

quá tải và bị tắc, nhưng chúng vẫn còn sạch sẽ thơm tho chán khi so với đường ruột của con người khi chúng quá tải và bị tắc nghẽn. Bên cạnh việc ăn uống là nhu cầu cần thiết và mang lại niềm vui cho con người thì đây là chuyện chẳng hay ho gì nhưng sự thật là thế vì việc ăn uống vô độ và những hợp chất thức ăn lệch lạc là những tội ác tạo nên hiện tượng tự nhiễm độc.

Những người có chế độ ăn thông minh và giữ bộ máy bài tiết của mình sạch sẽ gây trở ngại cho ta bởi một bộ máy bài tiết sạch sẽ thường đi liền với một cơ thể khỏe mạnh và một bộ não hoạt động hiệu quả.

Hãy thử tưởng tượng xem - nếu trí tưởng tượng của người có thể đi xa đến thế - một người có thể sống với mục tiêu xác định cùng hệ thống bài tiết chứa đủ chất độc để giết hàng trăm người nếu nó được tiêm trực tiếp vào dòng máu trong cơ thể của họ hay không.

Tại đây, một lần nữa Napoleon Hill lại đi xa trước thời đại của mình. Cuối cùng thì khoa học cũng theo kịp ông - và thậm chí còn vượt trội hơn những hiểu biết của ông về các quá trình sinh học và chúng liên kết với sức khỏe về mặt tinh thần và cảm xúc của con người như thế nào.

H: Và tất cả những rắc rối này là kết quả của việc thiếu kiểm soát với ham mê đồ ăn thức uống của cơ thể?

Đ: Chà, chính xác hơn thì người nên nói rằng chế độ ăn uống không đúng chính là nguyên nhân gây ra phần lớn các loại bệnh tật của cơ thể và gần như là tất cả các bệnh đau đầu nữa.

Nếu người muốn ta đưa ra bằng chứng về điều này, hãy thử chọn ra 100 người mắc bệnh đau đầu và làm sạch hoàn toàn hệ thống bài tiết của họ bằng cách rửa ruột, người sẽ thấy rằng không dưới 95 người trong số họ sẽ không còn bị đau đầu nữa chỉ sau vài phút khi ruột của họ được làm sạch.

H: Từ những gì người nói về đường ruột, ta trở nên có ấn tượng rằng việc làm chủ ham mê ăn uống của cơ thể cũng đồng nghĩa với việc làm chủ thói quen bỏ mặc việc giữ cho ruột của mình được sạch sẽ?

Đ: Đúng vậy. Việc bài tiết các chất thải của cơ thể và những phần thức ăn không được tiêu hóa cũng quan trọng như việc phải ăn vừa đủ lượng cần thiết và ăn những hợp chất thức ăn tốt cho cơ thể.