



Cosa e come “mangiano” le nostre cellule – L’esperto Risponde

Questa é una domanda bellissima, che ognuno di noi dovrebbe farsi fin da bambino e almeno tre volte al giorno, dovete fare finta di avere per mano circa cento triglioni di piccole bambine e voi siete la loro mamma, loro dipendono da voi, ma anche voi dipendete da loro, perché loro, sono voi. **SE LORO MANGIANO MALE, POI STANNO MALE, QUINDI ANCHE VOI STATE MALE. SE LORO INVECCHIANO, PERCHÉ NON BEVONO, ANCHE VOI INVECCHIATE!**

Come fanno a nutrirsi le nostre cellule?

Tutte le volte che noi mangiamo, abbiamo bisogno di un partner che realizzi e trasformi il nostro cibo. se noi pensiamo ad un pezzo di pane o a qualsiasi altro cibo, dobbiamo immaginarci che per riuscire a raggiungere la “bocca” delle nostre cellule, deve “viaggiare” nel sangue. **SECONDO VOI, UN PEZZO DI PANE ANCHE UN PO’MASTICATO, PASSEREBBE? ASSOLUTAMENTE NO! ABBIAMO BISOGNO DI UNA CENTRALE DI LAVORAZIONE, CHIAMATO APPARATO DIGERENTE CHE PRATICAMENTE SCIOLGA IL CIBO E DIVENTI TIPO DELLA CONSISTENZA DELL’ ACQUA.**

Che “giro” fa il cibo?

Il cibo verrà trattenuto nello stomaco per diverse ore nel tentativo di essere sciolto. Modello lavatrice! Interverranno migliaia di complessissime operazioni ed enzimi per fare questo! Una volta sciolto, comincerà a transitare per i 10 metri circa del nostro intestino, per fare in modo che “ciglia” specializzate, i villi intestinali, possano assorbire le sostanze buone, se ce ne sono! Altrimenti faranno ciò che possono.

LO SCARTO ANDRÀ IN TOILETTE, MA NON SEMPRE! SE I VELENI FOSSERO TROPPI, VERREBBERO “STOCCATI” LADDOVE INGOMBRANO MENO. Tipo natiche, addome, braccia, glutei. Se ipoteticamente potessimo stendere il nostro “ apparato assorbente”, pensate che copriremmo una superficie di circa 400 mq!! Due campi da tennis! É molto importante tenere pulito questo “posto”. Le ciglia, cioè i potentissimi villi devono essere puliti per poterci assicurare un buon assorbimento .

Di tutto un po’ ?

Tutti gli animali, se ci pensate, mangiano una piccola

varietà di cibo, eppure, ogni razza trova in “quel” cibo, nel suo cibo, tutto ciò che gli serve. La mucca mangia solo erba, il cavallo solo biada, il leone solo erbivori, il formichiere solo formiche. Questo pensiero é molto importante per toglierci dalla mente che dobbiamo mangiare di tutto un po', come spesso asserisce chi di alimentazione ne capisce come un fagiano ne capisce di fisica quantistica!!

Innanzitutto cosa vuol dire di tutto un po' ? Intendono di tutto ciò che viene venduto in un moderno supermercato? Saremmo morti da 5 milioni di anni, visto che i supermercati esistono da pochi decenni. Forse si potrebbe intendere di tutto un po' di ciò che in una ipotetica foresta, luogo naturale di partenza, noi umani con i nostri mezzi naturali, potremmo mangiare! Ecco così sicuramente questa regola vale!

Per cui, come al solito, per un buon funzionamento del nostro corpo, servono soprattutto vitamine e minerali, questo mangiano le nostre cellule e questi importanti nutrimenti si trovano solo nella frutta e nelle verdure crude. Non sono in farmacia, non sono dentro gli integratori, sono dentro a cibo vivo ed organico.

Poi, dopo un coloratissimo crudo possiamo mangiare del cotto e mi raccomando molto ben masticato, altrimenti il cibo non nutrirà le cellule ma rimarrà a fermentare nel vostro intestino, non nutrirà le vostre cellule e diventerà tutto “grasso”!!!