

Кристијан Опиц

Чудојо од Крисџална Сол



www.NutriVita.mk

Пиењето доволно количество вода е најзначајно за одржување оптимално здравје!

Но, само во комбинација со вистинскиот тип на сол, водата ги дава нејзините целосни здравствени придобивки.

- Кристијан Оџиц

Издавач:
Нутри Вита

Наслов на оригиналот:
The Miracle Of Krystal Salt

Copyright© 2003 by Christian Opitz All right reserved
Copyright за Македонија © Нутри Вита

Предвод од англиски јазик:
Миланка Петрова
Техничка подготовка:
Илија Илиев Струмјан

Содржина:

Вовед	5
1. Сол - Основата на животот	9
2. Откритието на животната сила	17
3. Кристалната сол и засилувањето на животната сила	26
4. Употребата на хималајската кристална сол	33
5. Животната сила го подобрува начинот на живот	39

CIP - Каталогизација во публикација

Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски", Скопје

613.3:641.881

ОПИЦ, Кристијан

Чудото од кристална сол / Кристијан Опиц ; [превод од англиски јазик
Миланка Петрова]. - Скопје :

Нутри Вита, 2012. - 44 стр. : илустр. ; 21 см

Превод на делото: The miracle of krystal salt / Christian Opitz. -

ISBN 978-608-65399-2-4

I. Opitz, Christian види Опиц, Кристијан

а) Кристална сол - Примена во исхрана

COBISS.MK-ID 92348170

Вовед

Во нашиот модерен свет, под зборот сол се подразбира високо рафинираната супстанца натриум хлорид. Медицинската литература изобилува со докази за штетните ефекти кои произлегуваат од преголема употреба на рафинирана сол.

Меѓутоа, со милениуми претходно, под зборот сол се подразбирало сосема природна, нерафинирана супстанца која секогаш била поврзувана со подобрување на животот и здравјето кај секој жив организам. (Современите научни истражувања покажуваат дека повторното откривање на природната сол може да биде најважното здравствено откритие на 21 век.)

Кога зборуваме за сол во нашиот модерен свет, обично мислиме за предизвикувач на здравствени проблеми кои се поврзани со исхрана богата со сол како што се високиот крвен притисок, срцеви проблеми, болест на зглобовите, проблеми со бубрезите, целулит, отоци, проширени вени и многу други.

Медицинската литература изобилува со студии кои ја поврзуваат високата потрошувачка на сол со многу болести. „Низок процент на натриум“, „без натриум“ или „низок процент на сол“ се описи на прехранбени производи кои би требало да индицираат поздрав состав на овие производи.

Не може да се има аргумент со ваква мрачна слика за солта. Медицинските факти се добро воспоставени и поддржани со емпириски набљудувања на луѓе, совесни за здравјето. Како и да е, важно е да се забележи дека под зборот сол во овој контекст, секогаш се подразбира високо рафинирана сол, речиси чист натриум хлорид со некои високо токсични адитиви. Рафинираниот натриум хлорид навистина го нарушува минералниот баланс на телото, го зголемува крвниот притисок и додава дополнителен товар на бубрезите. Токсичните адитиви како алуминиум хидроксид, уште повеќе ја зголемуваат можноста за штетни ефекти од ваков тип на сол.

Но, со илјадници години зборот сол се користел за да се опише нешто сосема различно, потполно природно минерално соединение кое содржи, не само натриум хлорид, туку и до 84 минерали и олигоелементи

во истите пропорции како што се наоѓаат во крвта на човекот. Таквата сол секогаш била поврзувана со подобрување на здравјето и животот воопшто. Неодамнешните научни истражувања покажуваат дека повторното откривање на природната сол може да биде најважното здравствено откритие на 21 век.

Античките народи насекаде околу светот извонредно многу ја вреднувале природната сол. Келтскиот збор за сол исто така значи и „свет“ или „посветен“ во келтскиот јазик. Во митологијата на Сумериската култура, богот Енлил одредил боговите и владетелите никогаш да не вкусат готвена храна пред да е „посветена“ со сол. Во Египетската, Грчката и Римската култура, солта се сметала за божествен дар и била често употребувана во религиските ритуали. Римјаните доста придонеле за ваквата вредност на солта и таа често била користена наместо пари, а оттука потекнува и зборот „плата“ (salary) - сол (salt). Римските војници честопати биле исплатувани со сол. Кинезите, пак, имале посебен бог за солта наречен Фело (Phelo). Ова меѓукултурно признание на природната сол сега е поддржано и од современата наука каде што сè повеќе и повеќе докази се откриваат за огромните здравствени придобивки од нерафинираната сол.

Како што ќе дискутираме поопширно во оваа книга, разбирањето на здравствените придобивки и ефекти од една прехранбена супстанца вклучува многу повеќе отколку само гледање на нејзиниот хемиски состав. Од периодот на Ренесансата па наваму, науката гледаше на животот и здравјето кај човекот, како во голема мера да се одредени од хемиските процеси кои се одвиваат во организмот. Меѓутоа, тоа ја прави сликата доста некомплетна, што е вистинската причина за многуте противречности и медицински откритија, кои всушност се многу краткорочни. Гледајќи само во исхраната, може да видиме дека секој таканаречен факт, кој се чини дека е докажан со одредени научни студии, комплетно е противречен со други исто така научни студии. Во медицината, две третини од сите Нобелови награди беа доделени на откритија за кои подоцна се докажа дека се погрешни. Ако сакаме да бидеме во тек со најновите откритија од науката за исхрана би требало да ја менуваме нашата исхрана на неколку недели, затоа што буквално толку често се издаваат нови откритија од тоа поле. Во последно време, искуствата покажуваат дека луѓето стануваат сè повеќе збунети од многубројните противречни мислења во науката за исхрана.

Можеби решението не е во претставување на уште една збирка откритија кои се базирани на старата чисто хемиска парадигма за исхраната, туку во претставување на сосема нова парадигма. Ова е сосема логичен заклучок изведен од напредокот на современата физика во последниве 80 години.

Квантните физичари веќе воспоставија нова научна парадигма која, кога се применува во животот и здравјето, гледа многу повеќе од чисто хемиски процеси.

Природната сол, а посебно хималајската кристална сол може да понуди многу повеќе од обичните хемиски супстанции. Кристалната сол е една од најмоќните подобрувачи на тоа што холистичката медицина го нарекува животна сила. Околу прашањето што е тоа животна сила, поопшироно е објаснето во Поглавјето 2. Засега, да видиме дека човечкото тело не е хемиски различно веднаш по смртта отколку што било пред смртта. Хемиското распаѓање започнува по смртта, но дали е некој жив или не, зависи од фактори кои се над хемијата. Ако животот и смртта зависат од нешто што е многу повеќе од самата биохемија во нашите тела, тогаш со причина е издржано да се зборува дека здравјето и недостатокот од истото, исто така зависат од нешто повеќе од биохемија.

Со досега реченото, хемиските аспекти на исхраната се многу важни, но тие едноставно не се единствените важни аспекти. Хималајската кристална сол е исто така, сосема и комплетно корисна на хемиско ниво, обезбедувајќи потполно врамнотежен спектар на минерали и олигоелементи. Посебно во спој со исхрана која е богата со природна храна, кристалната сол е прекрасен дел во создавањето на блескаво добро битие на сите нивоа од животот.

Резиме:

***Многуге евидентирани негативни ефекти од употребата на сол укажуваат на високо рафинирана сол, која е главно изолиран натриум хлорид со додадени адитиви.**

***Нерафинираната природна сол е позната по нејзините позитивни ефекти со илјадници години во различни култури. Од природните соли, хималајската кристална сол е далеку најкорисна.**

***За да го разбереме здравјето и исхраната, треба да одиме над чисто хемиски базираната слика за животот.**

***Повторното откривање на природната сол, посебно хималајската кристална сол, може да биде едно од најважните откритија на нашето време.**