**SỰ TRUNG THỰC CỦA XÁC CHẾT**

Tiến Sỹ Wallooc (cần xem lại tên chính xác).

Người Dịch: Hà Quang Minh

Tiến sỹ y học Walloc đã được đề cử giải Nobel vào năm 1991, hiện rất nổi tiếng tại Mỹ. Những điều bạn lĩnh hội được qua bài nói chuyện hôm nay của ông, có thể làm cho bạn thay đổi hoàn toàn quan niệm về nền y học hiện đại – và có thể nhờ vậy mà số phận của bạn và những người thân có được cơ may cải thiện một cách cơ bản!.

TP. HCM tháng 8 – 2000

**“Các tử thi không lừa dối được bác sĩ”**

KÍnh chào quý bạn! HÔm nay tôi rất hân hạnh được gặp gỡ cùng quý bạn!

Tôi lớn lên trong một trang trại thuộc Miền Tây Công quốc Saint-Louis. Vào thập niên 50, gia đình chúng tôi bắt đầu sự nghiệp từ nghề nuôi bò thịt. Nếu các bạn đã từng quen biết với nghề chăn nuôi gia súc, chắc các bạn đều biết rằng, con đường duy nhất để tim được ra tiền trong ngành nông nhiệp , là phải tự mình trồng trọt lấy thực ăn để tự nuôi chúng. Chúng tôi nghiền thức ăn bằng cối xay, rồi cho vào đó nhiều vitamine và khoáng chất. Cách thức chuẩn bị thức ăn của chúng tôi cho bò như vậy đầy. Sáu tháng sau, có thể mang chúng ra chợ bán. Trước đó, chúng tôi tiến hành chọn lọc, dành những con bò tốt nhất để lại cho mình. Nhờ vậy, các bạn hãy hinh dung xem cái gì đã xảy ra? Bữa ăn của chúng tôi không hề bổ sung thêm một loại vitamine hay khoáng chất nào vào khẩu phần cả, mà gia đình chúng tôi vẫn sống mạnh khoẻ, tất cả đều trẻ trung, ai cũng cảm thấy minh có thể sống được đến vài trăm tuổi. Bản thân tôi lúc đó rất ngạc nhiên khi so sánh với khẩu phần ăn có vitamine và khoáng chất của bò. Một hôm, tôi hỏi cha tôi: “Cha à! Vì sao cha không cho thêm vitamine và khoáng chất vào khẩu phần ăn của chúng ta như đối với những con bò vậy?”

“Hãy im lặng, con nghe đây, có gì đâu, nếu hằng ngày con đều ăn những thức ăn tuôi và uống sữa trong trang trại của chúng ta, thì việc bổ sung chúng là không cần thiết. Cha tin con hiểu được điều đó.”

Đương nhiên, tôi không muốn quay61y rầy ông thêm, và từ đó về sau, tôi cũng không bỏ một bữa ăn trưa, ăn tối nào nữa.

Sau đó, tôi vào học ở trường đại học Nông nghiệp. Tốt nhiệp, tôi trờ thành chuyên gia chăn nuôi, trồng trọt và thổ nhưỡng. Thời gian sau, tôi đi Châu Phi trong 2 năm. Ở đây, tôi có dịp thực hiện những ước mơ thời trẻ của mình. Tôi được làm việc với Maur Parkinson. Có lẽ nhiều người trong các bạn còn nhớ đến ông qua các sách viết của ông, đó là một nhà khoa học vĩ đại!.

Qua hai năm làm việc ở đấy, tôi nhận được điện mời về làm việc tại sở thú Sain-Louis. Viện chăm sóc sức khoẻ quốc gia trích cho sở thú một số tiền vay 78 triệu đô la, và họ cần có báy sĩ thú y để chuyên giải phẫu cho những con vật bị chết tự nhiên. Tôi đồng ý chuyển sang đó công tác. Tất nhiên, nhiệm vụ của tôi không chỉ làm riêng cho sở thú này, mà còn làm choàng cho các sở thú khác nữa, như sở thú: Brookword, Chicago, Newyork, vv… Nhiệm vũ của tôi không chỉ giải phẫu những con vật chết tự nhiên mà còn tìm hiểu nghiên cứu các đặc điểm về sự ảnh hưởng của môi trường ô nhiêm ảnh hưởng đến ch1ng, vì vào những năm đầu thập niên 60, hầu như người ta không để ý gì về vấn đề sinh thái và những thảm hoạ do chúng gây ra. Thế là, tôi tuần tự tiến hành 17 ngàn ca phẫu thuật trên con người và động vật chết tự nhiên, nhằm nghiên cứu các nguyên nhân. Qua thời gian làm việc đó, tôi đi đến kết luận như sau: “Cái chết của con người và động vật nói trên là do nguyên ngân thiếu dinh dưỡng (Déficit Nutritif)!”.

Các kết quả phân tích hoá, sinh học với những số liệu chính xác cũng đã chứng minh rằng cái chết tự nhiên xảy đến là do dinh dưỡng không đúng cách. Do vậy, không có gì ngạc nhiên khi tôi đưa các bạn trở lại câu chuyện về những con bò.

Tôi đã viết 75 bài báo và công trình khoa học, hợp tác với một số tác giả để viết 8 quyển sách giáo khoa và một số quyển do tôi tự soạn lấy. Người ta bán quyển sách của tôi cho các sinh viên trường Y với giá 140 USD. Tôi đã viết trong 1.7000 tờ báo và tạp chí, đồng thời phát biểu cả trên vô tuyến truyền hình.

Nhưng khổ nỗi, vào thập niên 60, các công trình khoa học về dinh dưỡng ít được công chúng lưu ý tới. Không biết phải làm gì bây giờ, tôi đành phải đi học lại, và sau đó trở thành bác sỹ y khoa. Nhờ vậy, tôi có dịp vận dụng tất c3 những điều hiểu biết về dinh dưỡng mà tôi có được từ hồi còn học ở trường thú y. Cho nên, không có gì lạ vì sao tôi nghiên cứu thành công đề tài này.

Tôi sống 15 năm ở Tormoond, bang Arigon, làm công việc bình thường của một thầy thuốc lâm sàng. Và hôm nay, tôi muốn chia sẻ cùng các bạn nhữnj điều hiểu biết, những kết luận thu được trong vòng 10 đến 12 năm đó. Nếu từ đây các bạn chỉ rút ra 10% những điều tôi nói, các bạn sẽ tránh cho mình được rất nhiều bất hạnh, khổ đau, tốn kém tiền bạc và có thể kéo dài cuộc sống của mình trong nhiều năm.

Sở dĩ người ta không sống được lâu theo tiềm năng sẵn có của họ là vì bản thân họ thiếu cố gắng cần thiết đấy thôi.

**Bây giờ tôi xin phép nói với các bạn về vấn đề chính:**

“Tiềm năng di truyền của đời sống con người là từ 120 đến 140 tuổi”!

Hiện nay, người ta mới chỉ tính được 5 dân tộc, mà các người tiêu biểu của họ sống được đến 120 – 140 tuổi tại Phương Đông. Tây Tạng và Miền Tây Trung hoa. Những ngjười này do Jeams Hilton ghi nhân vào năm 1964, khi ông viết quyền “Viễn cảnh bị che khuất”. Theo quyển sác này, người sống lâu nhất là lương y Lý, người Trung hoa sinh ra ở Tây Tạng. Khi được tròn 150 tuổi, ông nhận được bằng danh dự ở triều đình Trung Quốc, người ta đã xác nhận ông sống được 150 tuổi và sinh vào năm 1667. Lúc ông tròn 200 tuổi lại nhận được bằng thứ hai. Theo các tư liệu xác minh, ông đã sống 256 tuổi. Vào năm 1993 người ta đăng tải tin ông mất, trên tờ Yorktime, Londontimes. Trong các số báo này, người ta cũng xác nhận các số liệu nói trên. Có thể, ông chỉe sống đến 200 tuổi chứ không phải 256 tuổi như các báo đưa tin.

Tại Arménia, Apkhadia, Adecbaidan có những người sống từ 120 đến 140 tuổi.

Năm 1973, tạp chí National Geographie số ra tháng giêng, đã đăng bài đặc biết nói về những người sống đến 100 tuổi và cao hơn nữa. Tờ tạp chí này đã cung cấp những tư liệu có minh hoạ một cách rõ ràng. Tôi còn nhớ được 3 trong rất nhiều tấm ảnh lúc đó. Tấm thứ nhật chụp một bà cụ sống đến 136 tuôi đang ngồi trên một chiếc ghế bành, hút xì gà Cuba, uống rược Vodka và tham gia vào buổi liên hoan tối của gia đình. Bà rất vui vẻ, không phải nằm trong nhà dưỡng lão, ở đấy, phải trả đến 2000 usd cho mỗi người già. Bà cụ đã sống cho đến 136 tuổi mới qua đời.

Trong ảnh thứ hai có một cặp vợ chồng làm lễ kỷ niệm lần thứ 1000 và 115 ngày kết hôn của họ.

Ảnh thứ ba, mộg người đang ông đang hái chè trên dãy núi ở Armménia, đang nghe một chiếc máy thu thanh nhỏ. Theo con ông nói lại thì, tính theo ngày sinh ông đã được 167 tuổi. Đó là người lớn tuổi nhất thế giới lúc bấy giờ.

Tại Tây bacầu, cũng có những người Indian Volcoband, những người Equador, sống trên dãy núi Andes, thuộc Tây nam Peru, cũng như bộ lạc người Titi-Caca và Machu-Picchu nổi tiếng sống lâu. Những người tiêu biểu của họ sống trên 120 tuổi.

Bà Margaret Pich, người Mỹ thuộc bang Virginia, là người đàn bà Mỹ già nhất được ghi vào sách kỷ lục Guiness. Bà mất lúc 115 tuổi do bệnh suy dinh dưỡng. Chính xác hơn bà chết sau những diễn biến phức tạp của lần bị ngã gục. Thật ra, vì chứng loãng xương do thiếu Calci trong cơ thể, chứ không hoàn toàn không mắc phải các chứng tim mạch, ung thư hay đái đường gì cả. Bà chết sau khi bị ngã 3 tuần lễ. Điều thú vị là chính con gái bà nói rằng bà thiếu Colci. Trước khi chết, bà Margaret rất thèm ăn đường. Rõ rằng đó là hiện tượng đau Khớp Nối (tiếng Nga là Paika; tiếng Pháp: Soudure). Chúng ta sẽ trở lại vấn đề này sau.

Thông thường, khi chúng ta rất thèm Chocolate hoặc thèm ngọt thì chính là ta đã thiếu Cr và Vanadium (v) trong cơ thể.

Nigéria tù trưởng bộ lạc Baue chết vào tuổi 126. Tại Tang lễ, một trong các bà vợ của ông cho biết rằng, lúc ông chết, răng vẫn còn đủ cả. Điều đó chứng minh các cơ quan khác của ông hoạt động rất tốt.

Một người đàn ông tại Syrie chết vào tháng 7/1993 thọ 133 tuổi, ông ta được đưa vào sách kỷ lục, không phải vì ông sống đến 133 tuổi, nhiều người cũng sống được đến tuổi đó, và cũng không phải vì ông ấy lay61 vợ lần thứ tư vào lúc ông 80 tuổi, mà vì từ lúc cưới vợ lần này, ông có được 9 người con. Nếu ta nhẩm tính, cứ 1 năm 9 tháng có một người con ra đời, muốn có được 9 đứa, phải cần 20 năm sau người con út mới ra đời, tức là lúc đó ông đang ở độ tuổi 100, nhờ vậy mà ông mới được đưa vào sách Guiness.

Vậy là, chúng ta có quyền lạc quan lắm chú phải không các bạn?

**Còn bây giờ tôi xin nói về mặt khoa học**

Tháng 01/1993 tại Arizone có tiến hành một thí nghiệm rất thú vị. Người ta cho ba cặp thanh niên nam nữ cách ly hoàn toàn với xã hội trong vòng ba năm. Ở đây họ tự trồng trọt, chăn nuôi và ăn những thức ăn sạch, có lợi cho sức khoẻ, thở không khí trong lành và uống nước không bị ô nhiễm. Sau khi rời khỏi đây, họ được các thầy thuốc khoa lão hoá của viện Khoa Học California thuộc bang Los – Angesles khám nghiệm và nghiên cứu. Tất cả mọi số liệu phân tích về máu, các thông số quan trọng về hoặt đông của cơ thể đều được đưa vào máy vi tinh để phân tích. Dự báo của máy vi tính như sau: Nếu họ tiếp tực sinh hoạt trong điều kiện như vậy họ sẽ sống được 120 đến 140 tuổi là hoàn toàn có khả năng.

Tuổi thọ trung bình của nhân dân Mỹ theo thống kê là 75.5 nhưng trớ trêu thay, tuổi thọ trung bình của các vị y sư, bác sỹ chỉ có 58!

Vậy, nếu bạn muốn tham gia vào cuộc sống trên 20 năm nữa, thì tôi khuyên các bạn trớ nênthi vào ngành Y (Tiếng cười).

Có hai vấn đề cơ bản mà chúng ta cần làm để được xếp vào hàng ngũ những người có tuổi thọ cao. Nếu các bạn muốn sống từ 100 đến 140 tuổi, thì chớ quên những điều quan trọng nhất là:

Trước hết, cần phải tránh xa những nơi nguy hiểm, chớ phiêu lưu đi lên các bãi mình, hãy tránh xa nơi vớ vẩn và vô nguyên tác với những hiểm nguy. Đương nhiên, nếu bạn chơi trò roulette của Nga, hút thuốc, uống rượu, chạy bô long nhong giữa xa lộ, đường cao tốc vào giờ cao điểm, thì cách gì bạn sống nổi đến 120 tuổi được!. Điều đó nói ra có vẻ kỳ cục thật, nhưng thực tế vẫn xảy ra, hàng ngàn người vẫn chết vì những chuyện ngu ngốc như vậy đấy! Và tôi mong rằng các bạn nên nghĩ kỹ về điều này. Nói cách khác, nếu các bạn có thể phòng ngừa, đặc biệt không cần phải trị bệnh, các bạn nên tận dụng khả năng sau đây:

Bổ sung vào thức ăn 90 chất, trong đó 60 chất khoáng, 16 vitamin, acide anmine đạm và 3 acide amine béo. Nếu không làm như vậy, bạn sẽ bị các chứng bệnh liên quan đến thiếu dinh dưỡng tấn công ngay! Hiện nay, người ta thường viết về các vấn đề này trên báo chí, phát biểu trên vô tuyến truyền hình và đài phát thanh. Công chúng hiểu được nó, vì nói chung người ta đang lo lắng cho sức khoẻ, cho tuổi thọ và quan tâm đến chất bổ sung vào thức ăn hàng ngày. Các thầy thuốc cũng thường đề cập với các bạn về đề tài ấy, nhưng không phải vì nghề nghiệp của họ bắt buộc họ phải làm như vậy, và họ cũng không năn nỉ báo chí, đài truyền hình làm điều đó, mà vì loại thông tin này hiện rất đang ăn khách, làm cho các báo bán chạy hơn nên ho đua nhau đăng.

Bài báo tâm đắc nhất của tôi đã đăng trong tạp chí Times ngày 6/4/1992. Nếu các bạn chưa đọc, tôi thành thật khuyên các bạn tìm nó ở bất cứ trường học nào, hoặc các thư viện cũng được. Hay sao ra và dán nó ở cửa cái, nhà tắm hoặc trên các máy lạnh gì đó…

Đó là bài báo bao gồm nhiều vấn đề nhất, trong đó có nói tới các vitamine chiến thắng được bệnh ung thư, tim mạch và tác dụng chống lão hoá. Trong 6 trang đề cập đến những lời khuyên của bài báo này, chỉ có một ý kiến ngược lại, khi tôi hỏi một vị bác sĩ: “Ông nghĩ gì về các vitamine và khoáng chất với tư cách là những chất bổ sung vào thức ăn của chúng ta?” Vị bác sĩ được chất vấn đã trả lời như thế này: “Sự hấp thu các vitamine không mang lại lợi ích gì cả!” đó là câu trả lời của Bác sĩ Victor Hubin, giáo sư y học của trường y Newyork Mausinai…” Tất cả các chất vitamine với tư cách là chất bổ sung vào thức ăn chỉ làm có mỗi việc: Biến nước giải của chúng ta thành cái thứ đắt giá hơn mà thôi!”. Nếu dịch lời lẽ ấy ra cho dễ hiểu thì có nghĩa là thế này, rằng chúng ta sẽ “đái ra đô la”, chúng ta làm cái việc vô bổ! nhưng chính ông không chịu nói toẹt ra như vậy đấy thôi! Và, nếu điều đó được đăng lên, có nghĩa là trong đó có vấn đề.

Về việc này, tôi xin phép thưa với các ban như sau: Qua 17.500 ca phẫu thuật, trong đó có 14.501 ca đặc biệt cho động vật đủ loại trên thế giới và 3.000 ca cho con người, tôi có kinh nghiệm, từ đó rút ra được kết luận rằng, nếu nói theo kiểu của vị bác sĩ kia, có nghĩa là:

CHỚ NÊN ĐẦU TƯ VÀO NHỮNG VITAMINE VÀ KHOÁNG CHẤT CHO MÌNH NỮA MÀ HÃY ĐẦU TƯ ĐỂ LÀM GIÀU CHO CÁC VỊ THẦY THUỐC.

Tôi khẳng định một cách chắc chắn rằng, chính chúng ta đang tạo điều kiện để làm giàu cho các thầy thuốc!.

Từ 1776 cho đến cuối đệ nhị thế chiến, Hoa Kỳ đã chi ra khoảng 8 triệu đô la cho nghiên cứu khoa học y học và cho y tế. Nhưng giờ đây, riêng về y tế, Mỹ phải chi 1.2 ngàn tỉ đô la trong một năm, nhưng vẫn còn thiếu. Có phải chăng mọi người chúng ta đều muốn y tế được miễn phí?

Tôi có thể nói với bạn rằng, nếu chúng ta áp dụng hệ thống y tế cho con người vào ngành nông nghiệp với số phí tổn như thế, thì món thịt băm mà các bạn dùng hàng ngày sẽ có giá 550usd/kg. Còn ngược lại, nếu ta áp dụng hệ thống chi phí y tế nông nghiệp mà ta vận dụng trong chăn nuôi vào con người, thì phí tổn cho một gia đình 5 nhân khẩu, sẽ chỉ phải tốn 10usd/tháng. Vậy ta chọn cho mình phương án nào?

Tôi nghĩ rằng do chúng ta tạo điều kiện để các thầy thuốc làm giàu nhờ những phí tổn ta phải gánh chịu, công với số tiền cấp của nhà nước thì về phía họ, họ cũng phải có trách nhiệm với chúng ta một phần mới phải, tức họ phải có trách nhiệm cung cấp cho chúng ta những thông tin mới nhất về những thành tựu y học. Nhưng có mấy ai đang ngồi trong hội trường này đã nhận được những thông tin như vậy từ các bác sỹ tư của mình chư? Điều đó có phải là cái gì đó rất kỳ cục không?

Nhưng ở tôi, tôi có một lượng thông tin lớn mà các bạn có thể nhận được và tôi muốn được chia sẻ cùng các bạn:

1. **Bệnh loét dạ dày: (lở bao tử)**

Trong số các bạn chắc có người đã từng nghe trước đây người ta cho nguyên nhân của bệnh loét dạ dày là do stress mà ra. Nhưng 50 năm trước, ngành thú y chúng tôi đã hiểu được rằng, chứng loét dạ dày ở heo là do vi khuẩn. Đương nhiên, không phải vì thế mà chúng tôi áp dụng phương pháp phẩu thuật dạ dày heo để điều trị cho chúng. Vì như vậy sẽ rất tốn kém và sau đo, nếu bán được con heo đó, giá bán sẽ lên đến 550 USD/kg thịt heo băm.

Chúng tôi biết một thứ khoáng chất, được gọi là BIZMAR, dùng nó, vẫn trị được cho heo chứng bệnh này, không cần đến một can thiệp phẫu thuật nào cả. Chúng tôi đã làm như vậy và chỉ tốn phí tổn khoảng 5USD cho một đầu heo.

Cách điều trị đơn giản chỉ bằng khoáng chất BIZMAR, và khoáng chất khác, cộng với Tétracyline. Thế mà mãi đến năm 1994, vào tháng 2 có trường đại học quốc gia mới công bố rằng, bênh loét dạ dày là do vi khuẩn chứ không phải do stress gây ra và có thể trị được. Phải chăng các nhà nghiên cứu y học thường hay nói: Hãy chỉ cho công chúng biết những thành tựu y học nào có khả năng mang đến lợi nhuận cho họ? Giờ đây, các viện và trường đại học, chính họ sử dụng từ: TRỊ ĐƯỢC mà không có chút đắn đo nào. Họ chính thức nói: Bệnh loét dạ dày có thể trị khỏi bằng phương pháp kết hợp các chất khoáng, Bizmar và Tétracylin!

Nếu ai chưa biết Bizmar là gì, xin cứ ghé vào cửa hàng thực phẩm hoặc bất cứ hiệu thuốc nào đó để hỏi mua nó với giá 2USD một lọ thuốc màu hồng hồng, có tên là PEPTOBIZMA.

Cứ đem vậy đem về dùng, có thể trị được loét dạ dạy. Và một lần nữa các bạn lại phải chọn: Trị khỏi bệnh với giá 5USD hay đưa cổ cho người ta “chém”!

1. **Bệnh Ung thư:**

Một căn bệnh rất đáng sợ, là nguyên nhân chết được xếp vào hàng thứ hai của người Mỹ.

Tháng giêng, năm 1993, tại viện ung thư học Boston, thuộc trường Y, sau khi theo dõi những người mắc chứng ung thư, đã công nhận về việc cung cấp chế độ ăn để phòng bệnh này. Các kết luận dự trên công trình nghiên cứu được tiến hành ở Trung Quốc, tại tỉnh Hà Nam. Tỉnh này được chọn để tiến hành các cuộc nghiên cứu, vì người ta ghi nhận ở đó số người mắc chứng ung thư có tỷ lệ cao nhất.

Người ta nghiên cứu 29.000 người trong vòng 5 năm. Những bệnh nhân được cấp lượng vitamine và khoáng chất vượt gấp 2 lần liều lượng so với người Mỹ thường dùng. Chẳng hạn, liều dùng vitamin đói với người Mỹ là 60mg/ngày, thì người bị chứng ung thư ở đấy được dùng đến 120mg. Ông ALAIN PAUL, người nhận 2 giải Nobel nói rằng: Nếu bạn muốn ngừa được chứng ung thư, bạn phải dùng đến 10.000 mg/ngày.

Thế là các vị thầy thuốc kiếm ăn bằng nghề nghiệp của mình lại nổ ra một cuộc tranh luận với ông ấy. Nhưng những người đang cãi vã đó thì hiện nay đang vui vẻ ngự trên “Thiên đàng” rồi, còn Alain – Paul vẫn sống trên mặt đất và vẫn còn khoẻ mạnh. Năm nay ông đã 94 tuổi, làm việc 14 giờ trong ngày, 7 ngày trong tuần, đang sống trong một trại chăn nuôi (rainch), tại bang California và giảng dạy cho trường đại học California ở San – Francisco. Vậy, các bạn hãy chọn đi! Hoặc là phải nghe theo lời giáo huấn của các bác sĩ đáng kính đang ngồi chễm chệ trên “Thiên đàng”, hoặc là theo lời khuyên của tiến sĩ Paul?

Thế là, rất hoàn toàn tự nhiên và vô hại khi ta sử dụng gấp đôi liều Vitamine A và C so với tiêu chuẩn lâu nay quy định.

Không kém phần quan trọng khi dùng kẽm (Zn), Riboflavine (Vitamine B2), Molipden vv… Nhưng có một nhóm đặc biệt đó là bộ ba: Vitamine E, Béta – Carontẻne và Selenium (Se). Ba hợp chất này cần dùng với liều gấp đôi hàng ngày. Nếu làm được như vậy mà đạt được 50% lợi ích, cũng đã tốt lắm rồi!

Trong số những người bệnh được sử dụng Vitamine E, Béta-Carotẻne, Selenium trong vòng 5 năm thì trường hợp tử vong của những người mắc chứng bệnh nan y đã giảm 10%. Còn đối với bệnh ung thư hết thuốc chữa thì bộ ba này cứu thoát được 13%.

Tại Hà Nam, cứ 100 người tình nguyện được chữa bằng phương pháp này, đã thoát chết được 21 người.

Những thông tin như vậy, lẽ ra các thầy thuốc phải thông báo lại cho các bạn, đằng này họ lại cứ điềm nhiên toạ thị, tôi cảm thấy nực cười!.

1. **Bệnh viêm khớp:** (ARTHIRITE)

Từ tháng 09/1993, trường đại học Harvard và bệnh viện Boston đã bắt đầu dùng chất Protéine của gà để trị bệnh viêm khớp cho người. Những bệnh nhân này được chọn khi chữa bằng các loại thuốc khác không mang lại kết quả. Họ đã từng được trị bằng phương pháp tiem Aspirine, Mésotricide, Predeniselon, Cortizon và các lý liệu khác. Duy còn một điều là họ chưa dùng đến sự can thiệp phẫu thuận nữa thôi, để thay thế các khớp xương. Lúc đó tôi nói với các thầy rằng: “Các thầy nghe đây! Những bệnh nhân này đã từng khổ sở vì chứng bệnh ấy lâu rồi, nếu họ tình nguyện ráng chịu khổ thêm 90 ngày nữa, tức 3 tháng, tôi sẽ tiến hành một cuộc thí nghiệm nhỏ”.

Lúc đó 29 người tình nguyện, 29 người này y học không còn khả năng chữa chạy được nữa và tiến triển của bệnh không còn khả quan hơn.

Tôi trị cho họ như sau: Mỗi sáng, cho họ dùng một muỗng café bộ sụn gà được nghiền nát, mịn hoà với nước cam. Tất cả những bệnh nhân này được trường Y ở Harvard theo dõi. Và, sau 10 ngày, triệu trứng viêm và cảm giác đau biến mất. Sau 30 ngày, họ đã tự cho phép mình đi lại, làm được một cái gì đó rồi. Sau 3 tháng, các chức năng của khớp xương đã hoàn toàn bình phục.

Bây giờ, tôi xin kể thêm các bạn một chuyện có vẻ khôi hài đấy! Chuyện nực cười này dính đến một vị bác sĩ mà tôi đã có dịp nói ở trên Ông làm việc tại trường Y Harvard. Ông ta tuyên bố rằng, sụn gà chính là một vị thuốc!, vì lẽ, nếu một cái gì đó giúp ta trị được bệnh thì đích thị cái đó có thể gọi là thuốc, và có thể đem kê đơn bán được. Thế là cái đầu tính toán của ông bắng đầu cuống cà kê lên, bấm tay vào máy tính: … 300 USD một viên con nhộng, tất cả 25 bệnh nhân sẽ là … vv.. thật ra, ta có thể đi ra hiệu thuốc nào đó để mua NOXYJELON là đủ, với giá rất rẻ! Các bạn biết rõ loại thuốc này. Nó được dùng để làm cho móng tay, móng chân và tóc không bị gãy. Hợp phần cơ bản của nó là trộn vào các dây gân của bò. Đó là chất cũng cố xương và sụn của các bạn. Nếu ta dùng nó với liều lượng 0.5 muỗng café/ngày, hoà cùng nước cam, theo tỉ lệ cứ một aoxơ (ounce)/100 pound trọng lượng cơ thể, kết hợp với các chất khoáng dạng keo. Lần sau, khi tôi đến hội trường đây, các bạn nhất định phải nhảy lên đây ôm và hôn tôi tới tấp cho mà xem, nếu các bạn có nhớ đến vụ chữa viêm khớp này.

1. **Bệnh Alzheimer:**

Hồi trước có ai trong các bạn có nghe người ta nói tới chứng bệnh Alzheimer chưa (còn còn là bệnh D’)? nay chắc mọi người đều đã biết rôi. Khi còn trẻ, lúc đó chứng Alzheimer chưa xuất hiện.

Ngày nay nó đã trở thành một chứng bệnh trong các bệnh phổ biến. Cứ một trong 2 người đến tuổi 70 thì bị chứng bệnh này. Con số như vậy kể cũng đáng sợ thật! còn trước đây, chứng bệnh ấy đã có trong gia súc rồi. Các bạn thử hình dung xem các trại chủ sẽ tổn thất như thế nào, nếu con heo nái đang nuôi mà không nhớ được vì sao nó đi đến máng ăn, và đến đó để làm gì? Do đó 50 năm về trước ở nơi này đã được các trại chăn nuôi giải quyết. Từ lúc đó, chúng tôi đã biết dùng Vitamine E liều cao để khắc phục nó.

Lẽ ra các bạn phải nhận được thông báo của các bác sĩ tư của mình từ tháng 7/1992 rồi mới đúng, vì viện nghiên cứu khoa học California, San-Diago, năm 1992 đã công bố rằng Vitamine E có tác dụng làm chậm lại quá trình mất trí nhớ do bệnh Alzheimer gây ra. Cả vấn đề này nữa, họ cũng đã lạc hậu so với ngành thú y gần 50 năm!. Nghe như vậy, có thể có bạn nào đó khi bị bệnh sẽ muốn đi đến bác sĩ thú y để chữa cho ăn chắc chăng? (cười)

1. **Bệnh sỏi thận:**

Trong số các bạn ngồi đây đã có bạn nào từng khổ sở vì bệnh sỏi thận chưa? Vâng tôi đã thấy một số cánh tay đang giơ lên rồi đấy! OK!

Khi các bạn mắc phải chứng này bác sĩ thường xuyên khuyên các bạn hãy đề phòng đừng bao giờ dùng những chất dinh dưỡng có thành phần Calci, đừng dùng những chế phẩm bất kỳ nào từ sữa có Calci, cũng như bất cứ thực phẩm nào có nó trong đó. Các ông ấy nói rằng Calci nếu đưa vào sẽ xuất hiện trong thận và tạo ra sỏi!

Thật ra thì Calci trong thận xuất hiện là xuất phát từ bản thân xương của chúng ta. Khi cơ thể của bán thiếu Calci xương không đặc, đễ tạo ra sỏi trong thận. Hàng ngàn năm trước, con người đã biết cách ngừa bệnh sỏi thận, mặt cho gia súc rồi. người ta cho nghiều Calci hơn vào khẩu phần ăn của chung, người ta cộng thêm Mg và Bo.

Những con bò đực, cừu và các loại gia súc cho sữa, khi chúng bị chứng bệnh này, lúc giải phẫu mới biết chúng chết vì thiếu Calci. Chúng ta mà mắc phải bệnh này đôi lúc cũng muốn chết quách cho rảnh nợ!

Chúng tôi biết cách phòng ngừa chúng. Lẽ ra các bạn cũng phải được các bác sĩ của mình cho biết từ năm 1993 mới đúng. Họ phải nói để các bạn biết rằng, Calci có tác dụng làm giảm nguy cơ bị sỏi thận. Người ta đã nghiên cứu gần 40.000 bệnh nhân, được chia thành 5 loại nhóm. Nhóm nhận được số lượng Calci nhiều hơn thì không có người nào mắc phải bệnh sỏi thận cả. Các bạn nên nhớ, như tôi đã nói với các bạn rằng, tuổi thọ trung bình của ác bác sĩ, theo thống kê chỉ có 58 tuổi, còn chúng ta thì đến những 75.5 tuổi. Hoá ra, các nhà chuyên môn, những người đang dạy cho chúng ta rằng, chúng ta không được dùng nhiều muối, caféine, không nên ăn kém sữa mà nên ăn margarine và không được làm những chuyện ngu ngốc đến như vậy.. Thì các bậc đó trung bình chỉ sống được đến 58 tuổi, trong khi đó những người có tuổi thọ từ 120 đến 140 lại cứ thản nhiên cho muối vào tách trà, uống nó đến 40 tách trong ngày, tức là dùng đến 40 cục muối trong một ngày, chế biến kem sữa với dầu oliu, mà vẫn sống đến 120 tuổi. Vậy thì các bạn tin vào ai? Tin vào những người sống đến 120 tuổi hay tin vào những người chết trong độ tuổi 58? Các bạn hãy chọn lấy!

Chí ít, tôi cũng kính trọng một số người trong họ. Trong số đó, có bác sĩ Storward Cardred, 38 tuổi và là một bác sĩ gia đình. Ông nghiên cứu về những vấn đề của bệnh phình động mạch (Aneuvirisme), đó là chứng làm phình động mạch do cơ kém đản hồi.

Nhưng từ năm 1957, chúng tôi đã biết được nguyên nhân của chứng Aneuvrisme là do thiếu đồng (Désieit Cuivrique) trong cơ thể.

Lúc bấy giờ, chúng tôi đang nghiên cứu đồ án về vấn đề này. Chúng tôi theo dõi 200.000 con gà lôi (gà Tây). Chúng tôi cho chứng khẩu phần gồm 90 chất dinh dưỡng. 13 tuần lễ đầu tiên, tròn một nửa số gà đã chết vì chứng phình mạch. Chúng tôi bổ sung vào khẩu phần anh của chúng gấp đôi số lượng đồng, các chủ trại phát huy số gà lên đến 500.000 con, nhưng lúc đó không còn con gà lôi nào mắc chứng bệnh này nữa. Chúng tôi tiếp tục nghiên cứu trên chuột, mèo, chó heo… Cuối cùng đi đến kết luận: Nguyên nhân của bệnh phình động mạch chủ yếu là do thiếu đồng.

1. **Bệnh sớm bạc tóc: (già trước tuổi)**

Đây là dấu hiệu cho biết bạn đang bị thiếu Đồng trong cơ thể. Ngoài ra, da còn nhăn nheo, do cơ kém đàn hồi; xuất hiện các quầng dưới mắt, các đường nhăn trên mặt, làm bạn giống như một trái táo khô, da bắt đầu võng xuống; trên hai chi trên, ngực, bụng, cổ… Và lúc ấy bạn đi đến mỹ viện để mổ lấy ra các lớp thòng lọng này.

Gặp trường hợp đó, thực tế và an toàn hơn, bạn nên dùng khoáng chất dạng keo (minéaux colloidaux.)

Tôi xin giới thiệu với bạn một nhân vật nữa – Bác sĩ Martin Carter. Ông ấy chết vào lúc 57 tuổi, có bằng bác sĩ tại trường Y Harvard, học vị tiến sĩ y học ở Yelye. Khi mổ tử thi, người ta xác định ông chết do chứng bệnh phình động mạch chủ (aneuvrisme aortique) theo kết luận của bệnh viện thuốc đại học Rockerfeller. Tại sao ông ta chết? Do thiếu đồng! Ông ta cũng thuộc loại người có NƯỚC GIẢI RẺ TIỀN đấy!

Lại một ví dụ khác nữa. Đó là một luật sư nổi tiếng ở Detroit Elen Josys, bà ta chết lúc 44 tuổi. Bà có chân trong một câu lạc bộ thể thao nổi tiếng nhất. Các bạn biết đấy, ngày nay hầu như mọi phụ nữ đều muốn có được một bộ xuông rắn như thép, với chi phí rẻ nhất bà ta cũng chết vì chứng phình động mạch. Theo kết quả khám nghiệm tử thi cho thấy những triệu chứng của bà giống như bại liệt hoặc xuất huyết não. Đó cũng là chứng thiếu Đồng đặc trưng. Và, bà cũng thuộc loại người có NƯỚC GIẢI RẺ TIỀN.

Có ai trong các bạn đã từng nghe về một nhân vật có tên là Stuward Burker không nhỉ? Ông đã viết 5 quyển sách gây dư luận xôn xao về sức khoẻ, ăn kiêng, dinh dưỡng và đã nhận học vị cao học Y học của trường Y Tora. Đây là một trong những tác giả Y học giỏi nhất ở Boston. Sách của ông viết về chế độ ăn kiêng để làm giảm trọng lượng cơ thể, được viết vào lúc ông chưa tròn 20 tuổi. Tôi muốn các bạn theo dõi về môt tấm gương về ăn kiêng của vị này. Ông ta chết do chứng bệnh NHỒI MÁU CƠ TIM (cardiomuopathie). Nguyên nhân của chứng này là thiếu Selen.

Một số trại chủ chỉ đơn giản đi đến cửa hàng thức ăn gia súc và mua SELEN dưới dạng tiêm hoặc đóng viên cho gia súc của mình, nhằm ngăn ngừa chứng bệnh ấy. Bác sĩ Stuward Burker, tác giả của 5 quyển sách về dinh dưỡng lại chết vì bệnh thiếu SELEN trong thành phần dinh dưỡng của mình lúc mới có 44 tuổi, ông ấy cũng thuộc người có “NƯỚC GIẢI RẺ TIỀN” đấy thôi.

Các bạn hãy tin tưởng rằng, chúng ta có thể phòng ngừa được chứng NHỒI MÁU CƠ TIM với giá phí tổn 10 cent/ngày, và nếu các bạn không hiểu được điều đó thì quả là lạ đấy!

Tại sao ta lại không dùng SELEN với giá 10 cent/ngày để tự cứu lấy mình?

Nhiều người trong các bạn có lẽ biết đến bà này. Bà tên là hel Clard, chết vào tuổi 47 do chứng nhồi máu cơ tim, trong lúc bà ta là chuyên viên khoa điện tâm đồ ở Saint-Louis.

Chắc các bạn từng thấy thế nào về những con bò cái cho rất ít thành phần Calci trong sữa. Chúng thường lân la tới những nơi có đá, xương, kiên trì nhai những vật lạ, nhai cả những hòn cuội, những mẫu tấm lợp bằng xi măng. Đó là bệnh Panka

Người trại chủ có kinh nghiệm biết mình phải làm gì. Ông ta bổ sung vào khẩu phần ăn của bò sữa những khoáng chất, nếu không chúng sẽ lần lượt xơi tái tất cả vật liệu đang có trong chuồng bò của ông ta. Ở con người, hiện tượng này cũng thường xảy ra. Các chị phụ nữ có mang thường hay thèm thứ này thứ nọ. Có khi họ thèm những cái Trời mới hình dung nổi, chẳng hạn như dưa chuột muối quết với kem sữa vv… Có gì đâu, vì cái thai đang phát triển, lấy đi của cơ thể thai phụ những khoáng chất cần thiết của nó.

Xin khuyên các bạn một chút. Hãy theo dõi xem tay và mặt của mình. Nếu phát hiện thấy những đốm đỏ, đó là dấu hiệu báo trước rằng các bạn đang thiếu SELEN đấy. Cần uống nó dưới dạng keo trong vòng 6 tháng, mọi vết đỏ sẽ biến mất hết. Sau nửa năm lại phải trị một lần nữa. Vì có thể những vết đỏ đó chỉ mất ngoài da, nhưng lại tạo ra trong các cơ quan nội tạng, như ở não, tim, gan, thận.

1. **Một số khoáng chất ảnh hưỡng đến cơ thể:**

***Chrome và Vanadium:*** trong các bạn ngồi đây bạn nào bị lượng đường trong máu thấp? Vâng, khoảng 10%! Chắc các bạn thường thấy trẻ con rất háu ăn đường. Chúng đang thiếu Chrome và Vanadium đấy. Thiếu Cr và V, lượng đường trong máu sẽ thấp, đó là hiện tượng của bệnh tiểu đường (Diabète).

***Thiếu Thiếc (Sn)*** thì sao? Hiện tượng phổ biến là *hói đầu*. tôi thấy nhiều người trong hội trường này đang thiếu thiếc đấy. Nếu không kịp thời chữa chạy các bạn sẽ bị *điếu* cho mà xem.

**Còn thiếu Bore (Bore)?** Các Bà cần thiết và coi trọng Bo. Nó giúp ta giữ được Calci trong xương để ngừa bệnh loãng xương (Ostéoropose). Bo còn giúp sản xuất Oestrogène cho nữ, còn đối với đàn ông, Bo giúp sản ra testogérone. Phữ thiếu Bor phải chịu nhiều phiền toái trong thời kỳ mãn kinh (monopause), thanh niên thiếu nó seẽ bị điếc, có hiểm hoạ bị liệt dương sớm (impotension).

***Thiếu Kẽm (Zn)*** Dấu hiệu đầu tiên chothấy ai đó thiếu kẽm là: ăn không biết ngon. Điều đó sẽ đưa đến suy dinh dưỡng.

Trong thí nghiệm đối với các con vật nghiệm cho thấy, có khoảng 7 chất khoáng làm kéo dài tuổi thọ của chúng lên gấp đôi. Còn người ta, tôi xin nhắc lại ở đây:

Cần 90 thành phần dinh dưỡng, trong đó: 60 chất khoáng, 16 Vitamine, 12 acide amine đạm, acide amine béo.

May cho chúng ta là các loại thảo mộc đã có sẵn những acide amine, Vitamine và acide béo tối cần thiết cho cơ thể. Vậy là tốt quá rồi. Chỉ cần dùng 12 đến 20 hợp phần có sẵn trong thảo mộc hàng ngày, được kết hợp một các đúng đắn, sao cho có thể nhận được 90 thành phần cần thiết.

Đứng về mặt lý thuyết mà nói, điều đó có thể đạt được trong tầm tay. Nhưng đa số người Mỹ không làm như vậy. Họ cho rằng, cứ ăn một ít khoai tây nấu nhừ là đã đạt được những tiêu chuẩn sử dụng rau quả rồi!

**Cần hiểu vấn đề này một cách đúng đắn!**

Tuy về mặt lý thuyết là có thể đạt được đấy, nhưng thực tế, ít ai nhận được số lượng Vitamine, Acide amine, acide béo. Như vậy trong khẩu phần ăn của mình. Vì vậy, tôi khuyên các bạn, nếu muốn giữ mạng sống của mình cần phải bổ sung đầy đủ số lượng nói trên. Ngược lại, các bạn không bao giờ sống đến 120 và 140 tuổi đâu!

Mặt khác về mặt khoáng chất, hiện nay vấn đề này cũng trở thành câu chuyện bi thảm đây! Ngày nay, tuyệt đại bộ phận rau quả chúng ta đang dăn không có chứa một dạng khoáng chất nào tối cần thiết cho cơ thể cả. Vì sao vậy? Vì trong đất trồng trọt, các chất khoáng đã bị khai thác hoặc bị sói mòn đến cạn kiệt. Thế thì rau quả lấy đâu ra khoáng chất để cung cấp cho chúng ta? Tôi chuẩn bị sẵn có cho các bạn một bản photocopy, tài liệu của Thượng viện Hoa kỳ, 2.64- trong khoá 2, đại hội lần thứ 74. Trong đó có nói rằng hàm lượng vitamine, chất koháng trong các trang trại của ta đã biến mất, mùa màng, ngũ cốc, hạ, rau quả đều kém chất lượng do chúng không chứa khoáng chất nữa. Những người dùng thường xuy6en các loại hoa màu ấy sẽ bị các chứng bệnh liên quan đến việc thiếu các khoáng chất.

Biện pháp duy nhất còn lại là phải bổ sung chất khoáng vào thức ăn hàng ngày nhằm phòng ngừa và điều trị các chứng bệnh nói trên (Biên bản Đại hội Toàn quốc Hoa kỳ ghi rõ như vậy đấy!). Đó là biên bản ghi vào năm 1936.

Nhưng đến này tình hình có được cải thiện hơn không? Không! Rất tiếc, lại còn tệ hơn! Nguyên nhân: Các trại chủ chỉ bổ sung vào đất của họ Natri, Kali và Phosphore thôi. Ai có quyền bắt buộc họ phải bô sung vào đất trồng của trai trai mình đến 60 chất khoáng? Bởi lẽ, việc đó không dính dáng gì đến việc tăng sản cho mùa màng của họ cả. Cho nên cứ sau mỗi vụ thu hoạch thì đất càng mất đi một lượng chất khoáng. Nếu bắt họ phải bỏ thêm các khoáng vi lượng, giá thành sản phẩm sẽ lên cao, bán không chạy, tài khoản của họ bị thâm thụt, đưa họ đến phá sản mất!

Tình hình thực tế như vậy đấy, và tôi có thể nói trước với các bạn rằng,chúng ta đang đứng trên bờ vực thẳm của những tai hoạ. Cho nên, chúng ta phải gánh lấy trách nhiệm đối với sức khoẻ của chúng ta. Phải tự giác dùng các khoáng chất bổ sung.

Người ta thường hay hỏi tôi: “vậy chứ 1000 năm về trước, con người làm gì khi chưa có phân bón, ấy thế mà người ta vẫn sống lâu được? Ông nghĩ thế nào về những người Ai Cập, Trung Hoa, Ấn Độ?”

Vì các dân tộc đó sống quanh các dòng sông lớn, như sông Nil, sông Hằng, sông Hoàng Hà (Trung Quốc). Hầu như hằng năm các cánh đồng đều bị một lần ngập lụt. Mỗi lần như vậy, nước mang các chất khoáng trong các núi đến từ khoảng cách hàng vạn dặm. Và, người ta còn lạy trời mưa xuống cho ngập lụt, để sau đó các cánh đồng được bổ sung những tầng phù sa. Còn chúng ta thì sao? Chúng ta lạy trời cho đừng bị ngập lụt!, Vậy, hỏi bảo làm sao còn được khoáng chất nữa?

Bây giờ chúng tôi lấy ngay một ví dụ mà ai cũng biết, một chất khoáng rất phổ biến, đó là Calci.

**Thiếu CALCI: Nguyên nhân sinh ra 147 bệnh.**

**Bệnh béo mập: (Bilspolz)**

Đây không phải là bệnh bại liệt, chỉ đơn giản là liệt nhẹ thần kinh mặt (Liệt thần kinh số 7). Đó là bệnh do cơ thể thiếu Calci.

Bệnh loãng xương (Ostéoporose) – đây là loại bệnh đứng hàng thứ 10 trong số những bệnh có số lượng tử vong cao ở người lớn. Phí tổn để chữa bệnh này là rất tốn kém. Một ca mổ để thay khớp chậu đùi, hay cổ chậu phải trả 35000 USD, nêu chẳng may bị cả hai chậu, phải tốn hết 70.000USD. Vâng, nếu bạn có bảo hiểm thì cơ quan bảo hiểm sẽ trả cho bạn. Hồi nãy tôi có nói tới Bà Margaret ở bang Virginia, bà chết vào lúc 115 tuổi do thiếu Calci trong cơ thể sau một trận ngã.

Còn ở động vật theo như tôi được biết thì không hề xảy ra. Chẳng hạn, trong bầy bò cái của bạn năm nay không có một con bê nào để bán lấy tiền mặt, bù vào vốn lưu động, để tu sửa hàng rào vv… Bạn lo lắng về điều đó, và gọi điện thoại cho bác sỹ thú y để hỏi xem việc gì đã xảy ra, có cần phải chạy chữa cho chúng hay không? Bác sĩ thú y đến ông ta, khám các con bò cái và sẽ cho bạn biết rằng, vấn đề rắc rối này hoàn toàn không pải do các con bò cái gây ra. Sau đo ông ta khám đến con bò đực, rồi kết luận: Rõ, con bò đực bị bệnh loãng xương, khớp chậu của nó bị đau, nên không phủ các con bò cái được. Để ngừa bệnh này, người ta từ lâu đã có các con bò mới sinh ra với những khẩu phần chứa Calci với giá 10 cent/ngày, và các con bò con không bao giờ phải bị chứng loãng xương. Để ngừa bệnh đau răng và sưng nướu răng (viêm lợi), các nha sĩ thường khuyên chúng ta đánh răng sau khi ăn và dùng Fluor. Là một bác sĩ thú y, tôi đã từng tiếp xúc với hàng trăm ngàn động vật, bao gồm tư nhưng con chuột, thỏ, chó, cừu, heo, ngựa, sư tử, cọp… cho đến gấu, chúng không bao giờ bị viêm lợi, chúng cũng chẳng hề dùng Fluor bao giơ đôi khi chúng thở cũng có mùi hôi, nhưng lợi luôn khoẻ mạnh.

Trong ngành chăn nuôi, chúng tôi chưa gặp phải bệnh viêm lợi đối với súc vật, như thế có nghĩa là chúng không bị thiếu Calci. Đối vợi bệnh viêm khớp (Arthrite). Chắc các bạn còn nhớ khi nãy tôi có nói về tác dụng của sụn gà và các khoáng keo. 85% bệnh viêm khớp là do bệnh loãng các khớp xương cùng gây ra. Người ta phân biệt viêm khớp thường, viêm xương khớp (Ostéo-arthrite), chứng đau lưng (Lumbago), thấp khớp và tất cả các loại bệnh đó, đều là hậu quả của sự loãng các khớp xương cùng gây ra.

**Bệnh cao huyết áp: (Huypertension)**

Trước hết, bác sĩ khuyên bạn giảm thành phần muối trong khẩu phần ăn. Họ cứ nhồi nhét vào đầu chúng ta điều đó. Nhưng ta hãy nhớ lại chuyện các con bò cái. Trướt hết, các trại chủ đều bổ sung vào thức ăn gia sức một tảng muối, nếu không, các ông ay61 sẽ phát điên lên vì phải tốn tiền cho các vị thú y sĩ đấy! Còn chúng ta, thì các ông bác sĩ buộc chúng ta phải tin rằng chúng ta không cần muối, vì lượng muối đã có sẵn trong bánh mì, trong rau cải rồi! Tôi xin khuyên, chơ nên tin vào lời dạy của các vị ấy. Bác sĩ, người chi tho trung bình có 58 tuổi, bảo với các bạn rằng các bạn “không nên ăn muối, không nên ăn kem sữa”, còn những người sống đến 120 tuôi thì vẫn ăn muối và kem sữa. Các bạn thử chọn xem.

Tôi lấy một nhóm kiểm tra, gồm 5000 người bị bệnh cao huyết áp để làm ví dụ. Tôi cho vào khẩu phần ăn của họ gấp đôi lương Calci hàng ngày so với “tiêu chuẩn”. Cuộc thí nghiệm kết thúc sau 6 tuần lễ, vì 85% trong nhóm này huyết áp đã trở lại bình thường. Chỉ nhờ phương pháp cho bệnh nhân lượng Calci hàng ngày, chúng tôi đã được kết quả như vậy. Khi các bệnh nhân này, những người đã từng chữa ở vị bác sĩ nọ, đến ông ấy để khám lại, ông ấy bảo rằng: Ôi, Huyết áp của anh bình thường, anh chữa bằng thuốc gì thế. Tôi tham gia vào nhóm thí nghiệm và uống gấp đôi liều Calci trong ngày. Thân chủ của bác sĩ nói vậy.

**Bệnh chuột rút: (vọp bẻ) – Tiếng pháp: Crampe**

Ta ngủ nửa đêm thức dậy, chân không cử động được. Mọi người chúng ta đã từng bị như thế rồi. Thông thường đó là thiếu Calci trong cơ thể.

Những triệu chứng bực bội, nóng nảy, cáu gắt trong thời kỳ hành kinh.

Đây là trại thái tâm – sinh lý trong giai đoạn kinh nguyệt. Trường đại học Sant – Diego ở Kalifornia đã đề nghị gấp đôi tiêu chuẩn Calci vào khẩu phần ăn, và 85% các triệu chứng tâm – sinh lý như vậy không xuất hiện.

**Đau thắt lưng:** 85% người Mỹ hay bị đau ở vùng thắt lưng, không phải vì họ làm việc trước máy tính, mang, vác nặng hoặc lái những chiếc xe tải quá lớn. Đó là nỗi bất hạnh của người Mỹ. Thực tế - đau thắt lưng là do thoái hoá cột sống (loãng đốt sống – Ostéoporose vertébrale).

Hiện tượng đó không phụ thuộc vào việc có hay không nhưng vấn đề ở các đĩa đốt sống. Nếu như đốt sóng bị nhỏ đi do bị huỷ hoại, thì đĩa có gì để mà đỡ. Hiên tướng đó nguyên nhân là gì? – THIẾU ĐỒNG!

**Bệnh cuối cùng tôi muốn nói với các bạn là bệnh tiểu đường: (Diabte).**

Mọi người đều biết, tiểu đường là bệnh gây ra tử vong đứng hàng thứ 3 đối với người lớn tuổi ở Mỹ. Bệnh này có nhiều diễn biến phức tạp, như mù mắt, rối loạn các chức năng của thận, sinh ra các chứng bệnh về tim mạch ở những mức khác nhau. Và bản thân tiểu đường tự nó cũng là nguyên nhân của cái chết trong số những người Mỹ. Nếu các bạn bị bệnh tiểu đường thì tuổi thọ của các bạn rút ngắn dưới tuổi thọ trung bình, so với người không mắc phải bệnh này. Vào năm 1957, trong ngành thú y chúng tôi, người ta đã biết rằng: bệnh tiểu đường có thể phòng ngừa và trị được nhờ vào các chất khoáng. Các khoáng chất đó đã được công bố trong chuyên san khoa học thuộc các Viện y học Quốc gia, trong đó có nói: “Bệnh tiểu đường có thể phòng ngừa và trị khỏi nhờ Chrome và Vanadium”. Chỉ riêng Vanadium, theo như các số liệu của Viện Vancouver và trường đại học Y Coloumbie – Britanique (British – Colombia) thì chúng ta có đủ sức thay thế cho insuline ở những người lớn tuổi bị bệnh tiểu đường. Đối với nhiều người, quá trình điều trị kéo dài từ 4 đến 6 tháng, tức nó là quá trình xảy ra dần dần, trong quá trình đó, cần uống một lượng Chrome tương đương với Vanadium. Chính mắt tôi đã thấy hàng trăm người bị chứng bệnh này đã được trị khỏi.

Cứ cho là tốt đi, nếu bản thân tôi thuyết phục được các bạn sử dụng các chất khoáng, nhưng chưa tính tới việc chúng thâm nhập vào cơ thể chúng ta từ thực phẩm như thế nào cho tối ưu. Cho chúng vào hộp, gói hay chai lọ dưới dạng nào?

**Có ba dạng khoáng chất cần lưu ý:**

**Dạng thứ nhất:** Các khoáng chất dưới dạng kim loại, đó là các chất khoang được đưa vào cơ thể cơ bản dưới dạng nham thạch (đất, đá). Chúng chỉ được cơ thể hấp thụ từ 8 đến 12%. Và khi bạn có độ tuổi từ 25 đến 40 cơ thể chỉ hấp thụ có 3 đến 5%.

**Dạng thứ hai:** Dạng sữa, rất tệ hại khi bạn dùng nó dưới dạng giống như khi dùng Calcium – lacte (sữa Calci), thường được chế biến trên trường. Giả sử, sữa Calci đóng thành viên với liều lượng được ghi là mg chẳng hạn: “Thưa bác sĩ, tôi đã uống rất nhiều Calci. Tôi nghe đài phát thanh nói về chứng viêm khớp và đã uống 2.000 mg mỗi ngày nhưng bệnh viêm khớp của tôi vẫn không khỏi mà ngày càng tệ hại hơn!” Tôi hỏi lại họ: “Nhưng bạn đã dùng cụ thể dạng Calci nào?”. Họ trả lời rằng, họ đã dùng Calci dạng sữa.

Chính là lỗi tại họ, vì mỗi tablette loại đó có ghi 1000mg nhưng thật ra chỉ có 250mg Calci, còn lại là Lactose và đường trong sữa. Nếu tính ra, co thể bạn chỉ hấp thụ có 10% trong số đó, thì 10% của 250mg. Vậy, nói chung, bạn chỉ dùng có 50mg/ngày thôi. Muốn nhận được số lượng Calci cần thiết, bạn phải dùng đến 90 tablette loại đó trong một ngày, tức gấp 45 lần mỗi ngày. Và, xin các bạn đừng quên rằng, ta còn phải dùng 59 khoáng chất nữa nhé!.

Vào thập niên 60, trong ngành chăn nuôi đã áp dụng dạng gắn với các phân tử hữu cơ (Minéral chélate), đó là dạng mà các khoáng chất vẫn là ion kim loại nguyên tử, kết hợp với gốc acide amine, protéine hoặc enzym. Dang này được cơ thể hấp thụ đến 40%. Chính vì vậy mà công nghiệp thực phẩm mới lao ầm ầm vào điều chế dang thực phẩm ấy!

**Dạng thứ ba:** Dạng khoáng keo (Minéral Colloidal).

Chúng là dạng có tính hấp thụ cao nhất. Chính độ hấp thụ đó, là cái hấp dẫn chúng ta hơn cả. Dạng khoáng keo hấp thụ được đến 98%, tức mạnh hơn dạng kết hợp phân tử hữu cơ 2.5 lần, và 10 lần, so với dang kim loại trong nham thạch.

Khoáng keo chỉ có thể nằm dưới dạng dung dịch và trong những phân tử rất nhỏ, 7000 lần nhỏ hơn hồng cầu (érythrocyte). Mỗi phần tử khoáng mang điện tích âm, con màng ruột mang điện tích dương, tao ra môt trường điện – từ, trường điện tự này thu hút các khoang chất bao quanh thành nang ruột. Chính vì vậy mà độ hấp thụ đạt 98%. Thảo mộc đóng vai trò hết sức ngoạn mục trong việc tạo ra khoáng keo. Trong các cơ của chúng, những khoáng chất được hình thành dưới dạng keo. Dùng thực vật chúng ta tích trữ được khoáng trong cơ thể và khai thác được chúng.

Khổ nỗi, đất đai trồng trọt của chúng ta ngày nay không đủ những khoáng chất như vậy nữa!

Tất cả những người sống thọ từ 120 đến 140 tuổi đều có điểm chung này: Họ sống tại những bản làng trên núi cao từ 8000 đến 14000 bộ so với mặt biển. Ở đấy, hàng năm, các sa khoáng phủ lên mặt đất không đến 2 tấc, hoàn toàn không có mưa, tuyết. Đó là những vùng hết sức khô ráo. Vậy, làm sao họ nhận được nước để uống và tưới tiêu? Nhờ vào tuyết tan từ trong núi ra, nước đi đến họ từ các dòng sông băng, nước này không sạch và trong như nước suối phun, nhưng khi ta nâng cốc lên nhìn, ta sẽ thấy nó có màu vàng – trắng hoặc màu trắng – xanh da trời. Nó chứa trong đó từ 60 đến 72 khoáng chất. Con sông Titi – Caca ở Tây tạng được người ta gọi là sông SỮA BĂNG. Họ không chỉ uống loại thuốc này để thu được từ 8 đến 12% các khoáng chất hấp thụ vào cơ thể dễ dang, mà quan trọng hơn họ dùng nước này để tưới nước, trồng trọt từ năm này qua năm kia, từ mùa này sang mùa khác, từ thế hệ này đến thế hệ nọ, kéo dài trong khoảng 2.5 – 5 ngàn năm nay rồi! Nhờ đó, họ không hề bị các chứng bệnh tiểu đường, tim mạch, cao huyết áp, viêm khớp, loãng xương, ung thư, đục thuỷ tinh thể, nhãn áp… Không có trường hợp dị tật của trẻ sơ sinh, không có nhà tù, không có nạn nghiện ma tuý, không có thuế má và cũng không hề có một bác sĩ nào. Thế mà họ vẫn sống từ 120 đến 140 tuổi chẳng hề bệnh tật gì!

Các bạn nghĩ thế nào về tầm quan trọng hết sức lớn lao của chất khoáng keo?

NÊN TÂM NIỆM MỘT ĐIỀU RẰNG, NẾU MỘT NGÀY BẠN KHÔNG DÙNG CHẤT KHOÁNG, BẠN SẼ BỊ RÚT NGẮN CUỘC SỐNG CỦA MÌNH HẾT MỘT SỐ GIỜ, THẬM CHÍ MỘT SỐ NGÀY!

MONG CÁC BẠN SUY NGHĨ KỸ VỀ NHỮNG ĐIỀU TÔI NÓI VÀ XIN CHÚC SỨC KHOẺ CÁC BẠN!

(Dịch nguyên văn từ bài nói chuyện của Tiến sĩ y học Walloc bằng tiếng Anh, được chuyện ngữ sang tiếng Nga).

Dịch từ tiếng Nga sang tiếng Việt

HÀ QUANG MINH

1. **.**