

Как вылечить рак

ver2.1

(да и вообще чтобы все было хорошо и кайфно)

Часть 0

После укрепления тела насколько это возможно, как описано в Часть 1,2,3, **возможно** понадобится небольшое традиционное лечение по последним секретным разработкам:

ChatGPT

Глупо идти к врачу в РФ, если теперь есть ChatGPT.

- Реально, лучший врач - НЕ из людей, а - ChatGPT.
 - ChatGPT - БОГ МЕДИЦИНЫ, который умнеет с каждым днем с ускорением!

Я нейронщик со стажем 10 лет и утверждаю: Устройство ChatGPT (нейросеть) идеально подходит для лечения рака.

Он сложит миллионы комбинаций и найдет именно то, что тебе нужно.

Ни один живой врач этого делать не будет и не смогут даже 100 врачей.

в отличии от живых врачей, ChatGPT хранит в себе:

- результаты экспериментов на миллионах живых людях.
 - в нем прошиты и доступны **новейшие и проверенные секреты институтов и компаний мира**.
 - он не извращенец, не садист, не продажник - не коррупционер.
 - он не хочет избавить город от калек и инвалидов.**
- Примечание:
 - ChatGPT разных много. Надо искать тех, кто лучше обучен по теме рака.
 - Он иногда упирается и отказывается лечить, его надо взламывать "промптом" - то есть словами.
 - Его надо спрашивать и так и сяк. "промпт - инженеринг" рулит (правильно спросить). В него надо загнать все: самочувствие, симптомы, анализы, чем травился, что бухал и сколько, образ жизни. Можно загнать тысячу деталей сразу или пошагово и так и сяк.
 - ChatGPT обновляются каждую неделю - часто до **УРОВНЯ БОГА в плане вылечить от Рака**. Бесплатно. Почти
 - Смотри модель ChatGPT, версию (все компании подходят, просто надо брать новее)
 - Всё что написано в интернете, в книгах по лечению рака - полный отстой (мы публикуем всегда вранье, чтобы обмануть людей. **У людей нет науки. Только у Бога есть наука**. У людей есть гонка друг с другом **без правил**. За выживание)
 - Для удобства в ChatGPT лучше через мобильный - можно *наговаривать*, например в мобильный голосом, мобильный это конвертит в текст (клавиатура Google), а если пишешь, то через PC.
 - ChatGPT часто врёт, путается, выдумывает хрень. Иногда тащит устаревшее. Иногда повторяет враньё (продажу) живых онкологов. НО. Именно о ChatGPT даст **истинную картину в конце концов**: через неделю поболтав с ChatGPT ты выкroiшь деньков жизни немного, а через месяц **получишь инструкцию к полному выздоровлению**. Получишь реальную картину. Что с этим делать? Решай сам. Где-то **через месяц у тебя на руках будет рецепт Бога для тебя лично**. А не бред от врача РФ или **чучки-писателя докторской в интернете, который он лениво вытянул из похмелья...**

Если всё же хочешь к живому врачу:

- Десять против одного, что врач не лечит тебя, а делает свои дела. Где одно из десяти - он **умышленно тебя добивает**. Даже так.
 - Лечить надо не у извращенца, садиста который сладостно убивает тебя, продавца копейного лекарства государству за миллионы или проводящий эксперимент на 1000 мужчинах ради олигарха, чиновника, заказа с западной фарм-компания! (подопытные люди, а не на мышах - все спешат!)
 - в РФ вообще науки нет. И нет её прокачки. И не доступны секреты институтов и компаний мира. РФ - страна 3го сорта - газ и нефть. НЕВОЗМОЖНО конкурировать науке с газовой трубой. вот и нет её. Только ВУЗы выкачивают бабло из людей.
- лучший врач из людей - дистанционный, платный**, с отзывами излечения, **а не из РФ**. Видео через инет. **Израиль**. не очень дорого.

НО еще раз. **Даже врач из Израйля не вылечит просто так, даже за деньги**. У него своя мощная воронка, **как выкачать из тебя все живое и не живое!** И даже он - живой человек со всеми извращениями и подопытными людьми, как с мышами!

Часть 1

Кратко, чтобы всё не читать - нужно каждый день:

- микро-стресс - если плохо совсем.
 - полный стресс - это уже когда полегче и здоров.
- всё **ПОСТЕПЕННО, ПО НАРАСТАЮЩЕЙ** день ото дня. **Потихоньку все сильнее и сильнее.**
 - с! тетрадкой** - где все расписано - сколько и чего: **упражнение / подход**. Например:
 - вторник**:
 - 20 глубоких вдохов с задержкой* 2 подхода,**
 - пройти пешком 3 км,**
 - 10 наклонов * 2 подхода.**
 - если совсем слаб - занятия бережные, осторожные, но дольше, по 2 часа, не меньше. Ходьба, легкие упражнения, гимнастика по возрастающей день ото дня.
 - нагрузка 40 минут каждый день **БЕЗ ПЕРЕРЫВА** (хоть ползи, но нагружай)
 - начинать трену **ПОТИХОНЬКУ**, как разогрелся и сможешь больше - почувствуешь, и тут уж не ленись.

признаки, что все правильно:

трудишься до:

- мокрый, потный, горячий.
- глубокая отдышка от занятий.
- чуть больше, чем комфортно (например 7 раз подтянуться легко, 8й противный - это он, микростресс)

Важно:

абонемент + тренер - это все **БЕЗРАБОТНОМУ ОБЯЗАТЕЛЬНО**, а иначе, как станет легче - все бросишь или будешь пропускать.

если тренера нет - **с тетрадкой**, где все расписано все упражнения по дням.

Остальное ЗОЖ - но как ты любишь и конечно **диета**)

Точка излечения

Не перепутай. Точка излечения не процесс микро - стрессов. Так мы немножко продлим жизнь.

Точка излечения настанет тогда, когда ты постепенно станешь **стальной пружиной**:

Это возможно и не за гранью: это аналог 3х дней в неделю у тренера, который гоняет до изнеможения толстяков или бизнесменов 2 часа без остановки.

Всё. никакого рака не будет. Ну или почти. Жить будешь долго, лет до 80 - 90, **даже если тебя совсем отравили химией** (медики и профессеры - групповое сумасшествие, но чаще - неумышленные корыстные преступники - эдакие дураки в свою пользу)

Часть 2

теперь длинно, если согласен читать дальше:

В чем смысл: даже если химия, то нужно, чтобы эта химия ложилась на здоровое жизненное пылающее тело юнца-крепыша. Но я считаю, что в химии необходимость отпадет.

В чем смысл 2: Всё что я тут написал сделает из увядающего не гармоничного тела - здоровое жизненное пылающее тело юнца-крепыша. С таким точно не пропадешь.

Важно: Мы так устроены - мозг будет орать - "нет, не хочу, это все глупости, нельзя, надо пастельный режим, врачи - УМНЫЕ Ё!" и пр. чтобы не делать этого. Но надо верить и продолжать.

врачи ... Может это заговор - стариков под косу. Ну не знаю почему врачи так не делают. Чертовщина... мне не интересно. мир - закон джунглей.

- стресс
 1. для тела (этого достаточно)
 2. хорошо бы также для
 3. для мышления (думать до боли)
 4. для личности (положительные эмоции до микростресса)

кач и бег до опупения по возрастающей + диета.

Вот необходима конкретная инструкция:

Смысл - физический разный стресс и нагрузки по возрастающей. Человек должен измениться в корне.

2 главные вещи: бег и физическая нагрузка

Работа:

"Не ну я на работе хуже трени..." - Нет! работа - не есть то что надо, НЕ грузчиком, не ремонт, не бизнес, огород, забор, крыша. Именно игры, качалка и бег. НО.

Работа - обязательное и самое идеальное дополнение к трени и вообще к жизни! - Вставать в 6 утра 5 дней в неделю, идти на свежем воздухе до остановки, стрессоваться за проблемы и пр. пр. **На работу ходить обязательно!** Даже в 80 лет. Или сдохни нахер, в квартире-гробу за телеком (экраном) снюсю пастельно-застольный :{

Что нельзя:

ДОМ, УЮТ, ЭКРАН и ЕДА, ТЕПЛО-МИКРОКЛИМАТ, НАРКОТА любая (включая мясо, сахар и кофе) - вот что нельзя. Всё что комфортно с повторением. Точнее это все можно редко, мало и как награда... И см так же дальше...

Для лечения тяжёлых болезней:

1. ходьбу вообще меняешь на бег. Начать с минимум 2 км каждый день, довести до 3 км каждый день.
 - i. Бегать надо так: скорость комфортная, через 3 минуты начинаешь ускорять до лёгкого дискомфорта.
 - ii. кросс на 8 км каждый третий день
2. Кач: НАДО КУПИТЬ АБОНЕМЕНТ - где кач 3 раза в неделю.
 - i. Качать так, чтобы упражнение не повторилось. Всегда Дискомфорт.
 - ii. с тетрадкой, где все расписано (любой комплекс, можно скачать в инете, главное по нарастающей и регулярно, по расписанию)
 - iii. много свежего воздуха. Свежо.
 - iv. никогда не одинаково. можно спиной, боком, вверх-вниз. всё время по-разному. Всегда Дискомфорт.

Ещё раз: с тетрадкой.

ТЕПЕРЬ САМОЕ ГЛАВНОЕ:

и для кача и для бега ИМЕННО ДЛЯ ТЯЖЕЛЫХ СЛУЧАЕВ я заставляю себя:

- Закон: Любой организм может бегать и получать стресс и кач-нагрузку очень очень БОЛЬШУЮ, но СО ВРЕМЕНЕМ. это ПОХОЖЕ КАК ДЕЛАЮТ КАЧКИ, которые хотят накачаться - они ОБЯЗАНЫ ПОСТЕПЕННО ДОБАВЛЯТЬ ВЕС и УСКОРЕНИЕ - ДЕНЬ ОТО ДНЯ.
- ВОТ ТУТ ВНИМАНИЕ: со временем добавляешь скорость и нагрузку до макс плавно плавно, очень чутко следи и ЗАРАНЕЕ, чтобы ПЛОХО НЕ СЛУЧИЛОСЬ. То есть первые несколько занятий особое внимание, а потом - МНЕ ЛИЧНО насрать, занимаюсь хоть до опупения.
- Уточнение: как я чувствую свой супермакс: когда бег - аж зудит в позвоночнике, когда кач - теменееет в глазах и задыхаюсь, мышцы горят огнём; когда пресс (виса, ноги вверх) - тело хочет разорваться нахрен; когда присед - сердце орёт, что разорвется, воздуха не хватает. Вот тут я чуток убавляю. НО ТАКОЕ СПРАЗУ НЕ НАДО, не раньше 3й тренировки.

Ещё раз: смысл в нарастании и разном стрессе.

Только один раз в жизни у меня не получалось наращивать. Я сильно испугался и попробовал другое упражнение, как то иначе, или через день. Пробыл. НАРАЩИВАТЬ ПОЛУЧИТСЯ В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ.

Вскоре ты почувствуешь себя очень сильным и молодым.

Тут просыпается ЖОР. Хочется всё: курить, бухать, жрать, кайфовать и пр. **Здоровья дохрена - вот и хочется. НЕ НАДО ЭТОГО ДЕЛАТЬ! А то сдохнешь нахрен! Это пройдет!**

Это еще не всё. В этот момент надо записаться в секцию. Я иду на тай-бокс (жесткач) Можно выбрать что угодно, где тренер гоняет мужиков. Именно гоняет, мучает. вы 2 часа летаеете. 3 раза в неделю. Кач и бег можно прекратить (тренер всегда заставляет бегать, прыгать, кувыркаться или любую другую хрень БЕЗ ОСТАНОВКИ, выжимая все соки)

это бросать нельзя. можно сменить секцию.

Индикатор полного выздоровления (или гипер-усиление лечения):

Должен стать спортсменом. Ты БУДЕШЬ ДУМАТЬ, ЧТО ТЫ - ЛЁГКАЯ СТАЛЬНАЯ ПРУЖИНА, а все вокруг - гнилые мешки с говном. Ты именно так и будешь думать - осознавать.

Любая болезнь тебе представится идиотизмом дедушек. Вообще не поверишь, что в тебе что то есть. Оно куда то денется.

То что порождает болезнь - уберётся из системы.

3. Пункт:
 - После любых занятий как можно дольше не кушаем (мастер сказал 2 часа), потом потихоньку начиная с овощей - 30 мин потом клории по нарастающей.
 - Полуголод по жизни. если сможешь быть очень голодным спортсменом постоянно, это практически вечная жизнь.
4. Пункт. бухло особенно - подводный камень. ГИГАНТСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПРОСТО НАЧНЁТ БУХАТЬ БОЛЬШЕ, ну тогда всё напрасно... НАЙди выход. реже, меньше, уклоняемся, таблетки. В идеале Надо пойти в группу здоровья, где пытаются бросить.

Часть 3.

----- Я специально отделил. Всё что выше - гарантия на излечение, все что ниже ТОЖЕ ГАРАНТИЯ, но если воли хватит, то возьми на заметку или для забавы и по-случаю -----

Лично я считаю, что медики - с другого мира. я их не понимаю. Я уверен, что у них сильный профессиональный когнитивный диссонанс (кредит, лень, нелюбовь, отмазки и пр.) **НО ЕСТЬ МЕДИКИ ДЛЯ БОГАТЫХ. ТАМ ВСЕ В ПОРЯДКЕ.** но и у них лекарства и приборы - полуговно.

ЧЕЛОВЕК СЛИШКОМ ТОНКОЕ СОЗДАНИЕ. Его не просто чинить.

Я считаю, что людей убивает бухло, сиги, тепличные условия, экран, сидение, душная комната, дом, туалет не на улице, еда в свободном доступе. Да, особенно еда. И не только рак, сердечно-сосудистые. И сытость. Во всех отношениях.

Примечание:

если мне плохо, болен, я всегда лечусь 2мя способами

5. бережный долгий забег, кач. Уверен, что болезнь НЕ продолжится.
6. Традиционная медицина, таблетки - чувствуется жопадная халтура, а не лечение. Мне стыдно, что я лентяй и не качественное лечение. Уверен, что болезнь продолжится!

Однажды было 3 забега подряд, когда вобще всё запущено. Проходит сразу.

Часть 4

40 элексиоров омоложения, ума, памяти.

Далее всё работает **ОЧЕНЬ СИЛЬНО**, у меня это под заголовком - 40 элексиоров омоложения, ума, памяти.

У всех по разному но это пойдет каждому, я уверен (**НО ПОСТЕПЕННО, ПО НАРАСТАЮЩЕЙ**)

7. голод по Силиконовой Долине: 1 сутки через 3. **После голодания 6 часов овощи, вместо томатного сока лучше томаты с луком. потом фрукты. потом черный хлеб. потом крупы постные и так 12 часов.**
 8. если выпил, поел - не ложись спать. Надо выработать.
 9. Ложиться спать как можно более голодным и трезвым.
 10. не курение и не бухание всё усилит в 10 раз. **ПОМЕНЬШЕ И ПОРЕЖЕ.** таблетки купи.
 11. очень разгоряченный спорт, чтобы **тело внутри пылало огнём** долго - сверяйся - как на тайбоксе жар, часа 2 - это редкость, видел только в качалке, постарайся дома или на турнике.
 12. спортивные игры - волейбол, баскетбол, футбол, теннис, да любые со сверхнагрузкой, которая в игре обязательно случается сама собой..
 13. бег **сверх**.
 14. бег **кросс** от 5 км, разгоряченный, чтобы тело внутри пылало огнём долго, часа 2.
 15. кач **сверх**. НЕ ПРОПУСКАЙ блин по 3 месяца - нужен **СВЕРХ**.
 16. гулять на свежем воздухе.
 17. Никаких компьютерных игр и тем более ставок и азартных игр.
 18. необычные движения с головокружением, болью, отдышкой, потением.
 19. **не кушать соль, сахар, кофе, любые масла, жиры, холестерин. Не смешивать еду.**
 20. диета мало - калорийная. минералка.
 21. 2 литра воды.
 22. **Обтирание холодным полотенцем. Холодный душ, чтобы встряхнуло.**
 23. выйти из вялого состояния. из размякшего. Развернись плечё. Присядь, поори, подпрыгни, резко вверх, уподи. очень крутое.
 24. необычное движение, даже помыть полы сильнее обычного, даже бег. К тому же это меньше износ.
 25. чтобы не гнили пальцы, не сохли ноги, хороший мозг и не немели руки - на брусьях, на лестнице, **УМАЛЮ КАЖДЫЙ ДЕНЬ** на турнике выкручивай руки сальто, хрусти заламываяй, надрывайся и тужься.
 26. растягиваем весь организм: позвоночник, шпагат, шея- плече - рука с весом и все остальное, растяжки как в гимнастике, а не резкие хрусты.
 27. глубокие долгие наклоны.
 28. много быстрых полных наклонов и вверх назад - насос.
 29. 15 сек **быстро быстро** упражнения как **дёрганый** и ори: я быстр и ничего не боюсь.
 30. 10 приседаний 10 раз в день поджимая - массируя печень.
 31. выкручивание шеи в наклоне, руки на коленях.
 32. качаем шею лежа в 4 направлениях, особенно лежа на животе и резко прогибаясь.
 33. зарядка утром.
 34. каждые полчаса - час выскакиваешь на улицу на 1 минуту. подвигался необычно, подышал на широком пространстве, прибежал запыхавшийся. Это точно.
 35. резкое дыхание и вздохи.
 36. постукивание по затылку, головы, пощечины.
 37. постукивание всех органов.
 38. не кушать горячие масла и жиры, не запивать горячим.
 39. Растапливать смолы в теле в сауне с дыханием, в ванне 10 минут, и очень разгоряченным спортом, чтобы тело внутри пылало огнём долго, часа 2, и два раз в неделю. Конечно НЕ после жирного обеда - будет хуже а то.
 40. спать в холоде и проветривании.
 41. если мороз и холод - шея сзади чуть согрета во сне и открыта днём.
 42. весь день двигаешься. Трудно откатать, лучше образ жизни / работа / творчество всё время в движении, когда не с руки присесть.
 43. Вообще нельзя сидеть.
 44. плакать, смеяться, любить и страдать
 45. дышать 10 глубоких долгих и 20 быстрых.
 46. медитация.
 47. умственная нагрузка.
- настоящая могучая воля.