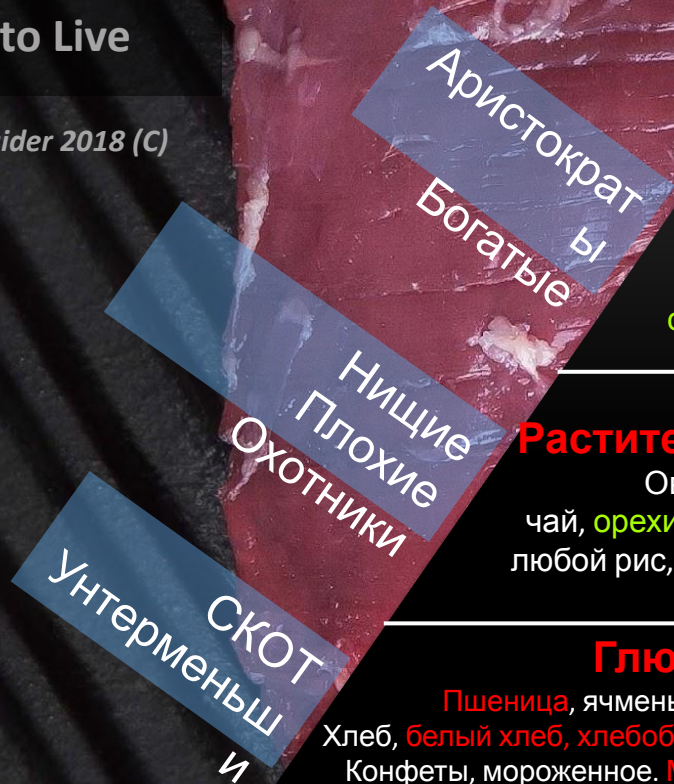


5 Ключей Жизни We Want to Live

~ by Illuminati Insider 2018 (C)



Кровь

Насыщенные Жиры

Сырое: мясо, сало, рыба, яйца, икра, морепродукты. Органы живых существ. Парное молоко, сливки, натуральное масло и сыры, кефир.

Растительные продукты (без глютена)

Овощи, фрукты, ягоды, травы, цветки, чай, орехи, семена, растит. масла, все виды кукурузы, любой рис, гречка, пшено, картофель, бобовые, специи, глюкоза.

Глютеносодержащие продукты

Пшеница, ячмень, овес и рожь, и изделия из них. Макаaronные изделия. Хлеб, белый хлеб, хлебобулочные изделия, отруби. Колбасы, сосиски, тефтели, котлеты. Конфеты, мороженное. Манная каша, соя, продукты из сои. Крабовые палочки. Маца.

«Junk Food»

Трансжиры, маргарин, фастфуд, чипсы, лимонад, сахар, соль, подсластители, «бомж-пакеты», еда быстр. приготовления, алкогольные напитки, пиво, майонез, соусы промышленного производства, кетчуп, картофель фри, бульонные кубики, все консервы.

GRADE A - ЖИЗНЬ

Мистическое состояние счастья
Время течет быстрее
Аналоговая модель поведения
вампира - Деймон Сальваторе

GRADE B - Высокое Качество Жизни

Желание жить и трудится
Мощная Энергетика
Чистый Кайф
Огромная творческая энергия

GRADE C - Выживание и Каннибализм

Апатия, слабость, беспомощность
Отсутствие энергии для Творчества
Мышление скота, пацифизм
Нарушение речи и логич. мышления (после 6

GRADE D - ОТЧАЯНИЕ

Шизоидные состояния
Тотальная депрессия
Паразитическая жизнь (рептилоиды)

GRADE E - СМЕРТЬ

Рак, опухоли
Мучительная Смерть

ЦИТАТЫ:

Насыщенные жиры — группа [триглицеридов](#) (жиров), содержащих лишь [насыщенныежирные кислоты](#). Такие кислоты (иногда называемые [алкановыми](#)) не имеют двойных или тройных связей, атомы углерода в их составе имеют лишь одинарные связи, таким образом, цепочка углерода полностью «насыщена» атомами водорода.

Множество государственных и международных организаций рекомендует ограничивать количество употребляемых насыщенных жиров, среди них: ВОЗ^[4], [Министерство здравоохранения Канады](#)^[5], [Министерство здравоохранения и социальных служб США](#)^{[6][7]}, [UK Food Standards Agency](#)^[8], [Australian Department of Health and Aging](#)^[9], [Health Promotion Board of Singapore Government](#)^[10], [Indian Government Citizens Health Portal](#)^[11], [New Zealand Ministry of Health](#)^[12], [Hong Kong's Centre for Food Safety](#)^[13]

Соя является одним из главных аллергенных продуктов отчасти потому, что она напоминает глютен на молекулярном уровне. Если у вас есть чувствительность к последнему, ваш организм не может отличить глютен от сои. Ваше тело может реагировать на каждую пищу с таким же иммунным ответом. Если вы отказались от глютена, но воспаление не уменьшилось, значит симптомы может провоцировать соя в вашей диете.

Соя – зобогенный продукт. Соевые бобы содержат химические соединения – гойтрогены, которые подавляют функцию щитовидной железы, препятствуя поглощению йода. Йод необходим для синтеза гормонов щитовидной железы. Если у вас есть проблемы с щитовидной железой, убедитесь, что вы получаете достаточное количество йода, и избегайте сои.

Гранат - кисло-сладкий плод, на самом деле являющийся ягодой. В одном плоде содержится 400-700 съедобных семян, разделенных на сегменты тонкими, молочного цвета, мембранами.

Жировой гепатоз, печень Фрукторианца (печень «Рената»)



Expanded and Revised in 2005

WE WANT TO LIVE

THE PRIMAL DIET

THE PRIMAL DIET



Aaron V. Van Eaton, M.D.



THESE ARE A VOLUPE OF HIGH QUALITY
WITH SOME YOU THOUGHT YOU SHOULD
NEVER EAT BECAUSE YOU WERE TOLD THEY
ARE BAD FOR YOU BUT, ACTUALLY
MAKE YOU HEALTHIER!

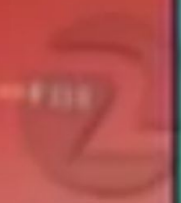
The Recipe for Living Without Disease



Aaron V. Van Eaton, M.D.

Author of THE 100-POUND RULE AND THE PRIMAL DIET

We Want To Live



ЭКСПЕРИМЕНТ

«Фрукторианство против Насыщенных Жиров»

Записывайте ощущения и оценивайте качество жизни по 10 бальной шкале. 3 раза в день.

- 3 Дня чистого фрукторианства. Только фрукты, не ягоды и не овощи, никаких орехов и семян.

- 3 Дня только Saturated Fats, без термической обработки. (никакого хлеба и всего прочего)

Сырые: яйца, мясо, морепродукты. Слабосоленая лосось филе, маринованная рыба, окунь холодного копчения. Сливки из магазина, натуральное сливочн. масло, жирный кефир, жирное молоко. Икра, сало.

- Для чистоты эксперимента потребляйте одинаковое количество калорий в сутки все 6 дней.