

# Our Health Is Our Responsibility



നമ്മുടെ ആരോഗ്യം നമ്മുടെ മാത്രം ഉത്തരവാദിത്വം



**We are what  
we eat and  
drink**

**We are what  
we think, and  
what our  
emotions are**



നമ്മൾ എന്തു  
ഭക്ഷിക്കുന്നുവോ,  
എന്ത്  
കൂടിക്കുന്നുവോ,  
ഏത്  
തരത്തിലുള്ള  
വികാര  
ജീവിയായിരിക്കു  
ന്നുവോ, അത്  
തന്നെയായി തീരും  
നമ്മളും.



How is that?  
അതെങ്ങിനെ?



Our bodies contain between 30 and 40 trillion cells, which belong to some 400 different cell types. These types have their own unique structure, size, shape, and set of organelles. These are organized into 11 organ systems with 78 organs, each of which performs a different function. Each of these 78 organs is like different regiments of a well trained professional army, working together in harmony, cooperation, and competencies. This state of perfect harmony and co-operation among cells, organs, and metabolic activities is called 'wellness' or 'health'. 'Wellness' is the capacity of our body-mind complex to operate in harmony, enabling all parts of our body and all living processes within our physical body to interact and function competently and harmoniously.

If 'health' is military-like competency and cooperation of our entire body-mind system, disease is mutiny in the military. Finding out and addressing the reasons for the mutiny is the only key to restore health and well-being.



നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ 30 മുതൽ 40 ട്രില്യൺ വരെ കോശങ്ങൾ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ഇവ ഏകദേശം 400 വ്യത്യസ്ത കോശ ഇനങ്ങളിൽ പെടുന്നു. ഓരോ ഇനത്തിനും അവരവരുടേതായ സവിശേഷമായ ഘടന, വലുപ്പം, ആകൃതി, സ്വന്തം നിലക്കുള്ള ഉപ അവയവങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാമുണ്ട്. നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ മൊത്തത്തിൽ 11 അവയവ സംവിധാനങ്ങളും അവയ്ക്ക് എല്ലാം ചേർന്ന് മൊത്തത്തിൽ 78 അവയവങ്ങളുമുണ്ട്. അവ ഓരോന്നും വ്യത്യസ്തമായ പ്രവർത്തനം നിർവ്വഹിക്കുന്നവയാണ്. ഈ 78 അവയവങ്ങളിൽ ഓരോന്നും പരസ്പര ഐക്യത്തിലും സഹകരണത്തിലും സാമർത്ഥ്യത്തോടെ ഒരുമിച്ച് പ്രവർത്തിക്കുന്ന നല്ല പരിശീലനം ലഭിച്ച പ്രൊഫഷണൽ പട്ടാളത്തിലെ വിവിധ റെജിമെന്റുകളെ പോലെയാണ്. അതുപോലെ സമാനമായ രീതിയിൽ ശരീരത്തിലെ കോശങ്ങൾ എല്ലാം തമ്മിൽ നിലനിന്നു തികഞ്ഞ ഐക്യത്തിന്റേയും സഹകരണത്തിന്റേയും സാമർത്ഥ്യത്തിന്റേയും ഈ അവസ്ഥയെയാണ് 'ക്ഷേമം' അല്ലെങ്കിൽ 'ആരോഗ്യം' എന്ന് പറയുന്നത്. 'ക്ഷേമം' എന്നത് നമ്മുടെ ശരീര-മനസ്സുകൾക്ക് ഐക്യത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള സാമർത്ഥ്യമാണ്. ഇത് നമ്മുടെ ശരീരത്തിന്റെ എല്ലാ അവയവങ്ങൾ തമ്മിൽ തമ്മിലും, നമ്മുടെ കോശങ്ങൾക്കുള്ളിൽ നടക്കുന്ന എല്ലാ ജീവ സന്ധാരണ പ്രക്രിയകളുടെ കാര്യത്തിലും എല്ലാം കാര്യക്ഷമമായും യോജിപ്പോടെയും പ്രവർത്തിക്കുവാൻ പ്രാപ്തമാണ്.

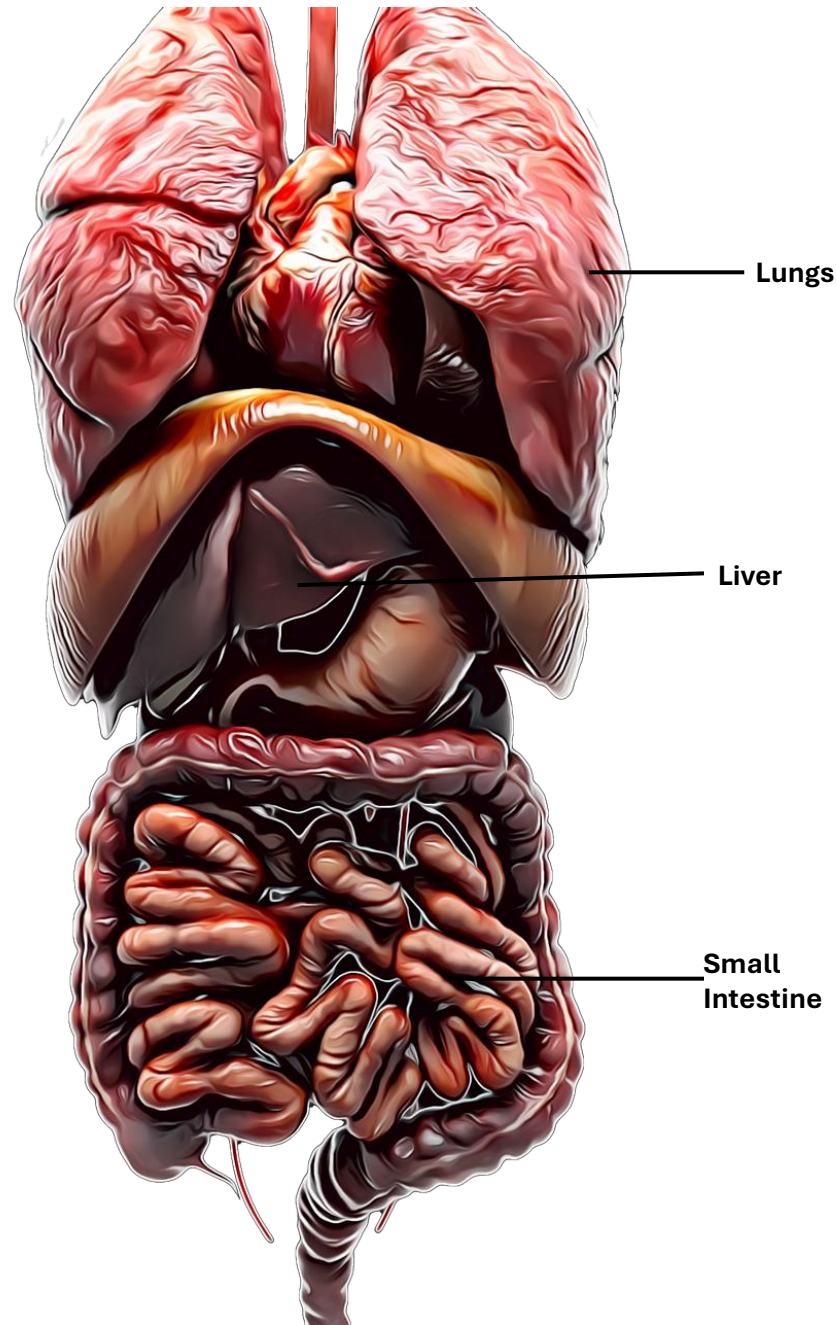
'ആരോഗ്യം' എന്നത് നമ്മുടെ മുഴുവൻ ശരീരമനോ വ്യവസ്ഥകളുടേയും സൈനിക സമാനമായ കഴിവും പരസ്പര സഹകരണവുമാണെങ്കിൽ, രോഗം എന്നത് ആ സൈന്യത്തിൽ നടക്കുന്ന കലാപമാണ്. കലാപത്തിന്റെ കാരണങ്ങൾ കണ്ടെത്തി പരിഹരിക്കുക എന്നതാണ് ആരോഗ്യവും ക്ഷേമവും പുനഃസ്ഥാപിക്കുന്നതിനുള്ള ഏക വഴി.



To understand this fact, we need to gather some basic understanding of the electrical nature of our body and how nutrients are taken into the cell and how waste products are taken out of the cells and flushed out.



ഈ വസ്തുത മനസ്സിലാക്കാൻ, നമ്മുടെ ശരീരത്തിന്റെ എലക്ട്രിക്കൽ സ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ചും, പോഷകങ്ങൾ നമ്മുടെ കോശങ്ങളിലേക്ക് എങ്ങനെ കൊണ്ടുപോകപ്പെടുന്നുവെന്നും മാലിന്യങ്ങൾ കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് എങ്ങനെ പുറത്തെടുത്ത് പുറന്തള്ളപ്പെടുന്നുവെന്നും എന്നതിനെക്കുറിച്ച് നമുക്ക് അടിസ്ഥാനപരമായ ചില ധാരണകൾ ഉണ്ടായേ മതിയാവൂ

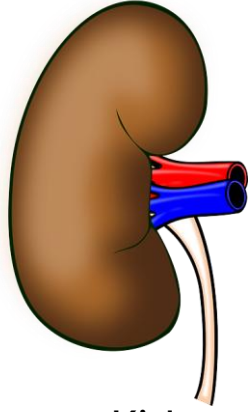


**Before going into the electrical nature of our body, it is important to get an overview of how the nutrients are taken into human cells and how waste materials are removed from the cells. The food we eat is broken down into smaller molecules, such as carbohydrates, proteins, and fats. The walls of the small intestine absorb these nutrients into the blood stream. The nutrients are then transported to the liver via the hepatic portal vein, where they are processed and distributed to the remainder of the body. The nutrients are taken into human cells through various mechanisms, such as diffusion, facilitated diffusion, and active transport.**

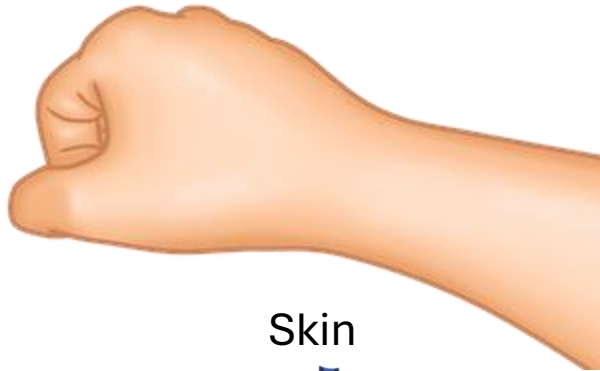
നമ്മുടെ ശരീരത്തിന്റെ വൈദ്യുത സ്വഭാവത്തിലേക്ക് കടക്കുന്നതിനു മുമ്പ്, പോഷകമൂല്യങ്ങൾ മനുഷ്യകോശങ്ങളിലേക്ക് എങ്ങനെ കൊണ്ടുപോകപ്പെടുന്നുവെന്നും കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് മാലിന്യങ്ങൾ എങ്ങനെ നീക്കം ചെയ്യപ്പെടുന്നുവെന്നും ഒരു വിഹഗ വിക്ഷണം ചെയ്യേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. ഏറ്റവും ആദ്യം, നമ്മൾ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ്, പ്രോട്ടീൻ, കൊഴുപ്പ് തുടങ്ങിയ ചെറിയ തന്മാത്രകളായി വിഭജിക്കപ്പെടുന്നു. തുടർന്ന് ചെറുകുടലിന്റെ ഭിത്തികളിലൂടെ ഈ പോഷകങ്ങളെ രക്തപ്രവാഹത്തിലേക്ക് ആഗിരണം ചെയ്യുന്നു. പിന്നീട് പോഷകങ്ങൾ ഹെപ്പാറ്റിക് പോർട്ടൽ വെയിൻ വഴി കരളിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നു, അവിടെ അവ സംസ്കരിച്ച് ശരീരത്തിന്റെ ബാക്കി ഭാഗങ്ങളിലേക്ക് വിതരണം ചെയ്യുന്നു. ഡിഫ്യൂഷൻ, പ്രത്യേകമായി സൗകര്യപ്പെടുത്തി കൊടുക്കപ്പെട്ട ഡിഫ്യൂഷൻ, സജീവ ഗതാഗതം തുടങ്ങിയ വിവിധ സംവിധാനങ്ങളിലൂടെ പോഷകങ്ങൾ നമ്മുടെ കോശങ്ങളിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നു.



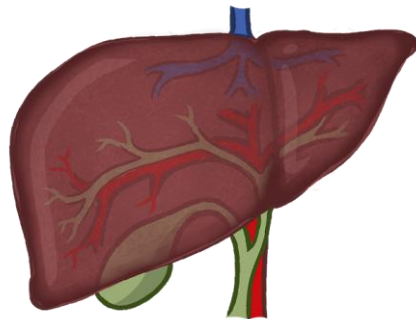
Lungs



Kidney



Skin

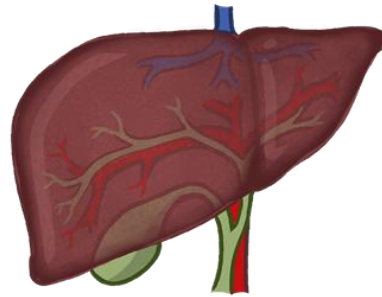


Liver

**Waste materials are removed from cells through similar mechanisms and are excreted from the body through the lungs, liver, kidney, and skin. Wrong food interferes with the diffusion, and active transport processes, making us sick by not being able to absorb nutrients to repair and rebuild cells, and also by not being able to remove waste products from the cells. Our health and well-being essentially depends on this efficiency of the diffusion, and active transport process of nutrients entering the cells and waste products exiting the cells. If this diffusion process is failed or compromised, we fall sick. In this context, the importance of the liver should not be underestimated.**

കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് മാലിന്യങ്ങൾ സമാനമായ സംവിധാനങ്ങളിലൂടെ നീക്കം ചെയ്യപ്പെടുകയും ശ്വാസകോശം, കരൾ, വൃക്ക, ചർമ്മം എന്നിവയിലൂടെ ശരീരത്തിൽ നിന്ന് പുറന്തള്ളപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. തെറ്റായ ഭക്ഷണം ഡിഫ്യൂഷനേയും ആക്ടിവ് ട്രാൻസ്പോർട്ട് പ്രക്രിയകളെയും തടസ്സപ്പെടുത്തുന്നു. തത് ഫലമായി കോശങ്ങൾ നന്നാക്കാനും പുനർനിർമ്മിക്കാനും പോഷകങ്ങൾ ആഗിരണം ചെയ്യാൻ കഴിയാതെയും കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് മാലിന്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്യാൻ കഴിയാതെയും നമ്മൾ രോഗികളായി മാറുന്നു. നമ്മുടെ ആരോഗ്യവും ക്ഷേമവും അടിസ്ഥാനപരമായി ഇപ്പറഞ്ഞ ഡിഫ്യൂഷ്യൻറേയും കോശങ്ങളിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്ന പോഷകങ്ങളുടേയും കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് പുറത്തുകടക്കുന്ന മാലിന്യങ്ങളുടേയും സജീവ പ്രവർത്തന പ്രക്രിയയുടെ കാര്യക്ഷമതയെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. ഈ ഡിഫ്യൂഷൻ പ്രക്രിയ പരാജയപ്പെടുകയോ തടസ്സപ്പെടുകയോ ചെയ്താൽ, നമുക്ക് അസുഖം വരും. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ, കരളിന്റെ പ്രാധാന്യം വളരെ വലുതാണ്.

**The largest active internal organ of the human body is the liver. It is responsible for carrying out over 500 vital functions. The liver does many important things like breaking down fat cells, keeping blood sugar levels steady, making proteins, storing glucose and releasing it when needed, and making Bile to break down fats. The liver is responsible for producing enzymes and chemicals, which helps the blood to clot. Liver produces cholesterol, which is used for building cells and hormones. The liver makes vital blood plasma proteins. The liver uses hemoglobin to use the iron in it. Liver provides immune responses in eliminating bacteria and harmful pathogens. When Ammonia is generated in the metabolic process, it is converted into Urea in the blood and finally eliminated through the kidneys. More and much more.**



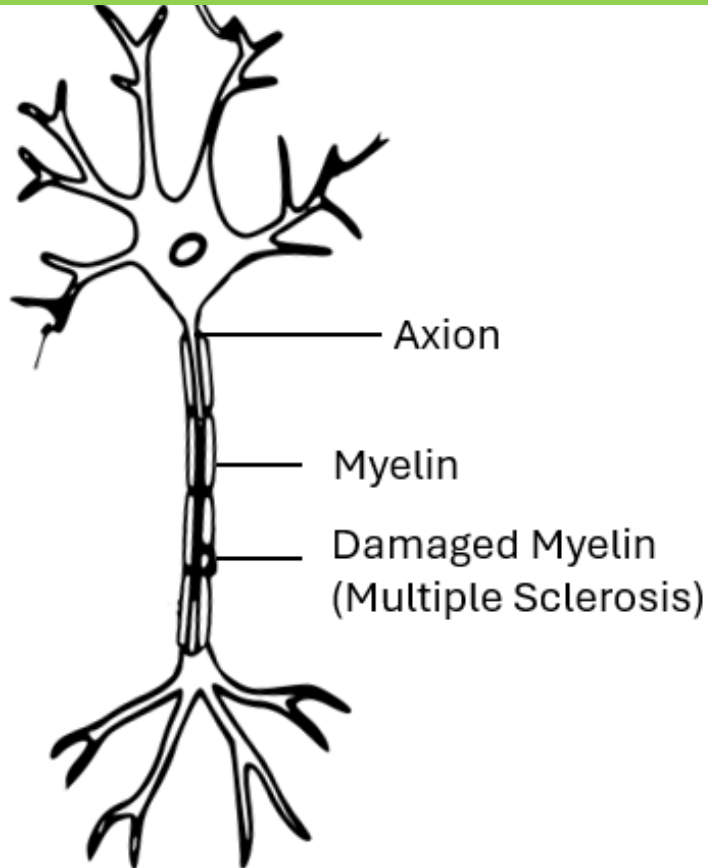
മനുഷ്യ ശരീരത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ സജീവമായ ആന്തരിക അവയവം കരളാണ്. 500-ലധികം സുപ്രധാന പ്രവർത്തനങ്ങൾ നിർവഹിക്കുന്നത് കരളാണ്. കൊഴുപ്പ് കോശങ്ങൾ വഘടിപ്പിക്കുക, രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് സ്ഥിരമായി നിലനിർത്തുക, പ്രോട്ടീനുകൾ നിർമ്മിക്കുക, ഗ്ലൂക്കോസ് സംഭരിക്കുകയും ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ പുറത്തുവിടുകയും ചെയ്യുക, കൊഴുപ്പ് വിഘടിപ്പിക്കുവാൻ ബൈൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കുക, തുടങ്ങിയ നിരവധി പ്രധാന കാര്യങ്ങൾ കരൾ ചെയ്യുന്നു. രക്തം കട്ടപിടിക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന എൻസൈമുകളും രാസവസ്തുക്കളും ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നത് കരൾ ആണ്. കോശങ്ങളുടേയും ഹോർമോണുകളുടേയും നിർമ്മാണത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന കൊളസ്ട്രോളും കരൾ ആണ് ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. കരൾ തന്നെയാണ് സുപ്രധാനമായ രക്ത പ്ലാസ്മ പ്രോട്ടീനുകൾ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നതും. ഹീമോഗ്ലോബിനിലെ ഇരുമ്പ് ഉപയോഗിക്കുന്നതും കരൾ ആണ്. ബാക്ടീരിയകളേയും ദോഷകരമായ രോഗകാരികളേയും ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനായി രോഗപ്രതിരോധ പ്രതികരണങ്ങൾ നൽകുന്നത് കരൾ ആണ്. മെറ്റബോളിക് പ്രക്രിയയിൽ അമോണിയ ഉത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുമ്പോൾ, അത് രക്തത്തിലൂടെ യൂറിയയായി പരിവർത്തനം ചെയ്ത് ഒടുവിൽ വൃക്കകളിലൂടെ പുറംതള്ളുന്നതിന് പര്യാപ്തമാക്കുന്നത് കരൾ ആണ്. അങ്ങിനെ നിരവധി അനവധി കാര്യങ്ങൾ ഉണ്ട് കാരളയിന്റേ ഉത്തരവാദിത്വത്തിൽ.

**Obesity, consumption of junk food and fake food, insulin resistance, high blood pressure, alcohol consumption, and certain medications can all contribute to fatty liver. When the health of our liver is thus compromised, that will open the flood gates of many other diseases in us.**

വണ്ണം, കൂടുതൽ, ജങ്ക് ഫുഡ്, ഫേക്ക് ഫുഡ് എന്നിവയുടെ ഉപയോഗം, ഇൻസുലിൻ പ്രതിരോധം, ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം, മദ്യപാനം, ചില മരുന്നുകൾ എന്നിവയെല്ലാം ഹാറ്റി ലിവറിന് കാരണമാകും. നമ്മുടെ കരളിന്റെ ആരോഗ്യം ഇങ്ങനെ അപകടത്തിലാകുമ്പോൾ, അത് നമ്മിൽ മറ്റ് പല രോഗങ്ങളുടേയും പെരുവെള്ളപ്പാച്ചിലിന് കാരണമാകും.

Now, about the electrical nature of our body

ഇനി, നമ്മുടെ ശാരീരത്തിന്റെ വൈദ്യുതി സ്വഭാവം എന്താണെന്ന് നോക്കാം.

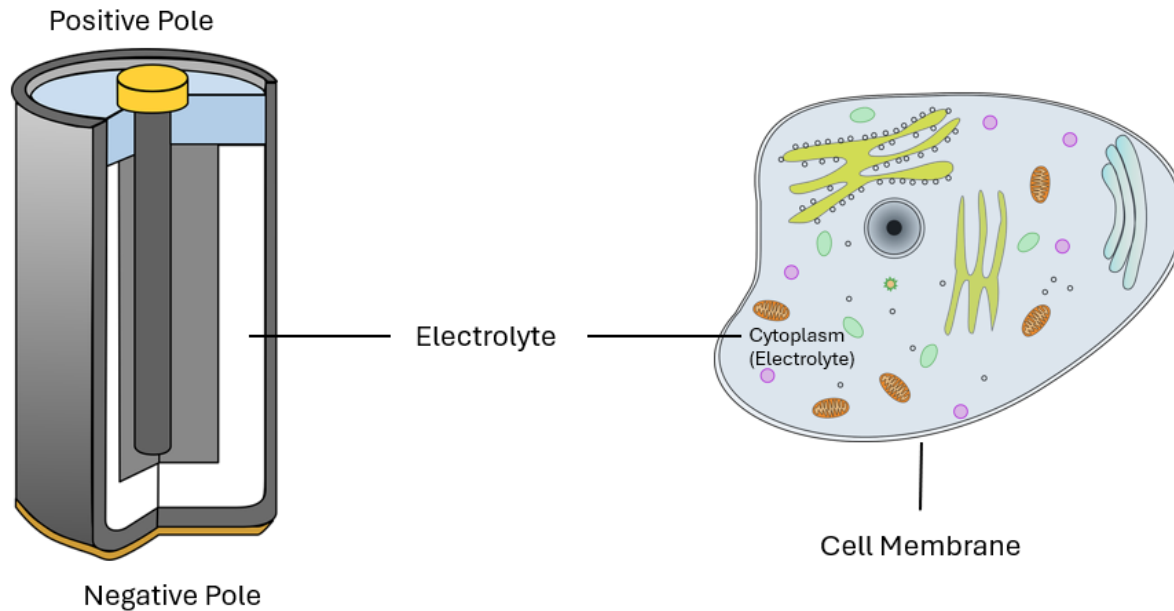


**Our cells are like batteries. They run minute amounts of electricity (70 millivolts). The minerals inside and outside the cell membrane are different. One side is positively charged, and the other side is negatively charged. This allows nutrients to enter inside the cell and waste products to go out of it. When we do not have the required quantity and required ratio of the minerals in the cell's electrolyte, the battery becomes sluggish. As a result of this, the 'nutrients in and waste products out' will not happen.**

**Our nervous system is like an electrical power plant. It takes only a very tiny quantity of electricity. The axion is the long stem of the nerve cell, which can be compared to the metal part of an electrical wire, that conducts the electrical charge.**

നമ്മുടെ കോശങ്ങൾ ബാറ്ററികൾ പോലെയാണ്. ഓരോ കോശവും വളരെ കുറഞ്ഞ അളവിൽ വൈദ്യുതി (70 മില്ലിവോൾട്ട്) പ്രവർത്തിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. കോശ മെമ്പറേയിനിന് അകത്തും പുറത്തുമുള്ള ധാതുക്കൾ വ്യത്യസ്തമാണ്. ഒരു വശം പോസിറ്റീവ് ചാർജുള്ളതും മറുവശം നെഗറ്റീവ് ചാർജുള്ളതുമാണ്. ചാർജിലെ ഈ വ്യത്യാസം ഡിഫ്യൂഷൻ വഴി പോഷകങ്ങൾ കോശത്തിനുള്ളിൽ പ്രവേശിക്കാനും മാലിന്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ അതിൽ നിന്ന് പുറത്തുപോകാനും അനുവദിക്കുന്നു. കോശത്തിന്റെ ഇലക്ട്രോലൈറ്റിൽ ആവശ്യമായ അളവിലും അനുപാതത്തിലും ധാതുക്കൾ നമുക്ക് ഇല്ലാത്തപ്പോൾ, ബാറ്ററി മന്ദഗതിയിലാകുന്നു. ഇതിന്റെ ഫലമായി, 'പോഷകങ്ങൾ അകത്തേക്കും മാലിന്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ പുറത്തേക്കും' പോകാതിരിക്കും.

നമ്മുടെ നാഡീവ്യൂഹം ഒരു വൈദ്യുത നിലയം പോലെയാണ്. ഇതിന് വളരെ ചെറിയ അളവിൽ വൈദ്യുതി മാത്രമേ ആവശ്യമുള്ളൂ. വൈദ്യുത ചാർജ് നടത്തുന്ന നാഡീകോശത്തിന്റെ നീളമുള്ള തണ്ടാണ് ആക്സിയോൺ, ഇത് ഒരു വൈദ്യുത വയറിന്റെ ലോഹ ഭാഗവുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്.



Net negative charge on the outer surface of the cell membrane, and net positive charge on the inner surface. Nutrients go inside through the cell membrane and waste products go outside through the cell membrane. The distribution of charges across the cell membrane is not uniform and can vary depending on the specific cell type and the local environment. However, in general, the outer surface of the cell membrane is negatively charged, while the inner surface is positively charged.

The minerals from our diet repair and upkeep the wire (axon). All electrical wires have an insulating sheath, which in the case of a nerve cell is the 'myelin'. It is the fat from our food that gets converted to myelin, which protects the electric impulses and the messages and signals that pass through them. Damages in the myelin leads to a condition called, 'multiple sclerosis'. This is the reason for holistic doctors often recommend the intake of natural organic fats and minerals for multiple sclerosis conditions.

നമ്മുടെ ഭക്ഷണത്തിലെ ധാതുക്കൾ വയറിനെ (ആക്സിയൺ) കേടുപാടുകൾ തീർത്ത് പരിപാലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എല്ലാ വൈദ്യുത വയറുകളിലും ഒരു ഇൻസുലേറ്റിംഗ് ആവരണമുണ്ട്, ഒരു നാഡീകോശത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ അത് 'മൈലിൻ' ആണ്. നമ്മുടെ ഭക്ഷണത്തിൽ നിന്നുള്ള കൊഴുപ്പാണ് മൈയിലിനായി പരിവർത്തനം ചെയ്യപ്പെടുന്നത്, ഇത് വൈദ്യുത ഇമ്പൾസുകളേയും അവയിലൂടെ കടന്നുപോകുന്ന സന്ദേശങ്ങളേയും സിഗ്നലുകളേയും സംരക്ഷിക്കുന്നു. മൈയിലിനിലെ കേടുപാടുകൾ 'മൾട്ടിപ്പിൾ സ്ക്ലിറോസിസ്' എന്ന രോഗ അവസ്ഥയിലേക്ക് നയിക്കുന്നു. മൾട്ടിപ്പിൾ സ്ക്ലിറോസിസ് അവസ്ഥകൾക്ക് പ്രകൃതിദത്ത ജൈവ കൊഴുപ്പുകളും ധാതുക്കളും കഴിക്കാൻ ഹോളിസ്റ്റിക് ഡോക്ടർമാർ പലപ്പോഴും ശുപാർശ ചെയ്യുന്നത് ഇതിനാലാണ്.

Proteins in the cell membrane act as antennas, and they receive specific signals / frequencies. They also amplify the electromagnetic signals which modulate the actions of the neurotransmitters, hormones and other biochemicals. Certain parts of the cell are miniature semiconductors. They can conduct electricity under certain conditions. Cells can emit radio waves, microwaves, infrared and biophotons. We are really a living system of universal transmitters and receivers.

Cell membranes are also capacitors that can store energy. If the body cannot recharge the cell membrane, the cells will malfunction. Chronic diseases are, almost always, associated with this type of loss of electrons from the cells. Loss of electrons will lead to disruption in the receiving of vital information for various vital metabolic activities, with dangerous consequences for our health and well-being. Disruption will include incomplete or non receipt of instructions from the neurotransmitters.

കോശ സ്മരത്തിലെ പ്രോട്ടീനുകൾ ആന്റിനകളായി പ്രവർത്തിക്കുകയും അവ പ്രത്യേക സിഗ്നലുകൾ / ഫ്രീക്വൻസികൾ ലഭിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ന്യൂറോ ട്രാൻസ്മിറ്ററുകൾ, ഹോർമോണുകൾ, മറ്റ് ബയോകെമിക്കലുകൾ എന്നിവയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ മോഡുലേറ്റ് ചെയ്യുന്ന വൈദ്യുതകാന്തിക സിഗ്നലുകളെ അവ ക്രമീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. കോശത്തിന്റെ ചില ഭാഗങ്ങൾ കുഞ്ഞൻ സെമികണ്ടക്ടറുകളാണ്. ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ അവയ്ക്ക് വൈദ്യുതി കടത്തിവിടാൻ കഴിയും. കോശങ്ങൾക്ക് റേഡിയോ തരംഗങ്ങൾ, മൈക്രോവേവ്, ഇൻഫ്രാറെഡ്, ബയോഫോട്ടോണുകൾ എന്നിവ പുറപ്പെടുവിക്കാൻ കഴിയും. നമ്മൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ യൂണിവേഴ്സൽ ട്രാൻസ്മിറ്ററുകളുടെയും റിസീവറുകളുടെയും ഒരു ജീവനുള്ള സംവിധാനമാണ്.

ഈർജ്ജം സംഭരിക്കാൻ കഴിയുന്ന കപ്പാസിറ്ററുകളും കോശ സ്മരങ്ങളാണ്. ശരീരത്തിന് കോശ സ്മരങ്ങൾ റീചാർജ്ജ് ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ, കോശങ്ങൾ തകരാറിലാകും. കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് ഇത്തരത്തിലുള്ള ഇലക്ട്രോണുകൾ നഷ്ടപ്പെടുന്നതാണ് വീട്ടുമാറാത്ത രോഗങ്ങൾ വരുവാനുള്ള കാരണം. ഇലക്ട്രോണുകളുടെ നഷ്ടം വിവിധ സുപ്രധാന മെറ്റബോളിക് പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമായ സുപ്രധാന സിഗ്നലുകൾ സ്വീകരിക്കുന്നതിൽ തടസ്സമുണ്ടാക്കും, ഇത് നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിനും ക്ഷേമത്തിനും അപകടകരമായ പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കും. ന്യൂറോ ട്രാൻസ്മിറ്ററുകളിൽ നിന്നുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ അപൂർണ്ണമായി ലഭിക്കുന്നതോ, തീർത്തും ലഭിക്കാത്തതോ ആണ് ഈ തടസ്സത്തിനുള്ള കാരണം.

It is evident that the reckless consumption of junk food and fake foods, containing various chemical substances in them, can adversely affect the delicate balance of the cellular membrane potential and pH of the electrolyte inside and outside of the cell walls. As a result, nutrients cannot enter the cells and waste products cannot leave the cells – the inevitable result of this will be disease and suffering. Our immune system also destroys many invading bacteria, virus and fungi in the body. Their dead bodies, as well as the poops they produce also need to be thrown out of our body. When cell membrane does not have the required electron power and potential difference, they cannot do any diffusion on either way at all. For retaining health and well-being, **it is important to take only clean food, and carryout regular detoxification to help the body.**

Would we use kerosene to power an expensive, high-end car like a Mercedes? We will not! Our body is far more sophisticated and refined for ultimate performance. Yet, we still throw it away for the momentary pleasure of our tongue and taste – we take all junk/fake foods,. Likewise, we ignorantly adopt many electron-stealers in our everyday life, like synthetic clothing, negative emotions, electro smog, (mobile phones, mobile towers, wifi, TV frequencies etc) so on and so forth. All of these will make our cellular membrane low in energy and efficiency to absorb nutrients and expel waste products.

ജക് ഫുഡുകളുടേയും ഫേയ്ക് ഫുഡുകളുടേയും അശ്രദ്ധമായ ഉപഭോഗത്തിലൂടെ അവയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന വിവിധ കെമിക്കൽ വസ്തുക്കൾ കോശഭിത്തികൾക്കുള്ളിലും പുറത്തുമുള്ള ഇലക്ട്രോലൈറ്റിന്റെ കോശ സ്തര പൊട്ടൻഷ്യലിന്റെയും pH ന്റെയും സൂക്ഷ്മമായ സന്തുലിതാവസ്ഥയെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുമെന്ന വസ്തുത പ്രധാനമാണ്. തൽഫലമായി, പോഷകങ്ങൾക്ക് കോശങ്ങളിലേക്ക് പ്രവേശിക്കാൻ കഴിയില്ല, മാലിന്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾക്ക് കോശങ്ങളിൽ നിന്ന് പുറത്തുപോകാനും കഴിയില്ല - ഇതിന്റെ അനിവാര്യമായ ഫലം രോഗവും കഷ്ടപ്പാടും ആയിരിക്കും. നമ്മുടെ രോഗപ്രതിരോധ സംവിധാനം ശരീരത്തിലെ നിരവധി ആക്രമണകാരികളായ ബാക്ടീരിയകൾ, വൈറസ്, ഫംഗസ് എന്നിവയെ നശിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. അവയുടെ മൃതദേഹങ്ങളും അവ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്ന വിസർജ്യങ്ങളും നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ നിന്ന് പുറന്തള്ളേണ്ടതുണ്ട്. കോശ സ്തരത്തിന് ആവശ്യമായ വൈദ്യുതിയും പൊട്ടൻഷ്യൽ വ്യത്യാസവും ഇല്ലാത്തപ്പോൾ, അവയ്ക്ക് ഇരുവശത്തും ഒരു ഡിഫ്യൂഷനും നടത്താൻ കഴിയില്ല. ആരോഗ്യവും ക്ഷേമവും നിലനിർത്തുന്നതിന്, ശുദ്ധമായ ഭക്ഷണം മാത്രം കഴിക്കുകയും ശരീരത്തെ സഹായിക്കുന്നതിന് പതിവായി വിഷവിമുക്തമാക്കൽ നടത്തുകയും ചെയ്യേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്.

മെഴ്സിഡസ് പോലുള്ള വിലകൂടിയതും ഉയർന്ന നിലവാരമുള്ളതുമായ ഒരു കാറിന് പവർ നൽകാൻ നമ്മൾ മണ്ണെണ്ണ ഉപയോഗിക്കുമോ? ഒരിക്കലും നമ്മൾ അപ്രകാരം ഉപയോഗിക്കില്ല! നമ്മുടെ ശരീരം അതിനേക്കാൾ എല്ലാം ഉയർന്ന സാമർത്ഥ്യവും വളരെ സങ്കീർണ്ണതയും ഉള്ള ഒന്നാണ്. എന്നിട്ടും, നമ്മുടെ നാവ് നല്കുന്ന രുചിയ്ക്കും താൽക്കാലിക ആനന്ദത്തിനുമായി നമ്മൾ അതെല്ലാം മറന്നുകൊണ്ട് എല്ലാ ജക്/ഫേയ്ക് ഭക്ഷണങ്ങളും കഴിക്കുന്നു. അതുപോലെ, സിന്തറ്റിക് വസ്ത്രങ്ങൾ, റെഗറ്റീവ് വികാരങ്ങൾ, ഇലക്ട്രോ സ്മോഗ്(മൊബൈൽ ഫോൺ, വൈഫൈ, ടിവി തരംഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയുടെ അതിപ്രസരം) തുടങ്ങി നിരവധി ഇലക്ട്രോൺകവർന്നെടുക്കുന്ന പലതും നമ്മുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ നാം അറിയാതെ സ്വീകരിക്കുന്നു. ഇവയെല്ലാം നമ്മുടെ കോശ സ്തരത്തിന് പോഷകങ്ങൾ ആഗിരണം ചെയ്യുന്നതിനും മാലിന്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ പുറന്തള്ളുന്നതിനുമുള്ള ഊർജ്ജവും കാര്യക്ഷമതയും വളരെ അധികം കുറയ്ക്കുകയും, നമ്മൾ പല രോഗങ്ങൾക്കും അടിമകളാകുകയും ചെയ്യുന്നു.

# Gout

Acetaldehyde is a 'mycotoxin excreted by Candida albicans. Acetaldehyde's breakdown product is found in many food as toxins – oxalic acid, uric acid and alcohol. Concentrated Tomato Sauce and Tomatoes contain the toxic substance oxalic acid, and cause painful inflammation called "Gout". Uric acid cannot be destroyed by the body. If uric acid is not excreted by kidneys, they become kidney stones.

# ഗൗട്ട്

കാൻഡിഡ ആൽബിക്കൻസ് എന്ന ബാക്ടീരിയ പുറന്തള്ളുന്ന ഒരു മൈക്കോടോക്സിൻ ആണ് അസറ്റാൽഡിഹൈഡ്. അസറ്റാൽഡിഹൈഡ് വിഘടിച്ചുണ്ടാകുന്ന ഉൽപ്പന്നങ്ങളാണ്, പല ഭക്ഷണങ്ങളിലും വിഷവസ്തുക്കളായി കാണപ്പെടുന്ന, ഓക്സാലിക് ആസിഡ്, യൂറിക് ആസിഡ്, ആൽക്കഹോൾ എന്നിവ. തക്കാളി സോസിലും തക്കാളിയിലും ഓക്സാലിക് ആസിഡ് എന്ന വിഷ പദാർത്ഥം അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്, ഇത് "ഗൗട്ട്" എന്നറിയപ്പെടുന്ന വേദനാജനകമായ വിഷം ഉണ്ടാക്കുന്ന വിഷ വസ്തുവാണ്. യൂറിക് ആസിഡിനെ ശരീരത്തിന് നശിപ്പിക്കാൻ കഴിയില്ല. യൂറിക് ആസിഡ് വൃക്കകൾ പുറന്തള്ളുന്നില്ലെങ്കിൽ അവ വൃക്കയിലെ കല്ലുകളായി മാറുന്നു.





# Alcohol



Alcoholic beverages are produced when a fruit is allowed to ferment. When fermentation process, which takes place in the absence of oxygen, the yeast feeds on the sugars in the fruit and excretes the alcohol. Alcohol is yeast's poop! It's rapid metabolization can cause liver damage. Alcohol interrupts the transmission of signals from the neurons which people experience as intoxication – It is “toxic”. Body expels ‘poop’. But we put it back into the body.

## ആൽകോഹോൾ

ഒരു പഴം ഫെർമെന്റ് ചെയ്യുവാൻ അനുവദിക്കുമ്പോഴാണ് ആൽകോഹോൾ ഉത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്. ഓക്സിജന്റെ അഭാവത്തിൽ നടക്കുന്ന ഫെർമെന്റേഷൻ പ്രക്രിയയിൽ, യീസ്റ്റ് പഴത്തിലെ പഞ്ചസാര ഭക്ഷിക്കുകയും ആൽകോഹോൾ പുറന്തള്ളുകയും ചെയ്യുന്നു.

ആൽകോഹോൾ യീസ്റ്റിന്റെ 'അപ്പി'യാണ്! ഇതിന്റെ ദ്രുതഗതിയിലുള്ള മെറ്റബോളിസേഷൻ കരളിന് കേടുപാടുകൾ വരുത്തും. ലഹരിയായി ആളുകൾ അനുഭവിക്കുന്നത് ന്യൂറോണുകളിൽ നിന്നുള്ള സിഗ്നലുകളുടെ സംപ്രേഷണത്തെ ആൽകോഹോൾ തടസ്സപ്പെടുത്തുന്നതുകൊണ്ടാണ്. - അപ്പി "വിഷമാണ്"; ശരീരം പുറം തള്ളുന്ന ഒന്നാണ് 'അപ്പി'. നമ്മൾ അത് അകത്തേക്ക് കഴിക്കുന്നു!



# Tobacco

Tobacco in any form is highly toxic. More than 12 types of cancer is linked to cigarette smoking today. In addition to cancer, smoking causes asthma, bronchitis, coronary diseases, emphysema, pneumonia, strokes, tuberculosis, kidney diseases, diabetes, intestinal disorders etcetera. In cigarettes, it is not just tobacco alone. There are sweeteners, fire retardants, and preservatives added to cigarettes. When burned, these additives form even more than 4000 chemical compounds!!

## പുകയില

ഏത് രൂപത്തിലുള്ള പുകയിലയായാലും അത്യന്തം വിഷാംശം നിറഞ്ഞതാണ്. ഇന്ന് സിഗരറ്റ് വലിക്കുന്നതുമായി പന്ത്രണ്ടിലധികം തരം കാൻസറുകൾ ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതായി കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. കാൻസറിനു പുറമേ, ആസ്ത്മ, ബ്രോങ്കൈറ്റിസ്, കൊറോണറി രോഗങ്ങൾ, എംപിസെമ, ന്യുമോണിയ, സ്ത്രോക്കുകൾ, ക്ഷയം, വൃക്കരോഗങ്ങൾ, പ്രമേഹം, കൂടൽ തകരാറുകൾ എന്നിവയ്ക്കും പുകവലി കാരണമാകുന്നുണ്ട്. സിഗരറ്റിൽ, പുകയില മാത്രമല്ല അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. സിഗ്നേർസ്, തീ പിടിക്കാരിതിക്കുവാനുള്ള രാസവസ്തുക്കൾ, പ്രിസർവേറ്റീവുകൾ എന്നിവ സിഗരറ്റിൽ ചേർക്കുന്നു. കത്തിച്ചാൽ, ഈ അഡിറ്റീവുകൾ 4000-ത്തിലധികം രാസ സംയുക്തങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു!!

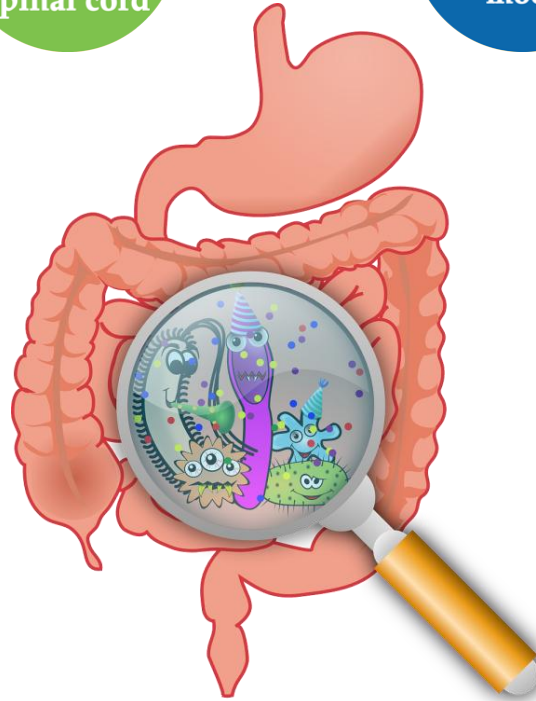


## Gut Microbiota

The human body contains trillions of microorganisms, which include bacteria, viruses, fungi, and archaea. This is an invaluable asset for our health and well-being. We should take very good care of them and feed them with the right food. This microbial ecosystem plays a significant role in nutrient metabolism, immune functions and even mental health. Millions of microbes reside in our intestine, home to at least 500 distinct families of microbes. Our body contains approximately 1 kg of microbiota, which is found mainly in our ileum and large intestine. Numerous metabolic functions of the gastrointestinal activity commonly necessitate the involvement of the intestinal microbiota. Their population decline could result in several physiological abnormalities that could invite a host of diseases. The gut microbiota contributes enzymes, and vitamins like B and K and that are not part of the human genome. 'Dysbiosis', is the name given to the imbalance between good bacteria and harmful bacteria. This can lead to neuro complications like Parkinson's disease. Therefore, it is highly recommended that patients who are experiencing issues such as Parkinson's receive natural probiotic support instead of artificial factory-made ones.

Your gut has more neurons than your spinal cord

Your gut health impacts your mood



Smoking can affect your gut health

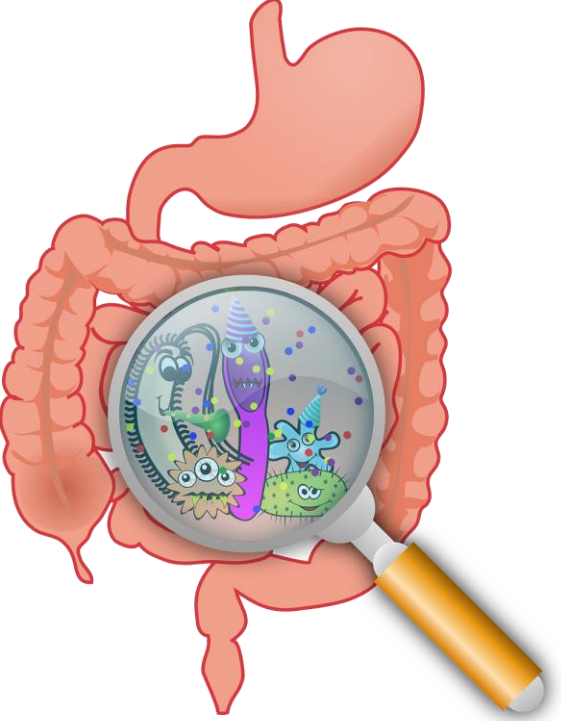
Always incorporate carbohydrates into the diet. A reduction in carbohydrate intake can have a significant impact on the functioning of the microbiota. Incorporate fibre-rich foods regularly. Foods like curd or homemade yogurt are good for supporting the microorganisms in our body. Indian conventional pickles promote good gut bacteria. It is best to avoid ultra processed foods.. Some of the ingredients in these foods are potentially harmful to the gut microbiome. Good sleep helps the gut biota.. Excessive or inappropriate use of antibiotics can result in significant harm to the intestinal bacteria. Chronic alcohol consumption has a detrimental impact on beneficial bacteria. The same applies to smoking. Regular moderate exercise, yoga, and other forms of physical activity can help to reinforce gut biota.

## ഗട്ട് മൈക്രോബയോട്ട

ബാക്ടീരിയ, വൈറസുകൾ, ഫംഗസ്, ആർക്കിയ എന്നിവയുൾപ്പെടുന്ന ട്രിലിൂൺ കണക്കിന് സൂക്ഷ്മാണുക്കൾ നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ വസിക്കുന്നുണ്ട്. നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിനും ക്ഷേമത്തിനും ഇത് വിലമതിക്കാനാവാത്ത ഒരു ആസ്തിയാണ്. നാം അവയെ വളരെ നന്നായി പരിപാലിക്കുകയും ശരിയായ ഭക്ഷണം നൽകുകയും വേണം. പോഷക ഉപാപചയത്തിലും രോഗപ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും മാനസികാരോഗ്യത്തിൽ പോലും ഈ സൂക്ഷ്മജീവ ആവാസവ്യവസ്ഥ ഒരു പ്രധാന പങ്ക് വഹിക്കുന്നുണ്ട്. ദശലക്ഷക്കണക്കിന് സൂക്ഷ്മാണുക്കൾ നമ്മുടെ കൂടലിൽ വസിക്കുന്നു, കുറഞ്ഞത് 500 വ്യത്യസ്ത ഇനത്തിൽപ്പെടുന്ന സൂക്ഷ്മാണുക്കളുടെ ശ്രേണികൾ തന്നെ അവിടെയുണ്ട്. വസിക്കുന്നു. നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ ഏകദേശം 1 കിലോ മൈക്രോബയോട്ട ഉണ്ട്, ഇത് പ്രധാനമായും നമ്മുടെ ഇലിയത്തിലും വൻകൂടലിലും കാണപ്പെടുന്നു. ഭരണനാളത്തിന്റെ നിരവധി ഉപാപചയ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് സാധാരണയായി കൂടൽ മൈക്രോബയോട്ടയുടെ പങ്കാളിത്തം ആവശ്യമാണ്. അവയുടെ സംഖ്യ കുറയുന്നത് നിരവധി രോഗങ്ങളെ ക്ഷണിച്ചുവരുത്തുന്ന നിരവധി രോഗങ്ങൾക്ക് കാരണമാകും. ഗട്ട് മൈക്രോബയോട്ട എൻസൈമുകളും ബി, കെ പോലുള്ള വിറ്റാമിനുകളും നിർമ്മിച്ച് നൽകുന്നുണ്ട്. അവ ഒന്നും മനുഷ്യ ജീനോമിന് നിർമ്മിക്കുവാൻ കഴിയുന്ന ഒന്നല്ല. നല്ല ബാക്ടീരിയകളും ദോഷകരമായ ബാക്ടീരിയകളും തമ്മിലുള്ള അസന്തുലിതാവസ്ഥയെയാണ് 'ഡിസ്ബയോസിസ്' എന്ന് വിളിക്കുന്നത്. ഇത് പാർക്കിൻസൺസ് രോഗം പോലുള്ള നാഡീ സങ്കീർണതകൾക്ക് കാരണമാകും. അതിനാൽ, പാർക്കിൻസൺസ് പോലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന രോഗികൾക്ക് കൃത്രിമ ഫാക്ടറി നിർമ്മിതമായവയ്ക്ക് പകരം പ്രകൃതിദത്ത പ്രോബയോട്ടിക് ആഹാരം നൽകുന്നത് വളരെ നല്ലതാണ്.

Your gut has more neurons than your spinal cord

Your gut health impacts your mood



Smoking can affect your gut health

ഗട്ട് മൈക്രോ ബയോട്ടയെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ എല്ലായ്പ്പോഴും ഭക്ഷണത്തിൽ കാർബോഹൈഡ്രേറ്റുകൾ ഉൾപ്പെടുത്തുക. കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ് കഴിക്കുന്നത് കുറയ്ക്കുന്നത് സൂക്ഷ്മാണുക്കളുടെ പ്രവർത്തനത്തെ സാരമായി ബാധിക്കും. നാരുകൾ അടങ്ങിയ ഭക്ഷണങ്ങൾ പതിവായി ഉൾപ്പെടുത്തുക. വീട്ടിൽ നിർമ്മിച്ച തൈര് പോലുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ സൂക്ഷ്മാണുക്കളെ പിന്തുണയ്ക്കുന്നതിന് നല്ലതാണ്. ഇന്ത്യൻ പരമ്പരാഗത അച്ചാറുകൾ നല്ല കൂടൽ ബാക്ടീരിയയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു. അൾട്രാ പ്രോസസ് ചെയ്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുന്നതാണ് നല്ലത്.. ഈ ഭക്ഷണങ്ങളിലെ ചില ചേരുവകൾ കൂടൽ മൈക്രോബയോമിന് ദോഷകരമാണ്. നല്ല റെക്കം കൂടൽ ബയോട്ടയെ സഹായിക്കുന്നു.. ആൻറിബയോട്ടിക്കുകളുടെ അമിതമായതോ അനുചിതമായതോ ആയ ഉപയോഗം കൂടൽ ബാക്ടീരിയകൾക്ക് കാര്യമായ ദോഷം വരുത്തും. വിട്ടുമാറാത്ത മദ്യപാനം ഗുണകാരികളായ ബാക്ടീരിയകളെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നു. പുകവലിക്കുന്നതും അതുപോലെ ഗട്ട് മൈക്രോബയോട്ടയ്ക്ക് ഹാനികരമാണ്. പതിവ് മിതമായ വ്യായാമം, യോഗ, മറ്റ് തരത്തിലുള്ള ശാരീരിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവ കൂടൽ ബയോട്ടയെ ശക്തിപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കും.

Our emotional state and belief systems are an open invitations for diseases. Emotion is Energy in motion, which corresponds to body's chemical and electrical messengers. Electrical messengers are the charges that energizes the nervous system. Chemical messengers are the minute amounts of hormones that travel throughout the bloodstream. Emotions have two components (1) Feeling component which results in messenger responses (2) Energy component which results in an urge to express the emotion as an action. If the action part is suppressed, as we often do, muscles get tensed up, breathing becomes shallow all of which will take a toll on health. When this becomes a habitual pattern, one will slip into a diseased state.



[https://youtu.be/7VW68nQPMfQ?si=2wwC-LKHivZUbBg\\_](https://youtu.be/7VW68nQPMfQ?si=2wwC-LKHivZUbBg_)

CLICK TO WATCH

How Our GENES Listen To Our Beliefs: Heal The Body & Prevent Disease | Dr. Bruce Lipton



നമ്മുടെ വൈകാരികാവസ്ഥയും വിശ്വാസ രീതികളും രോഗങ്ങളെ ക്ഷണിച്ചുവരുത്തുന്നവയാണ്. വികാരം എന്നത് ചലനത്തിലെ ഊർജ്ജമാണ്, ഇത് ശരീരത്തിന്റെ കെമിക്കൽ, എലക്ട്രിക്കൽ മെസ്സേജുകളുമായി ചേർന്ന് പ്രവർത്തിക്കുന്നു. നാഡീവ്യവസ്ഥയെ ഊർജ്ജസ്വലമാക്കുന്ന ചാർജുകളാണ് എലക്ട്രിക്കൽ മെസ്സേജുകൾ.. രക്തപ്രവാഹത്തിലുടനീളം സഞ്ചരിക്കുന്ന ഹോർമോണുകളുടെ സൂക്ഷ്മ അളവുകളാണ് കെമിക്കൽ മെസ്സേജുകൾ. വികാരങ്ങൾക്ക് രണ്ട് ഘടകങ്ങളുണ്ട് (1) മെസ്സേജർ പ്രതികരണങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുന്ന വൈകാരിക ഘടകം (2) വികാരത്തെ ഒരു പ്രവർത്തനമായി പ്രകടിപ്പിക്കാനുള്ള പ്രേരണയ്ക്ക് കാരണമാകുന്ന ഊർജ്ജ ഘടകം. നമ്മൾ പലപ്പോഴും ചെയ്യുന്നതുപോലെ, പ്രവർത്തന ഭാഗം മന:പ്പൂർവ്വം അടിച്ചമർത്തപ്പെട്ടാൽ, പേശികൾക്ക് പിരിമുറുക്കം അനുഭവപ്പെടും, ശ്വാസനം ആഴം കുറഞ്ഞതായി മാറും - ഇതെല്ലാം ആരോഗ്യത്തെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കും. ഇത് ഒരു പതിവ് രീതിയായി മാറുമ്പോൾ, ഒരാൾ രോഗാവസ്ഥയിലേക്ക് വഴുതി വീഴും.



[https://youtu.be/7VW68nQPMfQ?si=2wwC-LKHivZUbBg\\_](https://youtu.be/7VW68nQPMfQ?si=2wwC-LKHivZUbBg_)

**CLICK TO WATCH**

**How Our GENES Listen To Our Beliefs: Heal The Body & Prevent Disease | Dr. Bruce Lipton**





# Tail piece

“Antoine Bechamp (1816-1908) was a French scientist who made far-reaching discoveries in the field of Biochemistry, and Biology. He was a contemporary of Louis Pasteur. Even though Bechamp was a much accomplished and brilliant scientist, his discoveries did not receive much attention it truly deserved. Bechamp’s discoveries could explain many unresolved anomalies in medicine. Bechamp discovered that in every living organism there is a basic unit that is smaller than a cell, which he named “microzyma”. Microzyma is a living, self-directed, molecular structure . It functions in all healthy living organisms, as a physiological and chemical agent of transformation that takes place during nutrition. In short, microzyma is responsible for building tissues. They are not harmful structures; they help in many useful functions, until the nature of the body changes and tissues start to degenerate.

When the environment of the body changes, Microzyma changes its shape and function according to the nature of this new environment. They become bacteria, virus or fungi, depending on the nature of the environment. This is how the pathogens are formed. It is not pathogens that alter the environment, but it is the environment that triggers microzyma to become pathogens. A bacterium is the first formed pathogen in a diseased body, which progressively become virus and fungi.”

"ബയോകെമിസ്ട്രി, ബയോളജി എന്നീ മേഖലകളിൽ ദുരവ്യാപകമായ കണ്ടെത്തലുകൾ നടത്തിയ ഒരു ഫ്രഞ്ച് ശാസ്ത്രജ്ഞനായിരുന്നു ആന്റോയിൻ ബെച്ചാമ്പ് (1816-1908). അദ്ദേഹം ലൂയി പാസഞ്ചറിന്റെ സമകാലികനായിരുന്നു. ബെച്ചാമ്പ് വളരെ പ്രഗത്ഭനും മിടുക്കനുമായ ഒരു ശാസ്ത്രജ്ഞനാണെങ്കിലും, അദ്ദേഹത്തിന്റെ കണ്ടെത്തലുകൾക്ക് അർഹമായ ശ്രദ്ധ ലഭിച്ചില്ല. വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിലെ പരിഹരിക്കപ്പെടാത്ത നിരവധി അപാകതകൾ ബെച്ചാമ്പിന്റെ കണ്ടെത്തലുകൾക്ക് വിശദീകരിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളിലും ഒരു കോശത്തേക്കാൾ ചെറുതായ ഒരു അടിസ്ഥാന യൂണിറ്റ് ഉണ്ടെന്ന് ബെച്ചാമ്പ് കണ്ടെത്തി, അതിനെ അദ്ദേഹം "മൈക്രോസൈമ" എന്ന് വിളിച്ചു. മൈക്രോസൈമ ഒരു ജീവനുള്ള, സ്വയം നിയന്ത്രിക്കുന്ന, തന്മാത്രാ ഘടനയാണ്. പോഷകാഹാര സമയത്ത് സംഭവിക്കുന്ന പരിവർത്തനത്തിന്റെ ഒരു ഫിസിയോളജിക്കൽ, കെമിക്കൽ ഏജന്റായി ഇത് എല്ലാ ആരോഗ്യമുള്ള ജീവജാലങ്ങളിലും പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ, ടിഷ്യൂകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിന് മൈക്രോസൈമ ഉത്തരവാദിയാണ്. അവ ദോഷകരമായ ഘടനകളല്ല; ശരീരത്തിന്റെ സ്വഭാവം മാറുകയും ടിഷ്യൂകൾ ക്ഷയിക്കാൻ തുടങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നതുവരെ അവ നിരവധി ഉപയോഗപ്രദമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ സഹായിക്കുന്നു.

ശരീരത്തിന്റെ പരിസ്ഥിതി മാറുമ്പോൾ, മൈക്രോസൈമ അതിന്റെ ആകൃതിയും പ്രവർത്തനവും ഈ പുതിയ പരിസ്ഥിതിയുടെ സ്വഭാവത്തിനനുസരിച്ച് മാറുന്നു. പരിസ്ഥിതിയുടെ സ്വഭാവമനുസരിച്ച് അവ ബാക്ടീരിയ, വൈറസ് അല്ലെങ്കിൽ ഫംഗസ് ആയി മാറുന്നു. രോഗകാരികൾ രൂപപ്പെടുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്. പരിസ്ഥിതിയെ മാറ്റുന്നത് രോഗകാരികളല്ല, മറിച്ച് മൈക്രോസൈമയെ രോഗകാരികളാക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നത് പരിസ്ഥിതിയാണ്. രോഗബാധിതമായ ഒരു ശരീരത്തിൽ ആദ്യം രൂപം കൊള്ളുന്ന രോഗകാരിയാണ് ബാക്ടീരിയ, അത് ക്രമേണ വൈറസും ഫംഗസും ആയി മാറുന്നു.”

**“The Third Element of the Blood”, by Antoine Bechamp. To download the excerpts of this book, click here: <https://alteredstatesinstructions.com/Library/bechamp.pdf>**

## Karmic Diseases or Diseased due to Quantum Imprints

So far, everything we have said is about diseases that are caused by physical causes. However, some diseases can be experienced as persistent, no matter how much treatment is given. There is sufficient evidence today to conclude that such diseases are diseases that are caused by the data of causes that once occurred in previous lives that are imprinted in the quantum state and are still working in us. They are called karmic diseases. Since it is a subject that does not fall within the scope of “science”, it is possible that science will remain silent on this subject.

However, today we have many proven accounts of past lives. Similarly, case histories are available today where chronic diseases have been easily cured through ‘past life regression therapy’. According to the knowledge provided by ancient Indian shashtra, a human being is a composite existence consisting of a visible physical body and four other invisible bodies. There is an invisible body in which data is stored. It is in this quantum state that the data of past life experiences that caused the disease is ‘saved’. According to Indian thoughts, that past life data is the lessons we have not learned. In ‘Past Life Regression Therapy’, the deletion of this data makes it possible to get rid of the disease.

Dr. Rupert Sheldrake and ([https://youtu.be/qrlIWGe4w4?si=WK03U6HI8IIa\\_89M](https://youtu.be/qrlIWGe4w4?si=WK03U6HI8IIa_89M)) Dr. Bruce Lipton have conducted extensive research on such ‘morphic field’ data and have proven it.

Anyway, everything in the physical world is bound by cause-effect relationships. There is nothing without a cause. It is our responsibility to realize how we can live and avoid diseases and suffering. It is our responsibility to live accordingly, and no one else’s.



# കാർമ്മിക രോഗങ്ങൾ, അഥവാ ക്വാൻഡം മുദ്രണങ്ങൾ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾ



ഇതുവരെ നമ്മൾ പറഞ്ഞതെല്ലാം ഭൗതികമായ കാരണങ്ങളാൽ ഉണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചാണ്. എന്നാൽ ചില രോഗാവസ്ഥകൾ എത്ര ചികിത്സിച്ചാലും മാറാത്ത നിലയിൽ തുടരുന്ന അനുഭവങ്ങൾ കാണാവുന്നതാണ്. അങ്ങിനെ ഉള്ള രോഗങ്ങൾ ക്വാൻഡം നിലയിൽ മുദ്രിതമായി നിലകൊള്ളുന്ന മുൻജന്മങ്ങളിൽ എന്നോ ഒരിക്കൽ ഉണ്ടായ കാരണങ്ങളുടെ ഡാറ്റാ ഇപ്പോഴും നമ്മിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നതിന്റെ ഫലമായി ഉണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾ ആണെന്ന നിഗമനത്തിൽ എത്തിച്ചേരുവാൻ ആവശ്യമായ തെളിവുകൾ ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്. കാർമ്മിക രോഗങ്ങൾ എന്നാണ് അവയെ വിവക്ഷിക്കുന്നത്. സയൻസിന്റെ നിർവ്വചന മേഖലയിൽ വരാത്ത വിഷയമായതുകൊണ്ട്, സയൻസ് ഈ വിഷയത്തിൽ നിശബ്ദ പാലിക്കുവാനാണ് സാധ്യത.

എങ്കിലും, മുൻജന്മത്തെക്കുറിച്ചുള്ള നിരവധി തെളിയിക്കപ്പെട്ട വിവരണങ്ങൾ വ്യാപകമായിതന്നെ ഇന്ന് നമുക്കുണ്ട്. അതുപോലെ തന്നെ, 'പാസ്റ്റ് ലൈഫ് റിഗ്രഷൻ തെറാപ്പിയിൽ'ലൂടെ മാറാവുന്നവകൾ അനായാസേന മാറിയിട്ടുള്ള കേസ് ഹിസ്റ്ററികൾ ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്. പുരാതന ഭാരതീയ വിജ്ഞാനം നൽകുന്ന അറിവ് അനുസരിച്ച് മനുഷ്യൻ എന്നത് ദൃഷ്ടിഗോചരമായ ഒരു ഭൗതിക ശരീരവും, ദൃഷ്ടിഗോചരമല്ലാത്ത മറ്റ് നാല് ശരീരങ്ങൾ കൂടി ചേർന്ന ഒരു സംയുക്ത നിലനിൽപ്പാണ് എന്നുള്ളതാണ്. ഈ അഞ്ചു ശരീരങ്ങളിൽ ഡാറ്റാകൾ സൂക്ഷിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരു അദ്യശ്യ ശരീരമുണ്ട്. അതിലാണ് ക്വാൻഡം അവസ്ഥയിൽ രോഗത്തിന് നിദാനമായ മുൻജന്മ അനുഭവത്തിന്റെ ഡാറ്റാ 'സേവ്' ചെയ്ത് വച്ചിരിക്കുന്നത്. ഭാരതീയ ചിന്തകൾ അനുസരിച്ച് നമ്മൾ പഠിക്കാതെ പോയ പാഠങ്ങളാണ് ആ മുൻജന്മ ഡാറ്റാ. 'പാസ്റ്റ് ലൈഫ് റിഗ്രഷൻ തെറാപ്പിയിൽ' പ്രസ്തുത ഡാറ്റാ ഡലീറ്റ് ചെയ്യപ്പെടുന്നതുകൊണ്ടാണ് രോഗ്യവിമുക്തി സാധ്യമാകുന്നത്. അത്തരം 'മോർഫിക് ഫീൽഡ്' ഡാറ്റാകളെക്കുറിച്ച് ഡോ റൂപേർട്ട് ഷെൽഡറേക്ക്ക്കും, ([https://youtu.be/qrlWVrGe4w4?si=WK03U6HI8Ila\\_89M](https://youtu.be/qrlWVrGe4w4?si=WK03U6HI8Ila_89M)) ഡോ ബ്രൂസ് ലിപ്റ്റനും ധാരാളം ഗവേഷണങ്ങൾ നടത്തി തെളിയിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്.

എന്തായാലും, ഭൗതിക ലോകത്തിൽ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും കാര്യ-കാരണ ബന്ധങ്ങളാൽ ക്ലിപ്തപ്പെട്ടാണ് നിൽക്കുന്നത്. കാരണമില്ലാത്ത ഒരു കാര്യവും ഇല്ല. എങ്ങിനെ ജീവിച്ചാലാണ് രോഗങ്ങളും, ക്ലേശങ്ങളും ഒഴിവാക്കി ജീവിക്കുവാൻ കഴിയുന്നത് എന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അതനുസരിച്ച് ജീവിക്കേണ്ടപൂർണ്ണമായ ഉത്തരവാദിത്വം, മറ്റാർക്കുമല്ല, നമുക്ക് തന്നെയാണ് ഉള്ളത്.



Fake Food





- References

- The Rife Handbook (2021) Sylver, Nengah, PhD, Barner Book, New York
- Health+Scan eMagazine, (Various volumes) Editor-in- Chief : Prof. V Sudhakara Rao, PhD, Asst-Editor: V Vivek Chandra, Chennai
- The Biology of Belief (2015), Lipton, Bruce H, PhD, Hay House, New York
- <https://sharan-india.org/>