغال بریزد، این آشغال‌ها در یکجای لوله‌ها جمع شده جریان آب را قطع می‌کند.

همین‌طور هم سمومی را که مرده‌خوارها همه روزه هنگام صبحانه و نهار و

شام به طرف جریان خون خود سرازیر می کنند مرتباً روی دیواره رگها طبقه طبقه رسوب کرده به تدریج قطر آنها را تنگ تر می نمایند تا هنگامی که بالاخره جریان خون را بکلی قطع نموده باعث مرگ می گردد. مردم کوتاه بین این مرگ را غیر منتظره می دانند. اگر کسی ببیند یک نفر در جریان لوله کشی آب یکی دو سبد آشغال می ریزید آیا این شخص قطع شدن جریان آب را غیر منتظره به حساب می آورد؟ هنگامی که من مشاهده می نمایم چطور مردم از همه چیز بی خبر با گوشت و ماهی و تخم مرغ و پنیر این سمها را حریصانه به خون خود سرازیر می نمایند، وحشت می کنم و هر آن منتظر می شوم که جریان خون آنها متوقف گردد، همین طور هم می شود. پس هر کس چه جوان و چه پیر، مادام که این نوع خوراکی ها را به دهان نزدیک می کند، هر دقیقه باید انتظار این مرگ ناگهانی را نیز داشته باشد و سگته نماید.

سگته قلبی نشان دیگری هم دارد. گفتیم بخش عمده سلول هایی که عضوهای مرده خوارها از جمله قلب، رگها و موی رگها را تشکیل می دهد از خوراکی های مرده بوجود آمده که خاصیت ارتجاعی نداشته و بالنتیجه قادر نیستند وظایف خود را انجام دهند. قلب در نتیجه تنگ شدن رگها فشار خود را افزایش می دهد تا بتواند خون را به دورترین نقاط بدن برساند. دیواره های ضعیف رگها، مخصوصاً رگهای مغز، زیر فشار روز افزون خون طاقت نیاورده و می ترکند. گاهی خود قلب هم ترک بر می دارد، یا دریچه های آن که همیشه در حرکت اند خسته شده از کار می افتند و منلاشی می گردند.

پزشکان کوتاه بین به جای این که جریان این سموم را قطع کنند و راحت همه این اختلالات را برطرف نمایند، به کارهای به اصطلاح "علمی" عجیب و غریب دست می زنند و با مواد شیمیایی خون را رقیق می کنند، با سموم مختلف رگها را تحریک نموده آنها را برای چند روز گشادتر می سازند، با سموم دیگر قلب ضعیف را تحریک می نمایند تا آخر بر سر روی خود را جمع

نموده کمی تندتر کار کند. پس از خوردن چند دسر خوراک های "مقوی و بروربخش" همه چیز به حالت قلبی خود بر می گردد، با این تفاوت که قلب ضعیف باز هم ضعیف تر شده، روی سموم موجود مقداری سم تازه و روی پوره های پزشک و دارو فروش مقداری پول تازه اضافه می شود. حالا به حساب نمی آوریم که آن پول هایی که بیچاره بیماران به آزمایشگاهها تحویل می دهند، و به طوری که چند سال پیش روزنامه کیهان نوشته بود از این پولها پنجاه تا هفتاد درصدش به عنوان کمیسیون به جیب دکترها برسی گردد... می بایستی بالاخره یک نفر ظاهر می شد و پرده از روی این تجارت بی رحمانه "علمی" بر می داشت.

#### بیمار کیست و بیماری چیست

حالا ببینیم اصلاً بیماری چیست و به چه چیزی باید بیماری گفت:

دکتر اوانسیان می نویسد: در استعمال کلمه بیماری یک اشتباه عمیق وجود دارد که لازم است من اینجا تشریح نمایم. هنگامی پای یک نفر درد می گیرد یا او دل درد یا سردردی احساس می کند و یا تب می کند، می گویند این آدم بیمار شده، این درست نیست. اصل بیماری همین سه وضعیت یعنی تجمع مواد سمی، تجمع سلولهای زاید و کمبود سلولهای متخصص می باشد. بنابراین همه مرده خوارها بدون استثناء از نوزاد یک روزه گرفته (که در رحم مادر به خوراک های مرده تغذیه نموده است) تا اشخاص مسن و پنجاه ساله به آن مبتلا هستند. پس همه مرده خوارها بیمارند. مادران بی خبر این بیماری وحشتناکی را که باعث همه مرگ و میرهای کنونی می باشد در آشپزخانه می پزند و بزور وارد بدن بچه های خود می کنند.

حالا شما از من بخواهید پرسید پس آن چیزی که آدمی را ماهها و حتا سالها در رختخواب نگاه می دارد بیماری نیست پس چیست؟ پاسخ من این است: آن ناراحتی هایی که مرده خوار گاه به گاه احساس می کنند و بیماری نام می برند بیماری نیست بلکه علائم مقاومت بدن است در برابر بیماری

اساسی، به عبارت دیگر مبارزه بدن اصلی است در برابر مواد بیگانه، یعنی آدم‌ها خوراکیهای مرده و بیماری‌زا را حریم‌خانه به بدن خود تحمیل می‌نمایند. بدن اصلی آنها به تنگ آمده گاه به گاه به مبارزه بر می‌خیزد تا یک بخش از این مواد مضر را از بدن دور نماید. او به توسط استفراغ معده را خالی می‌کند. با اسهال روده‌ها را پاک می‌کند. یک بخش از سلول‌های زاید و سموم را نیز حل نموده از راه روده‌ها بیرون می‌راند. ضمناً چهار- پنج روز هم اشتها را بند می‌آورد تا دستگاه گوارش بتواند مدتی به استراحت بپردازد و با این امر به صاحبش نشان دهد که بدن اصلی او به این نوع خوارکی‌ها احتیاجی ندارد. این استفراغ و اسهال و تب و غیره در واقع نشان بیماری نیست بلکه نشان درمان است که طبیعت گاه به گاه انجام می‌دهد تا بخشی از بیماری اصلی را از بدن دور نماید.

مرده خوارهای کوتاه بین معنی این را درک نمی‌کنند و به جای این‌که بگذارند طبیعت کار خود را به راحتی انجام دهد. به جای این‌که بگذارند جهاز هاضمه که دهها سال متوالی سه-چهار برابر آنچه لازم بوده کار نموده است چند روز نفس راحت بکشد، به جای این‌که مصرف مواد مرده و زهرآلود را از برنامه تغذیه‌ای حذف نمایند و با غذای طبیعی بیمار را تقویت نمایند، آنها سعی می‌کنند با صدها نوع سموم کشنده و سایر وسایل "علمی" جلو مبارزه شفا بخش طبیعت را بگیرند، خفه نمایند و با سوپ جوجه، چلوکباب، شیر، عصاره جگر نه این‌که بدن اصلی بلکه بدن دروغی یعنی خود بیماری را تقویت نمایند. این مبارزه در مورد همه نوع "بیماریها" در شکل‌های مختلف دیده می‌شود. تب و احساس درد نشانه مبارزه بدن اصلی در برابر میکروبیها و سموم مختلف می‌باشد.

هر دردی و هر بی‌نظمی که در هر ارگانی و یا هر بخش دیگر بدن بروز می‌کند تنها کار سه عامل نامبرده می‌باشد. زیست‌شناسان مرده‌خوار برای خرابکاریهایی که مواد مرده در بدن انسان بوجود می‌آورند هزاران اسم "علمی" اختراع نموده‌اند.

هر یک از این خرابکاریها نسبت به مکان، شکل ظاهری، درجه بی‌نظمی و غیره به یک اسم مخصوص پیدا نموده‌اند. حالا ببینیم این خرابکاریها به چه تاریمی در بدن پخش می‌شود. همان‌طور که سیلابی از کوه سرازیر می‌گردد، هر راه آزادی که جلو خود می‌بیند به آن طرف روانه می‌گردد، همین‌طور هم هنگامی که یک آدم بی‌عقل در آشپزخانه مواد بیماری‌زا می‌سازد و وارد بدن خود می‌کند، این مواد به هر طرف بدن که راه آزاد یا جای ضعیف پیدا کند به آن طرف می‌شتابد.

گاهی این مواد مرگ‌آور در سر راه خود یک ارگان مناسب و ضعیف انتخاب می‌کنند و خرابکاریهای خود را در آنجا متمرکز ساخته ارگان مزبور را از کار می‌اندازد. این‌طور موارد مرگ در سنین یک، ده، تا بیست فرا می‌رسد. در موارد دیگر این خرابکاریها در همه ارگانهای بدن پخش می‌شود و صاحب این بدن "شانس آورده" نیمه زنده نیمه مرده تا هشتاد- نود سال عمر می‌کند. در نظر مرده‌خوارها این یک عمر خوب می‌باشد.

باید پرسید که چرا بعضی‌ها به این بیماری و بعضی‌ها به آن بیماری مبتلا می‌شوند، یا چرا یکی زود و آن یکی دیر می‌میرد. این کار قانون خاصی ندارد. این بستگی به نسبت مصرف مواد مرده و زنده، شرایط وضعیت ارگانها، شرایط کار و فعالیت شخصی، درجه مقاومت ارثی و غیره و غیره دارد.

شما چیزی که مسلم است و هیچ تردیدی ندارد این است که زندگی یک مرده‌خوار را نمی‌توان حتی برای یک ساعت ضمانت نمود. هنگامی که کسی خوراک مرده را به دهان می‌گذارد همان هنگام باید فکر کند که ممکن است همین لقمه پیمانه را لبریز نموده کار به آخر برسد. او باید با این کار مراقبانه‌ی خود هر روز، هر ساعت و هر دقیقه انتظار مرگ را داشته باشد.

مرده‌خوارها این نوع بلاها را "بیماری تمدنی" می‌نامند بدون این‌که یک دقیقه متوجه حرف خود بشوند و فکر کنند که چطور می‌توان چیزی را که



باعث مرگ میلیونها افراد بشر می‌شود تمدن نامید. آیا برق، رادیو، یخچال، تلفن، اتومبیل، راه‌آهن، هواپیما، موزیک، سینما، مدرسه، اینها هستند که "بیماریهای تمدنی" بوجود می‌آورند؟ البته که نه. چیزهایی که مرده‌خوارهای بی‌عقل نشانه تمدن حساب می‌کنند مانند کارخانه‌های داروسازی، کالباس‌سازی، سیگار سازی، مشروب‌سازی، آشپزخانه‌گازی، دیگ‌های زودپز و هزاران نوع وسایل دیگر که مردم نیمه دیوانه اختراع نموده‌اند تا غذاهای طبیعی را به مواد سمی تبدیل نموده، نسل بشر را از این دنیا ریشه کن نمایند، نه تنها علایم تمدن نیست، بلکه بزرگترین بربریت است که تا به حال انسان سالم شناخته است. دویست-سیصد سال پیش در بیشتر موارد، مرگ آمدن خود را خبر می‌داد و آهسته به مردم نزدیک می‌شد. حالا دیگر هیچ‌گاه خبر نمی‌کند. سابق سرطان و سکتة قلبی بیماریهای پیری محسوب می‌شدند، ولی اکنون نوزادان با سرطان به دنیا می‌آیند و جوانان بیست- بیست و پنج ساله از سکتة قلبی تلف می‌شوند.

سابق بیشتر موارد سکتة به یک بخش بدن اصابت می‌کرد، ولی اکنون در عرض پنج دقیقه کار را تمام می‌کند.

فکرش را بکنید، هیچ عملی، هیچ ثروتی، هیچ قدرتی قادر نیست جلو این بدبختیها را بگیرد به غیر از تعویض یک دسر غذای مرده با یک دسر غذای زنده که از اول زندگی خالق برای مخلوق خود تعیین نموده است. نگاه کنید به این ساختمانهای مجلل بیمارستانها با این تشکیلات وسیع، با دستگاههای "علمی پیچیده"، با کنفرانس‌های رسمی، با نطقهای جدی و طولانی، با کتابهای قطور، با داروخانه‌های معمایی، با آشپزخانه‌های مدرن، با پزشکان با وقار، با گروه پرستارهای پاکیزه و... فکرش را بکنید که این همه مسخره بازیهای به اصطلاح "علمی" نه تنها ارزش یک دسر غذای زنده را ندارد، بلکه وجود آنها با خوراکیهای مرده و داروهای سمی باعث کلیه بیماریها، و مرگ و میرها می‌باشد.

اگر این پزشکان و پرستاران جوان و فریب خورده بدانند که با فعالیت غلط خود چه گناه وحشتناکی مرتکب می‌شوند فوراً از آنجا فرار می‌کنند و برای درمان گناهان گذشته بقیة عمرشان را برای خدمت به مردم از راه صحیح اختصاص خواهند داد. کسی که می‌خواهد درس خود را خوب یاد بگیرد آنرا چندین بار می‌خواند تا حفظ نماید و هیچ وقت فراموش نکند. چون درس زنده خواری یعنی فلسفه تغذیه و تندرستی که مهمترین درس این دنیا می‌باشد، لازم است چند نکته آنرا که درجه اول اهمیت را دارد کاملاً خوب حفظ گردیده و همیشه و همه جا تکرار شود.

هنگامی که مهندسی کارخانه‌ای می‌سازد، برای ساختمان بخش‌های مختلف این کارخانه و برای به کار انداختن و سالم نگه‌داشتن آن مواد اولیه لازم را با حسابهای دقیق تعیین می‌نماید و هر آن قادر است کارخانه مزبور را خراب نموده از نو بسازد. حالا ببینیم بزرگترین کارخانه این دنیا که انسان نام دارد چه کسی ساخته و مهندس آن کیست؟ اگر مغز و قلب و خون ریه ما را زیست‌شناسان ساخته‌اند ما مجبوریم به دستورات آنها گوش دهیم و اگر بدن ما مهندس دیگری دارد باید او را بشناسیم و دستورات او را اجرا نماییم.

هر کس در این دنیا هر خدایی که می‌پرستد و به هر شکل که او را در ذهن خود مجسم می‌سازد، می‌داند که مهندس اصلی بدن انسان خداست.

اما ما می‌توانیم با خود خدا صحبت کنیم؟ البته که می‌توانیم. خدا در جای بی‌نشیسته، او همه جا هست، در آسمان، در زمین، در قلب ما، در مغز ما، در دانه گندم، در گل، در برگ درخت، در چشمان گاو و گوسفند و مرغ و ماهی که از ما استغاثه می‌کنند به آنها رحم کنیم و نکشیم. پس خدا به توسط طبیعت هر روز و هر دقیقه با ما صحبت می‌کند. حتا آن کسانی که گویا وجود خدا را نمی‌شناسند، آنها طبیعت را می‌شناسند و در برابر آن احترام قایلند، پس آنها هم خواه ناخواه خدا را می‌شناسند بدون این‌که به این امر پی ببرند. چون خدا در همه جای طبیعت وجود خود را نشان

می دهد پس باید قبول نمود که خدا، آفریدگار، پروردگار، یزدان، خالق، طبیعت یک معنی دارند. طبیعت قوانین خاصی دارد که روی همه چیزهای این دنیا نوشته است و اگر زیست شناسان مایلند واقعاً کار مفیدی انجام بدهند باید این قوانین را خوب مطالعه نموده و مردمان ساده لوح را به راه صحیح هدایت کنند.

در این بخش کتاب دیدیم که در بروز بیماری‌ها سه عامل (سلولهای زاید، مواد سمی و کمبود سلولهای اصلی) رل اصلی را بازی می کنند. هنگامی که ما جلو جریان مواد مرده را می گیریم سلولهای اصلی هم تقویت شده بکار طبیعی خود مشغول می شوند. با این طریق علل اصلی بیماری‌ها ریشه کن شده خود بیماری‌ها نیز بکلی ناپدید می گردند. اما در هنگام حل شدن سموم و سلولهای زاید عکس العمل‌هایی در بدن ایجاد می شود که مردم بی تجربه معنی این عکس العمل‌ها را نمی فهمند و کاملاً بر عکس آن را تصور می کنند. همین اشتباه بزرگ پایه همه اشتباهات دیگر علم پزشکی را تشکیل می دهد.

وی در ادامه می نویسد: خواهش می کنم به این نکته خوب توجه فرمایید: « هنگامی که راه خون در رگها تنگ تر می گردد قلب اجباراً فشار خود را افزایش می دهد. فشارخون بالا می رود، برای این که پزشک به مشتری نشان دهد که فشارخون او را پایین آورده و او را "درمان" نموده و یک سم کشف کرده است، رگها را به طور مصنوعی گشاد می نماید. پس از مدتی قلب که بیشتر بخش دیواره‌های آن از سلولهای زاید تشکیل شده است، از پمپاژ نمودن به کلی خسته می شود و یک بار گشاد شده حجمش بزرگ می شود، و اگر چه به کلی از کار نمی افتد ولی بقدری ضعیف پمپ می کند که فشارخون یکبار از حد معمولی خیلی پایین می آید. پزشک پول پرست این دفعه یک سم کاملاً مخالف اولی بکار می برد، سوراخهای تنگ شده عروق را باز هم تنگ تر می نماید تا قلب را مجبور کند آخرین نیروی خود را جمع نموده خون را از این راه تنگ عبور دهد. فشار خون

بسیار کمی بالا می رود و پزشک با وجدان راحت مزد خود را دریافت می نماید. سم "دارو"ی اولی رگ گشاد کننده:

(Vasodilatatores) و دومی رگ تنگ کننده را (Vasoconstrictores) نام گذاشته اند.

علاوه بر این، آنها سموم دیگر هم کشف نموده اند که ارگانهای خسته شده را که کمی آهسته کار می کنند و می خواهند قدری استراحت کنند تحریک نموده آنها را "بیدار" می کنند تا کار خود را تندتر انجام بدهند. این سموم را "نیروبخش" (tonique) نام گذاشته اند، درست مثل سیخونک "نیروبخش" برای الاغ گرسنه و از حال افتاده. مشروبات الکلی، چای و قهوه جزو این "داروهای نیروبخش" محسوب می شوند. با این نوع داروگری‌های "علمی" می توان صدها کتاب پر نمود.

یک مسئله دیگر:

طبیعت هیچ عضو زایدی در بدن انسان نگذاشته است. چنانکه همه می دانید در نظر پزشکان از بین بردن لوزتین کاری است خیلی ساده و معمولی و مفید. ولی باید دانست که طبیعت لوزتین را در بدن انسان قرار داده که در هنگام لزوم با دشمن بیگانه به مبارزه برخیزد و از بدن دفاع نماید. هنگامی که لوزتین مبارزه خود را در برابر سمها و میکروبهای بیاضی شروع می کنند پزشک ظاهر بین عوض این که به کمک آنها بشتابد و دشمن اصلی را نابود کند خود لوزتین را که یکی از مهمترین دژهای دفاعی بدن است ریشه کن نموده بدور می اندازد. در نتیجه دشمن آزادانه پس می کشد و خراب کاریهای خود را در همه بخشهای بدن پخش می نماید. خوراکهای مرده در بدن انسان هزاران نوع اختلالات کاملاً مساهم بوجود می آورند. همان خوراکهای مرده یکبار سوخت و ساخت (متابولیسم) پروتیین را طوری مختل می کند که آدمی را به پوست و استخوان تبدیل می نماید، بار دیگر دهها کیلوگوش بی ارزش تولید می کند. هم چنین غده تیروئید یکبار کم و بار دیگر زیاد کار می کند.

برای از بین بردن این اختلالات "دانشمندان" هزاران کتاب چاپ می کنند، هزاران کنفرانس تشکیل می دهند، هزاران هورمون و سایر مواد مصنوعی به کار می برند، ولی یک چیز خیلی ساده را نمی خواهند یاد بگیرند که اگر غذای طبیعی به بدن تحویل داده شود همه این اختلالات یکباره از بین می روند و فعالیت بدن به حال طبیعی برمی گردد. اگر کسی معنی کلمه طبیعی را نمی فهمد او اصلاً هیچ چیز نمی فهمد.

## بیماری و عکس العمل های

### شفابخش

دکتر آوانسیان در ادامه تجربه هایش می نویسد:

« همان طور که می دانیم بیماری نشان مبارزه بدن در برابر مواد بیگانه و مضر است که از بیرون وارد بدن انسان می گردد. هنگامی که این مبارزه در محل پای انسان صورت می گیرد می گویند پای فلانکس درد می کند، همین طور هم برای سر، که سردرد گویند. درباره دل درد، برای کمر درد و غیره هم همین حرف را می گویند. پس نشان همه دردها و بیماری ها یکی است، یعنی همین عوامل ذکر شده در جاهای مختلف بدن دردهای مختلفی ایجاد می کند.

باید گفت که مسئله میکروب اصلاً مطرح نیست، چون میکروب عامل بیماری نیست، عاملین اصلی بیماری های عفونی سلولهای زاید هستند.

هنگامی که از خوراکی های مرده سم زیاد تولید می شود و بدن نمی تواند آن را در خود جا بدهد یا با ادرار بیرون براند، این سموم در جریان خون باقی می ماند، انسان دل درد و سردرد و دردهای دیگر احساس می کند. هنگامی که با یک نشان "نامعلوم" مانند تغییر غذا، آفتاب گرم، باد گرم، فعالیت بدنی و غیره یک بخش از سموم انباشته شده حل می شود، شخص درد احساس می کند. این که مردم کوتاه بسین، بیماری نام گذاشته اند علایم مختلف بیماری اصلی می باشد. این درد کار بدن اصلی است که جیغ می زند و کمک می طلبد، ولی پزشکان کوتاه بسین (بخاطر امانت عین جمله را آوردم).

عوض این که نشان اصلی بیماری را پیدا نموده و برای آن یک چاره اساسی بیندیشند با چند مسکن این صدا را خفه می کنند و روی سموم موجود سموم تازه اضافه می نمایند.

حالا از شما خواهش می کنم این بخش را با دقت بخوانید و خوب بیاد بسپارید و هیچ شکی در آن نداشته باشید. کسی که خوراکیهای مرده را کنار گذارده غذای طبیعی مصرف نماید، غذا اثرات شفا دهنده خود را بلافاصله نشان می دهد.

غذای طبیعی خوراکیهای مرده و هضم نشده را که در معده و در روده ها سرگردانند و همچنین سمومی را که در جریان خون در گردش است فوراً جمع نموده از بدن خارج می سازد. شخص در معده و روده های خود ناراحتی هایی مانند گاز، اسهال و غیره احساس می کند. او اگر از اصل جریان خبر نداشته باشد خیال می کند که غذای طبیعی به او ضرر رسانیده است. این حرف واقعاً مسخره است. چیزی که آدمی را مریض نماید نباید طبیعی نامید.

عده بی شماری که از مردم این مطالب را خوب نمی خوانند به من می نویسند:

"ما زنده خواری را امتحان کردیم و دیدیم که غذای طبیعی با بدن ما سازگار نیست ول کردیم."

سمومی که هنوز به صورت جامد در نیامده و مثل ماده سریشمی colloid می باشند، پس از هفته ها و ماهها شروع به حل شدن می کنند.

و اما آنهایی که دهها سال پیش در بدن وارد شده و مثل سنگ سفت گردیده اند سالها طول می کشد تا تدریجاً و به نوبت نرم شده و خارج شود. تا هنگامی که اینها کاملاً آب نگردیده اند نمی توانند از پرده های ارگانه ها عبور نموده داخل جریان خون بشوند و از بدن دفع گردند. در مدتی که این سموم در بندهای استخوانها یا در عضلات در حرکت موجب دردهای شدید می گردند.

این نوع عکس العمل های بدن در برابر مواد بیگانه که مردم بیماری نام گذاشته اند، و در هنگام مرده خواری، هم در هنگام زنده خواری دیده می شود. ولی این کار در شرایط کاملاً مخالف همدیگر انجام می گیرد.

هنگام مرده خواری سم دائماً از بیرون وارد بدن می شود که یک بخش آن مطابق امکانات بدن دفع می گردد و باقی آن در یک جای بدن انباشته می گردد. اما در هنگام زنده خواری هیچ گونه سمی از بیرون وارد بدن نمی گردد، بلکه سمومی که در هنگام مرده خواری در بدن جمع شده بود تدریجاً بیرون رانده می شود. این جریان بدین معنی می باشد که در شرایط مرده خواری پس از هر حمله انسان ضعیف تر و بیماری او عمیق تر می گردد. ولی در شرایط زنده خواری پس از هر حمله یک بخش از بیماری اصلی بیرون رانده می شود و شخص سالم تر و نیرومندتر می گردد.

اشخاصی را می شناسیم که (عده آنها زیاد هستند) می گویند "معدة من ضعیف است، هیچ میوه نمی توانم بخورم، همین که قدری میوه یا سبزی می خورم مریض می شوم". او نمی داند این میوه او را نه این که مریض نمی کند بلکه فوری عکس العمل شفا بخش را شروع می کند، معده و روده های او را پاک نموده و او را از بیماری نجات می دهد. این اشخاص که میوه نمی خورند همیشه بیمار هستند، برای این که میوه نخورده اند و سموم دفع نشده اند.

انها بدون میوه و سبزی هم همیشه سوء هاضمه دارند. بدن آنها دائماً در مبارزه است. گاه به گاه اشتهای شان را بند می آورد که معده شان را از خوراکیهای زهرآلود خالی کند و به آنها بفهماند که به این نوع خوراکیها احتیاج ندارد، ولی اشخاص معنی این را نمی فهمند همین که فرصت پیدا کرد دو برابر اولی می خورد. اگر این اشخاص پیش همه دانشمندان، زیست شناسان و پزشکان مرده خوار بروند و بگویند فلان میوه با ما ضرر می رساند چه کار کنیم، آنها همه با یک زبان پاسخ خواهند داد:

"اگر می بینید که ضرر می کند نخورید."

یک نفر از این‌ها پیشنهاد نمی‌کند که: حالا امتحان کنید ده روز تنها این میوه را بخورید و ببینید چه می‌شود. البته آنها هیچ‌گاه این حرف را نمی‌گویند، از ترس این که ممکن است این میوه آدمی را بکشد، ولی هیچ‌گاه فکر نمی‌کنند ممکن است گوشت و خوراکی‌های مرده باعث مرگ مردم بشود.

حالا اگر من بگویم که این اشتباه "خیلی کوچک" باعث جنگ‌های جهانی و همه کشتارهای کنونی می‌باشد، مردم کوتاه‌بین به من می‌خندند همین‌طور که ۴۵۰ سال پیش به کپرنیک می‌خندیدند. هنگامی که می‌گفت زمین - حرکت می‌کند همه می‌گفتند چطور زمین حرکت می‌کند، هنگامی که با چشمان خود می‌بینیم زمین زیرپای ما ثابت ایستاده است. اکنون هم فلان شخص می‌گوید چطور میوه ضرر نمی‌کند، من می‌بینم که ضرر می‌کند، همین که می‌خورم اسهال می‌گیرم، و یا این که بین میوه خوردن یا نخوردن و جنگ چه رابطه‌ای باید وجود داشته باشد. ولی من می‌گویم و تکرار می‌کنم که نه تنها رابطه‌ای وجود دارد بلکه یگانه نشان کلیه جنگ‌ها می‌باشد. مردم همدیگر را می‌کشند برای این که یک لقمه نان مرده و گوشت زهرآلود بیشتر به چنگ بیاورند.

به‌ضیافت‌های سیاسی وارد شوید، ببینید چه پولهایی خرج نموده، این همه مواد سمی جمع کرده و به‌عوض غذا روی میز چیده‌اند. یا به‌سرزمینهای آسیایی گشت بزنید و مشاهده کنید که چطور میلیون‌ها تن غذای فشرده و ارزنده مانند برنج را اول صاف نموده و سپس کشته به‌تفاله برگردانده‌اند و به‌جای غذا جلوی میلیون‌ها مردم گرسنه گذاشته‌اند.

اگر این آقا که بنیادش ضعیف است و همیشه سوءهاضمه دارد و رنج می‌کشد، تصمیم بگیرد همین میوه را که از خوردن آن ترس دارد بخورد و چند روز عکس‌العمل شفابخش آن را تحمل نماید، او از بیماری خود بکلی نجات پیدا خواهد کرد. برای سریع نشان دادن چگونگی این عکس-العمل‌های شفابخش بهترین نمونه جریان سرگذشت بنده می‌باشد.

گمان نمی‌کنم کسی بیشتر از من گوشت خورده باشد. من غذا را تنها «وراک گوشتی حساب می‌کردم. بیشتر خوراک من ران سرخ کرده، مغز، جوجه، ماهی، تخم‌مرغ، کباب، کوفته، کتلت، خورش‌های مختلف و از این چیزها بود. حتا پنیر، کره، ماست و شیر را هم غذای حسابی نمی‌دانستم و تنها به گوشت اعتقاد داشتم. به آن کسانی که گوشت و عرق و سیگار مصرف می‌کردند می‌خندیدم، آنها را بی‌عقل حساب می‌کردم. درست است که از سوه خوردن هیچ‌گاه ترس نداشتم ولی به آنها چندان اهمیتی نمی‌دادم. هنگامی که با خوراکی‌های گوشت‌دار و چربی‌دار شکم خود را پر نموده از خانه بیرون می‌رفتم، مادرم از عقب من صدا می‌کرد:

"پس میوه نمی‌خوری می‌روی؟" میوه را همیشه فراموش می‌کردم. با این تاریق کار من از بچگی سم ذخیره نمودن بود. ولی من یکی از این "وشیخت‌ها" بودم که این سموم را به همه جای بدن پخش نموده بودم، بی‌دهها نوع بیماری جمع نموده و تمام بدنم را پر از سم کرده بودم.

در بچگی همه نوع بیماری‌های کودکی را پشت سر گذاشتم، سپس روماتیسم، سردرد، بی‌خوابی، یبوست، اسهال، سرماخوردگی‌های ممتد، آرتروز، دونوع تیفوس سخت، خناق، بواسیرسخت، نقرس، برنشیت مزمن، آرتروپاتی معده، تصلب شرایین، فشارخون، بی‌نظمی ضربان قلب و بالاخره ورم مفاصل پاها، تنگی نفس، پروستات و ناراحتی‌های بی‌شمار دیگر مرا بحالی ندادند. بودند که در سن ۵۳ سالگی به‌لب‌گور رسیده و هر دقیقه منتظر مرگ بودم. دو قدم راه می‌رفتم نفسم بند می‌آمد، خیال می‌کردم دیگر پیر شده‌ام.

۴۱ سال از قربانی دادن دو طفل بی‌گناهم عقلم به سرم نرسیده بود اکنون زمانی وقت پیش استخوان‌های من پوسیده بودند ولی اکنون من از نو متولد شده‌ام و حالا می‌فهمم که زندگی واقعی چیست.

۴۲ سالگی که من مرده‌خواری را کنار گذاشتم، عکس‌العمل‌هایی کوچک در تمام حل‌شدن سموم در اولین روزهای زنده‌خواری چیز زیادی مشاهده

نمودم نشان کمی ظاهر شد، شاید نشانش این بوده که در بدن من سموم سفت شده و برای حل شدن وقت لازم داشت.

در روزهای اول تنها گاز فراوان و درد شدید در روده احساس می‌کردم که اصلاً اهمیت نمی‌دادم. در عوض از همان روزهای اول سردرد، بی‌خوابی، ناراحتی‌های قلبی، سنگینی و ترشی معده تقریباً از بین رفت. کم‌کم شروع کردم به راه پیمایی و بزودی به ۵-۶ کیلومتر در روز رساندم، تا ونک می‌رفتم و بر می‌گشتم. مخصوصاً تند راه می‌رفتم که سموم به حرکت بیفتند و حل گردند. احساس می‌نمودم که تمام بدنم در سموم غرق شده، سرم گیج می‌رفت، در گوشه‌هایم با صدای بلند موزیک می‌زدند، ضربان قلب در مغزم طبل می‌زد، خون سیاه در نوک انگشتان دستهایم جمع شده و می‌خواست آنها را بترکاند. بین سمومی که در بدن انسان خرابکاری‌هایی ایجاد می‌کنند از همه مهمتر و خطرناکتر اسید اوریک می‌باشد. این سم هنگامی در بندهای استخوان‌ها و بیشتر از همه در شست پا جمع می‌شود و آنرا از حرکت باز می‌دارد نقرس می‌نامند. فشاری که در هنگام راه‌پیمایی به پاهای من وارد می‌آمد سبب شد که از همه زودتر اسید اوریک نقرس‌م حل شود. این جریان خیلی جالب است، آدم کاملاً احساس می‌کند چطور سم وارد شست پا می‌شود و چطور از آن جا خارج می‌گردد.

هنگام مرده‌خواری سم جمع می‌نمودم و درد احساس می‌کردم، و این احساس را داشتم که یک نفر با چکش تق‌تق به شست پایم می‌زند و سم را در آنجا پرس می‌کند. ولی هنگام زنده‌خواری که سم از آنجا خارج می‌شد احساس می‌کردم که درد (یعنی سم) از آنجا مانند اشعه پی‌در پی بیرون می‌زند و به طرف بدنم پخش می‌گردد. جالب این بود که این بار درد مرا زیاد اذیت نمی‌کرد، بلکه در این درد یک راحتی دلپذیر احساس می‌نمودم. در هنگام مرده‌خواری اگر کوچک‌ترین حرکت به شست می‌دادم از درد شدید ضعف می‌نمودم ولی پس از مدتی زنده‌خواری هر قدر که آنرا فشار می‌دادم دیگر هیچ اثری از درد احساس نمی‌کردم.

در اولین سالهای مطالعه وقتی یک تکه گوشت برای امتحان می‌خوردم پس از چند ساعت اسیداوریک این گوشت وارد شست می‌گردید و چکش کاری بود را از نو آغاز می‌کرد، نشانش این بود که جای آنجا تازه خالی شده بود و مناسب‌ترین مکان برای پذیرفتن سم تازه وارد بود.

الا این اول کار بود، همه جای بدن من پر از سم بود و لازم بود آنرا از بدن دور سازم. شکی نبود که یک مقدار از این سم هر روز حل می‌شد و بدون این که ناراحتی‌های مخصوصی ایجاد کند از بدن خارج می‌گردید.

با وجود این در سالهای اول زنده‌خواری سالی یکی دوبار و بعداً دو سه سال یکبار بخش عمده این سم‌ها زیر فشار غذاهای طبیعی یک‌باره حل شده به خون هجوم می‌آورد و مرا چند روز "مریض" می‌نمود. در این‌طور موارد خودم را خسته و ضعیف احساس می‌کردم، و زیاد میل به خوردن نداشتم، ادرارم الوده و غلیظ و پر رنگ و بدبو می‌گردید، بعضی موارد تب مختصر نیز همراه بود.

من بدان ناراحتی‌ها چندان اهمیتی نمی‌دادم و به کار و فعالیت خود ادامه می‌دادم، چون به‌دانایی طبیعت ایمان داشتم و می‌دانستم این‌ها:

**"عکس‌العمل‌هایی هستند که طبیعت برای نجات من انجام می‌دهد."**

پس از پایان هر عکس‌العمل من خود را ده سال جوان‌تر، قوی‌تر و سالم‌تر احساس می‌نمودم. با این که من زیاد "چاق" نبودم (۶۵ کیلو با ۱۶۵ سانتی متر قد) ۱۲ کیلو "لاغر" شدم.

همه دوستان و آشنایان مرا دیوانه حساب می‌کردند که بر خلاف دستورات طبیعت این همه "دانشمندان" و پزشکان و سایرین خودم را از پروتئین حیوانی و از خوراکی‌های "مقوی، کامل، و نیروبخش!!" محروم می‌سازم و به‌نیستی و نابودی می‌کشانم.

سالها بعد از آن آدمهای "چاق، تقویت شده" که بیشتر از همه نسبت به من دلسوزی می‌نمودند، اکنون زنده نیستند که نتیجه کار را به چشم خود ببینند.

آخرين عكس العمل شفا بخش (من اينطور فكر مى كنم) سه چهار كيلو به وزن من اضافه گرديد.

پيش از شروع زنده خواري، در نتيجه بيماري قلب، پاهاى من ورم کرده بودند، ورم نرم و خطرناكى كه وقتى انگشت در آن فرو مى بردم اثر انگشتم چند دقيقه باقى مى ماند.

د. سالها، او، زنده خواري ورم از شدت خود كمى كاست ولى تمام نشد.

در زانوى راستم چنان درد شديدى احساس نمودم كه نتوانستم از جا تكان بدم. روزم مثل اين كه چيزى در زانوى من شكست. بعداً اين درد به تمام پاى من منتقل شد و ناپديد گرديد.

عكس العمل من استرار موان دار دوم كم و قوت دو يگر تالون فقراتى و لنگر فتيه كه بار جزى كه جيويكه جزرك شلوار بر مو باورنگ مى رش كند آله قلا شهود مى گردند و

چنان درد شدیدی ایجاد می کنند که شخص از هرگونه حرکت باز می ماند. این درد را از دو راه کاملاً مخالف یکدیگر می شود از بین برد:

یکی این که با پاک نمودن بدن از اسید اوریک توسط زنده خواری به خون امکان داده شود که در راه خود این سموم را شسته در خود حل نموده از بدن بیرون براند.

دوم این که با خوردن گوشت و ماهی و تخم مرغ فراوان اسید اوریک خون را بقدری بالا ببرند که سم متلاشی شده به طرف آن راه پیدا نکرده به جای اولیه خود برگردد. این بستگی به عقل پزشک یا خود بیمار دارد که کدام یکی از این دو راه را انتخاب کند.

از مایشهای پزشکی برای شناختن مقدار اسید اوریک در خون یا ادرار هیچ «فهرستی» ندارد زیرا هیچ کس قادر نیست تشخیص بدهد که این اسید اوریک «از کجای» از بیرون وارد بدن شده یا از انبارهای بدن بیرون آمده است.

«۱۹۵۴» از همه هیچ کس قادر نیست مقدار سمومی که در بدن مرده خوارها انباشته شده اندازه بگیرد.

بعضی از خوانندگان خیال می کنند که من از این عکس العمل ها خیلی رنج برده ام. عکس العمل هایی که می توان ناراحت کننده حساب نمود هم هاش پنج- شش بار انجام گرفت که هر بار چهار- پنج روز بیشتر طول نمی کشید. این همه اذیت بیست و پنج روزه در برابر اذیت یک گریپ، یا یک آنژین، یا یک مرض عفونی دیگری که در تمام عمر مرده خواری ام گرفتار آنها بودم ناچیز می باشد. مخصوصاً که حتماً می دانستم چهار- پنج روز ناراحتی اقل از ده سال به عمرم اضافه می کند.

این عکس العمل ها تابع هیچ قانونی خاصی نیستند. اینها بستگی به مقدار سموم انباشته شده و مکان آنها دارد. ممکن است این عکس العمل های شفا بخش در اشخاص شدیدتر از یک مرض معمولی صورت بگیرد، چون سمومی که در مدت دهها سال تدریجاً جمع شده یک باره حل می گردد. شدت عکس العمل، نشان از سنگینی بیماری و سرعت درمان می باشد. نزد

حوانهای بیست- بیست و پنج ساله که هنوز زیاد سم و سلولهای زاید جمع نموده اند، ممکن است عکس العمل به پنهانی انجام بگیرد، ولی نزد اشخاص سالخورده خیلی شدیدتر باشد.

متأسفانه بعضی از مردم این مطلب را دقیقاً مطالعه نمی کنند و پس از پنج روز یا یک ماه یا دو ماه از آغاز زنده خواری هنگامی که عکس العمل شروع می شود خیال می کنند غذای طبیعی به آنها ضرر رسانده، می ترسند و به پزشک مراجعه می نمایند. پزشک کوتاه بین این علایم را که نشانه شروع بهبودی می باشد مضر تلقی نموده «مریض» را به مرده خواری بر می گرداند. گاه کار این کوتاه بینی به جایی می کشد که بعضی پزشکان به اغلب مراجعین مصرف میوه و سبزی زنده را شدیداً قدغن می نمایند. با این عمل وحشتناک آنها مردم را از غذای طبیعی محروم ساخته و به مرگ محکوم می نمایند. مخصوصاً آن کسانی که می ترسند میوه بخورند و تصور می کنند که میوه به آنها ضرر می رساند، بیشتر از دیگران احتیاج به میوه دارند چون بیماری آنها به علت نخوردن میوه بوجود آمده است.

می خواهم یک نمونه خیلی تأسف آور از این کوتاه بینی ها برای شما تعریف نمایم. یک آقای سی، یا سی و پنج ساله به اسم مظفری، که در مؤسسه «بلیغاتی فاکوپا پست مهمی داشت، دچار بیماری قلبی می شود. از نتیجه نبود سلولهای متخصص، رگها و دریچه های قلب خوب کار نمی نمودند، به بلوری که ضربان قلب او خیلی نامنظم بود. پزشکان یگانه چاره در آن می دیدند که او به امریکا برود و نزد یک جراح «معروف» قلب را عمل نماید. این اقا پس از خواندن کتاب من به زنده خواری پناه می آورد. در عرض دو یا دوماه ونیم در فعالیت قلب او چنان بهبودی بوجود آمد که پزشکان را به تعجب واداشت. خود بیمار از این امر خیلی خوشحال بود. پس از یک روز عکس العمل شفا بخش، یعنی اصل جریان درمان شروع می شود، اگر او چند روز تحمل نموده بود برای تمام عمرش از بیماری نجات پیدا کرده بود، ولی بستگانش که با زنده خواری شدیداً مخالف بودند دور او جمع شدند و برایش



پزشکی را آوردند.

معلوم است پزشکی که نه در دانشگاه و نه در کتابهای پزشکی راجع به عکس‌العمل‌های شفابخش سخنی نشنیده یا نخوانده بود و خامت وضع او را به غذای طبیعی نسبت داده خوردن آن را ممنوع می‌نماید.

با متوقف ساختن زنده خواری عکس‌العمل بیمار ظاهراً بهبود پیدا کرد و برای چند ماه حال او کاملاً رضایت‌بخش به‌نظر رسید. بیمار که چهار-پنج کیلو هم در هنگام زنده‌خواری از دست داده بود دو باره بدست آورد. برای من کاملاً واضح و آشکار بود که این بهبودی هنگام نتیجه چند ماه زنده‌خواری بود که بزودی از بین خواهد رفت و وضع بیمار به‌کلی تغییر خواهد نمود، ولی همسر (آلمانی) و مادر و سایر همبستگان او طور دیگر فکر می‌کردند. آنها می‌گفتند "دیدید که چه گفتیم؟ آخر یک انسان چطور می‌تواند با یک مشت گندم و بادام و خیار و گوجه‌فرنگی زندگی کند؟ دیدید که چطور با غذاهای "مقوی" بیمار فوری به‌حال آمد؟" خود آقای مظفری، این جوان خیلی نازنین یک‌روز به من گفت:

"من و تمام فامیلم خیلی پرخور هستیم، تمام فکر ما این است که هر چه می‌توانیم خوراکیهای لذیذ و خوشمزه درست کنیم و بخوریم و از آنها لذت ببریم. ما معنی زندگی را در این می‌دانیم."

یادم آمد که در هنگام زنده‌خواری مادر او گفته بود:

"من با این کار موافق نیستم، چرا خودت را از این خوراکیهای لذیذ محروم می‌سازی؟ تو بخور و بمیر."

همین‌طور هم شد او خورد و مرد. ماه‌ها پس از هنگامی که حال او رو به- وخامت گذاشت او را به‌امریکا می‌برند و بدست معروف‌ترین قصاب می‌سپارند. بیچاره جوان زیر چاقوی این جلاد در عرض چند دقیقه جان خود را برای "افتخار" علم پزشکی فدا نمود.

در این دنیای "متمدن" برای مجازات این‌گونه جنایتهای علنی هیچ قانونی وجود ندارد.

همسر من که از من هفت-هشت سال جوان‌تر است و مثل من که پرخور نبوده باز هم بیماریهای بی‌شمار داشت مانند:

بیماریهای قلبی، سرماخوردگی کهنه، آنژین، آپاندیس، سوءهاضمه، دردهای شناخته در بخش سینه و شکم و چند ناراحتی دیگر، او چند عکس‌العمل مانند سرگیجه، ناراحتی قلب، درد و ورم پاها و غیره را گذراند که شبیه به عکس‌العمل‌های من بودند ولی کمی سبک‌تر.

«دغن کردن غذای طبیعی برای مردم، بزرگترین جنایت می‌باشد به‌طوری‌که گفته شد بیشتر بدبختی‌های بشر در نتیجه کوتاه‌بینی زیست‌شناسان مرده‌خوار می‌باشد. آنها تنها علایم ظاهری و موقتی هرچیز را در نظر می‌گیرند، به‌معنی باطنی و اساسی این علایم پی نمی‌برند.

ان عکس‌العمل‌های شفابخش که در هنگام خوردن سبزیجات و میوه‌جات رنده نزد اشخاص بیمار مشاهده می‌گردد، پزشک کوتاه‌بین مضر تشخیص می‌دهد و خوردن غذای طبیعی را سخت قدغن می‌نماید.

یعنی آنها را محکوم به‌مرگ تدریجی با گرسنگی می‌نماید.

این وحشتناک‌ترین جنایتی است که یک پزشک کوتاه‌بین مرتکب می‌شود. او همین حکم را برای عزیزان خود نیز صادر می‌نماید. او آنقدر "به‌علم و دانش" خود اطمینان دارد که گوش‌های خویش را محکم می‌گیرد و می‌خواهد حتا حقیقت را بشنود.

اگر بیمار دستورات این پزشک را صددرصد مراعات نماید چند ماه بیشتر عمر نخواهد کرد.

• میلیونها افراد بشر از روی این کوتاه‌بینی تلف می‌شوند.

• البته این دستورات همه مردم صددرصد به اجرا نمی‌گذارند، زیرا در لابلای وراکها همیشه از راه‌های غیرقابل مشاهده مقادیری غذای زنده به بدن‌های آنان می‌رسد، این‌گونه است که سالها زنده می‌مانند و متأسفانه «مر تیره‌بخت خود را در آستانه مطب‌ها و داروخانه‌ها مدتی می‌گذرانند تا دیر یا زود در این راه جان بسپارند.

خود من، یک پدر بدبخت، دستِ دوتا بچه‌های فرشته مانند خود را گرفته شانزده سال تمام در ایران، فرانسه، سوییس و آلمان در آستانه مطب‌ها و بیمارستان‌ها و داروخانه‌ها سرگردان بودم. بچه‌هایم و هم‌دارایی خود را از دست دادم، تنها به‌جهت این‌که آقای پزشک از اولین روزهای زندگی بچه‌ها دستور داده بود که به آنها سبزیجات و میوه‌جات زنده و طبیعی نخورانم.

آیا این پزشک در مرگ نورچشم‌های من هیچ گناهی نداشت؟ آیا این دکترهای خارجی که می‌خواستند بدن بچه‌هایم را که از گرسنگی حقیقی روز به‌روز ضعیف‌تر و ناتوان‌تر می‌شدند با غذاهای "مقوی" و داروهای "مؤثر" درمان نمایند هیچ گناهی ندارند؟ آیا این پزشکانی که اکنون هم کودکان ضعیف و ناتوان را از خوردن میوه‌جات محروم می‌سازند اگر پس از خواندن این جملات باز هم به این اعمال نادرست خود ادامه بدهند هیچ گناهی نخواهند داشت؟!

سه سال این شانزده سال کشت و کذار، من سعی نمودم معما را به‌تنهایی حل کنم. در روز بیست و پنج زبان خارجی‌اشنایی‌اشتم شروع به مطالعه کتابهای علمی نمودم. در این کتابها و دایره‌المعارف‌ها هیچ‌جا از ارزش غذای طبیعی و از ضرر پخت و پز و یا راجع به علل اساسی بیماریها اشاره قابل توجهی نشده بود.

همه‌جا تنها از علایم بیماریها، از راه تشخیص دادن آنها و از پنهان کردن این علایم ظاهری به‌وسیله مواد شیمیایی و خوراکیهای "مقوی" سخن می‌رفت.

در دوازدهمین سال جستجو روزی کتاب آلمانی بدستم افتاد که اولین بار برای ارزش غذای طبیعی و راجع به ضررهای مواد پخته‌اشنایی پیدا کردم. نام این کتاب: "بیماریهای تغذیه‌ای" و مؤلف آن (بیرخرینر) سویسی می‌باشد. پس از خواندن این کتاب چشم‌های من یک‌بارہ باز شد و فهمیدم

خوراکی‌های مرده و داروهای سمی بوده است

منی‌باشد بچه یک مرده‌خوار معمولاً با بدن ضعیف دنیا می‌آید. شیر مادری که از خوراکی‌های مرده حاصل می‌گردد غیرطبیعی است، سنگین، ربی‌دار و مضر، معده بچه نمی‌خواهد این خوراک مضر را قبول نماید و چون در این بچه سلولهای زاید یعنی بدن دروغی هنوز به خوبی پرورش یافته است تا این خوراک‌های غیرطبیعی را با میل فراوان مصرف نماید. معده بچه این خوراکیها را رد می‌کند. سپس سوء هاضمه، بی‌میلی، اسهال، بی‌خوابی، عرق کردن و عصبانیت و غیره پی‌درپی نزد بچه ظاهر می‌گردد. در این بی‌نظمی اگر بچه چند دانه انگور بخورد و پوست انگور در مدفوع او مشاهده گردد اینجاست که پزشک "تیزبین" بزرگترین "کشف علمی" خود را اشکار می‌سازد، علت این‌همه ناراحتی‌ها را پیدا می‌کند و مصرف انگور و همچنین سایر خوردنیهای زنده را منع می‌نماید.

ماورم است که عاقبت این کار به‌کجا می‌انجامد. حالت کودک روز به‌روز بدتر می‌گردد و صدها نوع ناراحتی‌های تازه مانند: گریپ و انزیم و الرژی و سردرد و دل‌درد و زکام و سرفه و تب مزمن و یرقان و غیره، یکی پس از

دیگرسه از گرسنگی حقیقی و از کمبود سلولهای اصلی، همه عضوهای بدن را نابالغ و ناقص کار می‌کنند و میکربهای معمولی بدن از ناتوانی سلولهای زاید استفاده نموده، به فعالیتهای خرابکارانه دست می‌زنند.

بچه‌های من همیشه در این وضعیت بودند و ما پدر و مادر بیچاره به‌خیال آنکه در این دنیای "پیشرفته" با وجود این "دانشمندان معروف" با وجود این بیمارستانهای "مجهز" و در این داروخانه‌های وسیع حتماً دارویی وجود دارد که قادر است این همه ناراحتی‌ها را خاتمه بدهد و تنها درمان می‌باشد نام این داروی معجزه آسا را شناخت و بدست آورد.

این بود که ما ازین در به‌آن در، ازین دکتر به‌آن دکتر، ازین شهر به‌آن شهر،

در عرض این شانزده سال صدها نوع آزمایش انجام گرفت، صدها پزشک عوض شد، صدها نوع دارو آزمایش گردید و مانند یک قانون همیشه "غذای مقوی" یعنی کباب راسته و سوپ جوجه و جگر و تخم مرغ، شیر و کره و... تجویز می گردید.

اول پسر من را به پاریس بردم و به بیمارستان معروف آمریکاییان سپردم. اصلاً چه کارهایی می توانستند این "دانشمندان سرشناس" برای بچه های من انجام بدهند؟ اصلاً کار ایشان چه بود؟ صدها نوع آزمایش های طاقت فرسا برای بالا بردن حساب بیمارستان، غذای مرده و گندیده و زهرآلود و از همه بدتر صدها نوع داروهای سمی، یعنی عین موادی که برای کشتن و از بین بردن یک انسان لازم می باشد. در آن هنگام کورتیزن، اوربومیسین، ترومیسین و سایر سموم مخوف را تازه اختراع کرده بودند. این است که پزشکان با این مواد کشنده افتادند به جان پسر من تا هرچه زودتر او را از پای در بیاورند.

در این جنب و جوش از غذاهای طبیعی و زنده نه خبری و نه صحبتی بود. اکنون هم همین وضع وحشتناک و هولناک در همه بیمارستانهای دنیا حکم فرما است.

هیچ گاه نمی توانم فراموش کنم آن دو خاطره ای که همیشه در ذهن من باقی مانده است.

در پاریس رو به روی پنجره هتل ما، دکان میوه فروشی بود که گلابی و هلوی خیلی درشت و عالی داشت. پسر ضعیف و بی چاره من هرچه خواهش کرد که چند تا هلو و گلابی برایش بخرم، نخریدم ولی در عوض کمپوت های جعبه ای و صندوقی همیشه وارد خانه ما می شد.

بار دیگر برای گذراندن تابستان در ونک باغی اجاره کرده بودیم.

بچه ها از درخت بزرگی که بالای سر ما بود گردوی سبز پایین می ریختند. من برای هریک از گردوها یک تومان پول می دادم و از دست بچه ها می گرفتم تا آنها گردوهای "مضر" را نخورند و حال این که این یگانه ماده

در آن وقت دهنده آنها بود. بی چاره پسر من زیر همین درخت از گرسنگی واقعی می گریه می کرد. تحلیل رفت و مانند یک شمع تدریجاً سوخت و خاموش گردید.

والا مردم از من می پرسند که چگونه این بچه بدون هیچ غذای طبیعی توانسته است ده سال عمر نماید. البته آدمی هرچه سعی کند هیچ غذای طبیعی نخورد نمی شود. بچه های من هم گاه به گاه یک سیب یا یک پرتقال را کمی طالبی و هندوانه و غیره می خوردند و ضمناً در بعضی موارد در نتیجه خوب طبخ نشدن غذا، عده ای از سلولهای غذایی کشته نمی شدند و ارزش غذایی خود را نگه می داشتند، ولی این مقدار کمی غذای طبیعی قادر نبود سلامتی ایشان را تأمین نماید و تنها رنج و مشقت آنها را کمالاتی تر نمود. هنگامی که پسر من را از دست دادم دخترم هشت ساله بود.

این نشان های بیماری که پسر من داشت در او هم گاه به گاه و به مراتب بیشتر دیده می شد. از ترس این که مبادا او هم به حال برادرش دچار شود تصمیم گرفتم هر چه زودتر او را به خارج برده و جلو مرض را بگیرم.

من از کجا می دانستم که با دست خویش دختر بیچاره ام را می برم و بدست هر کسی می سپارم. ما او را به هامبورگ بردیم و به یک بیمارستان معروف سپردیم.

اینها همه گونه آزمایش هایی که در اختیارشان بود انجام دادند، حتی اسهالهایش را سوراخ نموده و مغز آنرا برای آزمایش در آوردند ولی هیچ گونه به اصطلاح عاملی پیدا نمودند. پس از این که از همه طرف نا امید شدند بچه را به یک بیمارستان مخصوص کودکان تحویل دادند. این بیمارستان انشار هوته Ansharhohe نام داشت و پزشک آن به نام (ولف گادگ تیلینگ)، یک انسان وحشی بی رحم بود. کلیه آزمایش هایی که قبلاً بارها انجام گرفته بود از نو شروع کرد ولی موفق نشد میکروبی، عاملی، سمی برای تب مزمن کودک کشف نماید.

اینها چه عاملی می خواستند پیدا کنند وقتی این عامل همین میکروبی هستند که در بدن همه کس و همه وقت موجودند ولی در بدن

ضعیف یاغی می‌شوند و شروع به خرابکاری می‌کنند. اگر یک عامل دیگر هم پیدا می‌کردند، مگر غیر از این بود که باید همین آنتی‌بیوتیک‌ها را می‌دادند و هر روز بچه من مصرف می‌نمود، نه تنها نتیجه مثبتی نمی‌داد، بلکه آشکارا ضرر هم می‌کرد.

هنگامی که دخترم را به هامبورگ بردم او مثل هزاران بچه دیگر یک بچه ضعیف معمولی بود و گاه به‌گاه تب مزمن هم داشت در حدود ۳۷ تا ۳۷/۵ که اگر کسی زیاد دقت نمی‌کرد متوجه نمی‌شد. ولی این پزشک بی‌رحم در عرض یکی دو ماه با رویه وحشیانه خود بچه‌ام را به‌آستانه مرگ رسانید.

هر بار که از بچه خون می‌گرفت یا یک آزمایش خسته کننده می‌کرد، تب دخترم بالاتر می‌رفت، هرچه تب بالاتر می‌رفت او مقدار آنتی‌بیوتیک‌ها را افزایش می‌داد، هر چه آنتی‌بیوتیک‌ها را زیادتر می‌کرد، به‌همان اندازه هم تب بالاتر می‌رفت.

بالاخره روزی تب به ۴۱ رسید و دیگر هفته‌ها از ۳۹ پایین‌تر نمی‌آمد. اکنون رفته رفته برای مردم آشکار می‌گردد که میکربها دقیقه به دقیقه تولید نسل می‌کنند و در برابر آنتی‌بیوتیک‌ها مقاومت پیدا می‌کنند و به آنها اعتناء نمی‌کنند. ولی از طرف دیگر سلولهای بدن مسموم می‌شوند و مقاومت آنها در برابر میکربها روز به روز ضعیف‌تر می‌گردد.

من آشکارا می‌بینم که این آزمایشها و داروها به ضرر دخترم تمام می‌شود، ولی چه کار بکنم؟ اگر او را به یک بیمارستان دیگر ببرم آنجا همین کارها را از نو شروع می‌کنند. من دوازده سال است که این تجربه را دارم، اگر به تهران برگردانم پس برای چه اینجا آورده‌ام؟

این آدم بی‌رحم هم هیچ ملاحظه ندارد، بدون اعتناء به خواهش‌های یک پدر، کودک مرا چون یک حیوان آزمایشگاهی فرض کرده و برای بالابردن صورت حساب و کامل کردن تجربیات شخصی خود ده‌ها خرگوش و موش جمع می‌کند. تمام خون دخترم را بیرون می‌کشد و به آنها تزریق می‌کند گویی با پرورش دادن میکربها می‌خواهد نوع عامل را بشناسد.

این "علم" است چه می‌شود گفت! "علمی" که همه از پیشرفت آن بهره‌بردار می‌کنند...

بالاخره در نتیجه این مسمومیت‌ها و خرابکاری‌ها کلیه‌های دخترم خراب شد و نفريت مزمن ظاهر گردید. برای من کاملاً آشکار بود که اگر دختر من در ایران می‌ماند و مرض او مثل سابق تدریجاً پیش می‌رفت شاید پس از ۵۵ پانزده سال هم به این حالت نمی‌رسید که این آدمیزاد بی‌رحم در مرض دو ماه رسانید.

این وضعی که برای این "دانشمندان" اروپایی یک معما بود امروز برای من مانند روز روشن و خیلی ساده می‌باشد. از کمبود غذای طبیعی عضوهای بچه خوب کار نمی‌کردند. از ناتوانی سلولهای بدن میکربهای درونی همیشه در فعالیت مضر بودند و سمومی که همه روزه توسط خوراک‌های مرده، داروهای سمی به بدن او وارد می‌شدند همیشه مسمومیت‌های مزمن را بوجود می‌آوردند.

اکنون باز همه روزه ده‌ها هزار کودک از این راه تلف می‌شوند و هیچ کس تلاش را هم نمی‌کند که مسئولین واقعی این مرگ‌های زودرس و بی‌هنگام را در خود علم پزشکی جستجو نماید.

دخترم به‌جایی رسید که آقای (تیلینگ) به‌من گفت:

"اگر بچه را به‌این حالت بگذاریم یک هفته بیشتر زنده نخواهد ماند، آخرین باره این است که یا به‌بیمار کورتیزون (یک داروی خیلی خطرناک که روی سیستم امتحان کرده بودند) بدهیم و یا بدنش را سوراخ کنیم (Biopsie) یک تکه گوشت بیرون بیاوریم و آنرا آزمایش نماییم."

با این کار شدیداً مخالفت کردم. در این هنگام بود که کتاب "بیرخربرنر" به زبان آلمانی به‌دستم رسید که پس از یک نظر کوتاه برای من در تاریکی راهی روشن شد، با وجود این که من تنها چهار-پنج ماه بود زبان آلمانی را یاد گرفته‌ام. علم خواننده بودم فوری فهمیدم که نشان بیماری بچه‌هایم تغذیه طبیعی و مصرف داروها بوده است.