VALDO VACCARO HK LTD
- ***Asia Region Representative*** -
www.drvaldovaccaro.hk.com
15F, Siu Ying Bldg -151 Queens Rd Central
Hongkong

valdovaccaro@libero.it

www.medicinanaturale.biz

www.luigiboschi.it/?q=taxonomy/term/492

www.valdovaccaro.blogspot.com
www.tinyurl.com/vaccaro
www.google.com (cerca parola chiave: valdovaccaro)

www.newscrawler.it/ncsea/IT/IT/NC/1000/0/Notizie/Valdo

FREE AND INDEPENDENT SCHOOL OF BEHAVIOURAL AND NUTRITIONAL SCIENCES

---

12 Febbraio 2010

ACQUA-ACQUA, FUOCO-FUOCO

Una verità che non è affatto nascosta, ma bella-pronta e confezionata

Il problema dell'acqua sta diventando più che mai di moda.
Più ne parliamo e più controversie nascono.
Per i ragazzi che giocano a nascondino, il termine acqua significa essere lontani dalla soluzione, mentre il termine fuoco indica l'opposto.
Vediamo di metterci tutti di buzzo buono a risolvere questo falso dilemma, senza drammi, senza offese e senza inutili tensioni.
Non è una questione di volerla vinta, di aver sempre ragione.
La verità in questo caso esiste già bella e pronta, senza dover fare il gioco dell'acqua-acqua-fuoco-fuoco.

Fare e disfare è tutto lavorare. Mi state facendo sbuffare più del necessario.

La mia recente tesina, *Il buco nell'acqua*, è stata proprio un buco. Me ne sono accorto dai commenti ricevuti. Gente che mi segue in generale, ma che sull'acqua continua ad arricciare il naso e a non condividere.
C'è persino qualcuno che pretende di farmi una piccola lezione sul pH e sui modi nei quali l'acqua piovana, caricandosi di acido carbonico, diventerebbe una sostanza acida e dannosa per il nostro corpo, similmente poi a tutte le acque distillate, mentre l'acqua naturale vera, quella carica di preziosi minerali, ci farebbe un gran bene e ci nutrirebbe.
Le lezioni le ricevo volentieri, alla condizione che siano giuste e razionali, che rappresentino un passo avanti e non tre passi indietro.

Questa non è affatto una controversia da due soldi

Non vorrei mai andare contro i miei interlocutori, ma ci sono tanti e tali errori marchiani in tali osservazioni che non posso lasciarle passare.
Questa non è una controversia da due soldi. Non posso permettere che alberghi tra i miei lettori il seme dell'ignoranza su un argomento fondamentale. Occorre allora che ci sviluppiamo e passiamo a un piano superiore, occorre che andiamo più al fondo delle cose, non accontentandoci di quanto ci passa il convento nazionale. Occorre non cullarci sulle nostre convinzioni. Occorre aprirsi la mente.

Vi state dando la zappa sui piedi

Coltivare in modo convinto e dogmatico le idee che girano attualmente tra di voi, sull'argomento acqua, è una cosa gravissima, perché mette a soqquadro la vostra pretesa di essere vegani, di essere crudisti e di essere igienisti.
Vi state dando la zappa sui piedi.
Sostenere che i minerali che stanno nelle comuni acque dure e nelle acque minerali fanno bene alla salute significa schierarsi con Parmalat, Manzotin, Bayer, Pfizer, Cremonini, Coca-Cola e tutto il resto.
La Coca-Cola Company è uscita infatti in Asia con un'acqua fortemente mineralizzata dal marchio *Bonaqua* (all'italiana ma senza la *cq*).

L'acqua migliore del mondo è l'acqua pura e distillata

Ribadisco che l'acqua migliore del mondo è l'acqua distillata non al 98 o al 99%, ma al 100% di purezza.
Ribadisco che qualsiasi ione minerale nell'acqua che beviamo è un disturbo ed un quasi-veleno per il corpo umano.
Ho detto quasi-veleno solo per il fatto che di acqua, noi vegani, ne beviamo poca o niente.
Quei minerali che stanno nell'acqua, poco importa se si chiamano calcio o ferro o magnesio, sono tutti inorganici, cioè non assimilabili e pertanto da espellere con enorme fatica.

Se non si comprende appieno la differenza tra organicato ed inorganico, non si fa alcun passo avanti verso il veganismo e ancor meno verso il crudismo

L'errore che state facendo è di non capire ancora a fondo la enorme differenza che esiste tra il minerale organicato dalle piante e il minerale inorganico e duro del terreno, che diventa organico od organicato solo grazie al paziente lavoro di madre natura, ovvero della pianta e della fotosintesi clorofilliana.
Tutto il regno animale, incluso tigri e leoni, dipende dalle piante.
I felini, che mangiano anche frutta tropicale (il durian ad esempio piace molto alle tigri della Malaysia), la prima cosa che divorano nelle gazzelle e nelle antilopi che riescono a catturare, sono il sangue e le interiora, carichi come sono di liquidi organici, liquidi che le vittime hanno ottenuto dall'erba, dalla frutta e dai semi che esse non solo hanno ingerito ma anche assimilato.

Potrete sempre essere volonterosi difensori del cane e del gatto

Non capire la differenza tra minerale organicato e minerale duro e inerte significa non comprendere le basi scientifiche e i fondamenti del crudismo.
Sarete in quel caso dei volonterosi animalisti, dei bravi difensori del cane e del gatto, ma dei pessimi vegetariani, pieni di lacune e di contraddizioni.
Il discorso è molto semplice.
Se voi aveste ragione sull'acqua (e così non è, ve l'assicuro e ve lo dimostro in modo inequivocabile con questa tesina), la cosa più buona e più saggia da bere sarebbe l'acqua marina, o meglio quella del Mar Morto, che sono acque ricche ed inquinate dal sale.
E perché no le acque dei pozzi neri, magari filtrate e de-odorate?

State lanciando una immeritata ciambella di salvataggio alle industrie sbagliate

Se aveste ragione voi, avrebbero ragione non solo i fabbricanti di integratori minerali, ma anche i boia degli amici bovini e degli amici cavalli, gli sbugiardati produttori di bistecche al sangue, cariche del famigerato ferro-eme.
Con le vostre idee rimettereste in gioco gente che ha già perso di brutto la sua battaglia culturale.
Con le vostre asserzioni sareste infatti dei perfetti chimici a desposizione dei macellai e dei latteo-caseari.
Il discorso dell'acqua ha conseguenze culturali enormi su tutto il resto.
Soprattutto sulla questione fondamentale dei minerali.
Chi vuole approfondire deve leggere anche la mia tesina *Nessun minerale vale se privo di vibrazioni*, del 4/11/09.

L'uomo non è un bevitore, anche se viviamo nella cosiddetta *Civiltà del Bere*

Ribadisco che l'uomo non è per natura un bevitore, né di acqua né tantomeno di altre bevande intendo, e che l'acqua gli deve servire solo da integratore liquido nelle emergenze.
L'uomo è invece un grande mangiatore di frutta, ed è lì che si fa l'indispensabile rifornimento giornaliero di acqua biologica.
Acqua biologica che, nota bene, è un'acqua distillata al 100% dalla pianta e mescolata nel contempo ai succhi elaborati dalla pianta stessa in associazione con la luce solare, ovvero coi succhi zuccherini, vitaminici e minerali.
In ogni caso, il mezzo bicchiere di acqua che noi vegani-crudisti beviamo ogni giorno, può essere indifferentemente acqua di rubinetto, acqua distillata, acqua di fonte o acqua di bottiglia.

Shelton, l'uomo dei digiuni, ha sempre parlato di acqua distillata nel vero senso del termine

Siccome qualcuno, e persino il simpatico quasi-medico Andrea, pensa erroneamente che Herbert Shelton parlasse di acqua distillata in senso relativo, intendendo per distillata l'acqua oligominerale di alta montagna, vedrò di aggiungere qualche citazione importante, raccolta in un libercolo illuminante, edito negli Stati Uniti, dal titolo *The great water-controversy*, firmato dallo stesso Shelton, in collaborazione con T.C.Fry e John Tilden.

L'opinione del dr T.C. Fry, collega di Shelton

Per Fry, grande igienista premiato con laurea honoris causa alla Sorbona, l'acqua saturata dai minerali non può funzionare bene nel corpo umano, in quanto inadatta a trasportare efficientemente le sostanze nutritive, e ancor meno a dissolvere e condurre fuori dal corpo i residui e le scorie organiche.
Se fosse vero che il corpo prende minerali dall'acqua comune, la quale contiene 2 o 3 minerali soltanto, ci provocheremmo deficienze e sballi nei minerali di traccia che non stanno in tali acque, in forza della famosa legge del minimo di Liebig.
Soltanto l'acqua marina sarebbe adatta a nutrirci, contenendo essa l'intero spettro di minerali inorganici.

Le sale di dissezione cadaveri mostrano situazioni impietose, con arterie otturate da cordoni di cemento durissimo e a prova di martello

La dieta dell'uomo, come quella del gorilla e di tanti altri animali, è di norma idro-autosufficiente.
Questo discorso sull'acqua dura e non-dura riguarda piuttosto i carnivori, che devono berne tanta per il cibo cotto che mangiano, per le carni salate che consumano, per le bevande assassine che scolano.
La dissezione delle salme, in sala anatomia, rivela depositi minerali dislocati un po' dovunque.
Nelle vene, nelle arterie, nel fegato, nei reni, nei giunti, persino nel cervello.
Minerali inorganici e patologici che hanno fatto solo tanti danni e non sono serviti mai a nulla.
E' tutto lì l'errore marchiano che la gente sta facendo in serie, a livello di massa.
L'unico minerale utilizzabile e utile dall'uomo è quello che gli arriva giornalmente coi cibi virtuosi, crudi e vivi.

L'estrema dannosità delle acque dure è una realtà scientifica, non un'opinione

Non è facile per il corpo umano espellere i minerali inorganici depositati nei punti di emergenza prescelti dal sistema immunitario. Lo può fare soltanto se ha una grande vitalità e una grande forza energetico-enzimatica. La dannosità delle acque dure non è un'opinione ma una realtà scientifica provata con strumenti di misura e confermata dalle statistiche.
Il fatto che le acque dure, e che tutti i liquidi bolliti, persino le tisane, persino i succhi di frutta pastorizzati, persino le verdure cotte, scatenino la leucocitosi, cosa che non succede affatto con l'acqua distillata e coi cibi naturali crudi,

significa che i minerali inorganici non trovano buona accoglienza nel corpo umano.
Vero che anche l'acqua distillata è cotta, ma a quel punto è liberata dall'ingombro dei minerali inorganici, e quindi diventa materiale neutro e puro

Buoni denti e ossa forti con le acque minerali? E' un'idea medievale.

Se fosse vero che i minerali delle acque dure possono essere utilizzati dal corpo umano, potremmo andare letteralmente a prenderli dal suolo, polverizzarli e consumarli.
D'accordo, esistono i depositi di salgemma, e ci sono pure le saline costiere, ma producono qualcosa che sappiamo essere veleno, e non certo nutrimento per il nostro organismo.
L'idea che le acque minerali dure facciano buoni denti e ossa forti, e che l'acqua distillata causi carie ed osteoporosi, è quanto di più assurdo si possa sentire.
Eppure, l'idea sballata c'è, e circola tra la gente.
L'acqua mineralizzata è acqua impura e basta. I minerali dell'acqua non possiedono qualità e valore.
Più pura è l'acqua e più potere dissolvente e trasportante possiede.

Non esiste alternativa salubre ai minerali, fuori dalla frutta e dalla verdura. Firmato Shelton.

Herbert Shelton, fa il suo sommario della situazione come segue:

1) Il corpo umano ottiene i suoi minerali esclusivamente da una dieta di frutta e di vegetali crudi.
2) Il corpo umano non può in nessun modo e in nessuna circostanza usare minerali inorganici. Le acque minerali che l'uomo beve, vengono purificate e demineralizzate dal corpo in fase di utilizzo (dove i minerali non usabili sono messi da parte) e sono tentativamente ripresi in fase di espulsione scorie.
3) L'acqua minerale (non pura e non distillata) è addirittura velenosa per il corpo umano.

La prova lampante è che nell'arco di 30 minuti-3 ore dopo la sua ingestione, essa causa leucocitosi,
ovvero proliferazione di globuli bianchi, segnale che la prima linea di fanti del sistema immunitario
è entrata in guerra difensiva contro di lei.
4) Non dovremmo mai bere acque dure, se non in circostanze straordinarie e in casi di emergenza-sete.
Assurdo tassare il corpo e costringerlo a sciupare energia per l'utilizzo dell'acqua.
Bere acque dure è un po' come respirare aria viziata. Equivale quasi a fumare.
Andiamo allora alle Bermuda

Non basta quanto sopra? Non bastano le prove portate da Paul Kouchakoff alla 1° Conferenza Mondiale di Microbiologia di Parigi (1930)? Andiamo allora a cercare testimonianze più concrete.
Ci sono molte isole nel mondo, come ad esempio le Bermuda, dove non esiste altra acqua che quella piovana. La gente la raccoglie e la beve. Da quelle parti non esiste osteoporosi, carie, attacchi cardiaci, a condizione poi che la gente non indulga con la carne, il latte, il pesce e i cibi cotti.
Se interpelliamo gli specialisti italiani e francesi, nel campo della distillazione di acque marine, e della potabilizzazione acquea in genere, ne scopriamo delle belle.

C'è pure il cretinismo dei Pirenei

Se ci rechiamo invece nel punto dove esiste l'acqua più mineralizzata d'America, che è Saint Davids in Arizona, la gente è piena di problemi alle ossa, piena di carie e di osteoporosi, piena di cardiopatie.
Queste cose le sanno molto bene in America, ed è per questo che in USA l'acqua distillata si vende dovunque senza problemi, come del resto in tutta l'Asia e l'Africa.
Se andiamo sui Pirenei, tra Francia e Spagna, ci sono delle località note per l'alto tasso di cretinismo dei rispettivi abitanti. Cretinismo causato dalla ricchezza di calcio delle acque che bevono, calcio che finisce evidentemente nei meandri del cervello, impedendogli di funzionare al meglio.

Ippocrate non vedeva l'acqua di buon occhio

Già nel 1815 il medico londinese William Lambe, su un testo dal titolo *Acqua e Dieta Vegetale*, parlava diffusamente di queste cose.
E citava, guarda un po', nientemeno che Ippocrate: *Non ho nulla da dire a favore dell'acqua nelle malattie. Non disseta ma fa aumentare la sete. Nei biliosi fa aumentare la bile.*
L'acqua opprime lo stomaco, fa ammalare e indebolire. Aumenta l'infiammazione del fegato e della milza, e non trova un ragionevole passaggio attraverso i reni.

Il vino, per certi versi sarebbe migliore dell'acqua dura

Ho un amico grande consumatore di vino, che mi adora quando dico queste cose. Lui odia da sempre l'acqua.
E' un po' come il grande Fred Buscaglione che cantava: *Se c'è qualcosa che mi fa tanto male è l'acqua minerale, miracolosa sarà ma, per piacere, io non la posso bere*.
Il vino? In realtà sarebbe chimicamente meglio dell'acqua dura.
Purtroppo ha il grave difetto di essere fermentato, di ospitare tutta la materia organica dei fermenti, e soprattutto di essere alcolico, cioè nemico giurato dell'organo più importante che abbiamo, che è il fegato. Dire questo non significa teorizzare la fine dei bar. C'è sempre la strada virtuosa del succo di melograno, del succo di arancia, del succo di carote, che in tanti paesi del Medioriente vanno per la maggiore, come ad esempio nei bar dell'Iran.

E’ anche l’acqua dura e cotta a rendere velenose le bevande

Un ricercatore olandese di nome Van Swieten sosteneva pure che *Not only tea and coffee, but also water is the evil*, e cioè che i gravi danni causati alla gente dal the e dal caffè, dalle tisane e dalle bevande cotte in genere, non dipendono solo dai veleni ivi contenuti (caffeina, theina, ecc) ma anche dal veleno specifico chiamato acqua cotta.

L’uomo, un animale sprovvisto di becco e di lingua spaziosa, strumenti naturali per bere

Il dr Lambe conclude la sua tesi in modo chiaro ed esplicito:
Avendo dimostrato l’influenza dannosa dell’acqua, avendo condannato i liquidi contenenti spiriti, droghe e fermenti, ne consegue che l’atto del bere in generale è un vizio innaturale dell’uomo, indipendentemente da cosa stia bevendo.
L’uomo, in altre parole, non è un animale bevitore di liquidi. Ha dovuto inventarsi il bicchiere.
Ha dovuto fabbricarsi le bottiglie, intrappolatrici di sostanze devitalizzate e pastorizzate, oppure di bevande fermentate e alcoliche, nessuna di esse buona per la sua salute.
I succhi di frutta freschi, ottimi sotto ogni punto di vista, non sono da considerarsi bevanda ma cibo.

L’importanza della pioggia e delle docce

Riandando all’antichità, i Greci e soprattutto i Romani sono famosi per i loro lussuosi bagni e le loro straordinarie terme.
Pitagora, Ippocrate, Asclepiade e Galeno raccomandavano l’uso regolare dell’acqua, la nudità e il sole.
Il bigottismo delle religioni ebraico-musulmane e il Medioevo, cancellarono l’antica civiltà.
Il Rinascimento cominciò, non a caso, con la reintroduzione dei bagni e delle terme.
Cos’è la pioggia se non una doccia naturale? La pioggia fa meraviglie per la vita vegetale.
Tutte le piante diventano più fresche, brillanti, pimpanti, persino più erette, quando piove.
Uccelli e animali selvatici fanno i loro bagnetti naturali ogni volta che piove.
Pure noi dovremmo seguirli.

Per Trall, l’acqua è tutto fuorché un rimedio

Russell Thacher Trall (1812-1877), pioniere dell’*American Natural Hygiene Society*, in un editoriale del 1861, dichiarava che *L’acqua non possiede alcun potere di cura verso nessuna malattia*, e che soltanto *La natura è il rimedio principe*.
Le sue posizioni erano anche di tipo politico. Intendeva colpire il movimento idropatico americano che, sotto l’influenza della scuola tedesca, tendeva a risolvere ogni problema fisico con le miracolose cure dell’acqua, dimenticandosi

che l’acqua poteva essere un valido coadiuvante, e che la cosa basilare restava quella di sconfiggere i perversi stili di vita degli americani.

Più pura è l’acqua e meglio è

Il dr H. Carrington, si chiedeva quale acqua bere, quanta e quando.
The purer the better (Più pura è l’acqua e meglio è) la sua sentenza.
I filtri in commercio sono una farsa. Separano meccanicamente le impurità dal liquido acqua, ma non toccano gli elementi gassosi ivi dissolti. La bollitura poi ammazza i microrganismi, ma non rimuove i loro cadaverini, ovvero la sostanza organica dell’acqua stessa.
La sola acqua pura è dunque quella distillata. Acqua cioè trasformata in vapore. Acqua che lascia i componenti solidi depositati dietro di sé e che si riconverte poi in acqua pura condensandosi in una campana fredda di vetro.
Non si corre il rischio di sopravvalutare l’importanza della purezza, in termini di acqua potabile.

Per lavare il sangue serve frutta acidula

Il dr James Jackson ricorda come le donne di casa dei tempi andati avevano persino difficoltà a lavare i panni con l’acqua dura. Ancor meno si può pensare che il sangue si possa depurare con essa.
Per lavare il sangue serve frutta leggermente acidula, come i limoni e gli agrumi in genere, i quali non solo purificano il sangue, ma anche disgregano i grumi cementati di minerali inorganici e colesterolo nelle arterie, quelli che causano l’ipertensione e le crisi cardiocircolatorie.
Tant’è che uno dei metodi tipici per liberare le arterie per via non-operatoria, è una cura intensiva di succo d’arancia.

Il sale aggiunto ai cibi, e i minerali delle acque dure e cotte, responsabili della decrepitezza

I minerali inorganici sono causa prima dell’invecchiamento umano, dei reumatismi e della rigidità articolare. Essi causano ossificazione, decrepitezza, senilità e morte precoce.
Qual è la fonte di tutto il materiale calcareo (calcio mal-depositato, sottoforma di fosfato e carbonato) che l’uomo si ritrova addosso?
Il sale che usa nei cibi, le acque dure che beve, le tisane che assapora e i cibi cotti che assume.

La peggiore acqua è quella del mare, seguita da quella del rubinetto cittadino

Per il dr R.W. Bernard, la peggiore acqua è quella del mare.

Poi viene l’acqua del rubinetto cittadino, clorata, fluorizzata, alluminata, contenente minerali inorganici che il corpo non può utilizzare.
Ma anche l’acqua del pozzo e della sorgente, pur apparendo belle e limpide, sono piene di minerali dannosi.
L’acqua distillata, bollita e vaporizzata, poi raffreddata e condensata, è la soluzione migliore, in quanto composta di solo idrogeno e solo ossigeno, le due sostanze che servono al corpo.

Qualità e limiti dell’acqua meteorica

Quando l’acqua piovana cade sulla terra, essa assorbe il biossido di carbonio, l’ammonio e gli altri gas solubili, e lava pure l’atmosfera dalle particelle di polvere e dalle impurità.
L’acqua più pura in natura è quella meteorica (pioggia o neve), raccolta in alta montagna a temporale inoltrato. Essa contiene però batteri e dovrebbe essere filtrata per l’uso potabile.
Essa riappare come acqua di sorgente ed è libera da ogni materia organica, ma resta ricca di gas e di minerali.
La durezza di quasi tutte le acque sorgive è dovuta principalmente al suo contenuto di bicarbonato di calcio, formatosi dall’azione dell’acido carbonico della pioggia che agisce sul materiale calcareo delle rocce.
L’acqua distillata pura si può dunque ottenere soltanto tramite procedimenti accurati di distillazione, usando materiale in vetro e ceramica.

C’è troppa incompetenza e corruzione nelle opinioni che circolano

Per il dr Otto Carque, l’idea che le acque dure siano benefiche perché forniscono calcio al sistema osseo, e che le acque dolci-leggere causino invece prelevamento di calcio, non ha nessun fondamento.
L’acqua distillata non priva in alcun modo il tessuto vivente di sali organici, come spesso asserito da ricercatori incompetenti o venduti ai produttori di acqua minerale e di bevande in genere.
Dispepsie e costipazione tra i disturbi causati dalle acque dure

Il calcio, per essere di aiuto al sistema-corpo, deve essere fornito solo ed esclusivamente nella forma organica, che è quella della frutta e delle verdure crude.
Le acque dure infatti causano dispepsia e costipazione, mentre con le acque distillate non esistono controindicazioni.
Non è un caso che le stesse farmacie propongano per l’alimentazione infantile acque leggerissime di alta montagna.

L’acqua distillata aiuta il sistema renale e prolunga la vita

I vegetali cotti in acque dure diventano più pesanti. Come nel caso dei legumi, dove il solfato di calcio dell’acqua forma legami indigeribili con la legumina, causando flatulenze.

Non esiste alcun dubbio sul fatto che l'uso di acqua distillata tende a prolungare la vita e non ad accorciarla, in quanto previene l'ossificazione delle arterie e alleggerisce il lavoro improbo del sistema renale.

La funzione più importante dell'acqua è quella di dissolvere ed eliminare

Il dr Luther Von Wedekind della Navy Yard di Brooklyn, ha scritto quanto segue:
Qualunque persona, medico o non medico, che abbia un minimo di conoscenza sul processo eliminativo (non solo delle tossine, ma anche degli escrementi), è in grado di riconoscere il valore terapeutico dell'acqua pura e distillata.
Basta che rifletta un istante sul fatto che un surplus di acqua pura non va in alcun modo ad oberare il sistema renali, ma trova facile eliminazione sia tramite esso che con i pori della pelle.
Il compito primario ed essenziale dell'acqua nel corpo umano, essenziale nei processi di digestione ed assimilazione, è quello di dissolvere i cibi. E di dissolvere pure le sostanze residue lasciate dai cibi stessi. L'acqua pura è ideale per questo scopo.
La quantità d'acqua necessaria dipende da varie circostanze, come clima e occupazione. Il bisogno viene indicato dallo stimolo della sete.

La purificazione non è un rimboccamento idrico, ma un processo elettro-chimico cellulare

La frutta contiene grosse quantità di acqua, vicine all'80 e al 90%.
I mangiatori di frutta e di vegetali crudi non hanno bisogno alcuno di acqua, visto che la stanno assumendo nella forma migliore e più pura, distillata dal laboratorio perfetto delle piante. In più, l'acqua distillata delle piante viene offerta in combinazioni organiche con altri elementi bilanciati, che arrecano grande beneficio al nostro sistema.
L'uomo non è fatto per bere acqua in abbondanza, e per incanalarla poi fuori facilmente.
Quello è un errore ideologico molto diffuso.
La purificazione dell'organismo umano è un processo elettro-chimico delle cellule viventi, e non un semplice rimboccamento.
I prodotti di scarto, tipo l'acido urico, l'acido solforico, l'acido carbonico, devono essere prima tamponati da elementi alcalini come il sodio, prima di poter trovare una via di scarico attraverso il sistema renale o attraverso la pelle.

Il sodio prezioso non viene dal sale ma dal sedano e dai prodotti vivi

Quel sodio prezioso non arriva di certo dal sale da cucina (che è inorganico e velenoso), ma dal sedano, dal crescione, dal tarassaco, dalle olive, dalle rape, dai cavoli, dalle carote, insomma da prodotti vivi.
Se la dieta è carente di sali organicati, l'acqua che beviamo non farà altro che complicare la situazione interna, anziché arrecare sollievo.

Le acque minerali, i caffè, i the, le bevande alcoliche, non forniscono nel modo più assoluto questi sali preziosi che servono a stoppare l'acidificazione interna, ma danneggiano ulteriormente il sistema circolatorio e il sistema linfatico.

E' la dieta di frutta che fa passare la sete

Una dieta di frutta fa passare la sete, mentre due galloni di acqua al giorno ingrossano ed arrugginiscono l'organismo, senza dissetare.
Il miglior modo di regolare la fornitura acquea al nostro sistema è quello di adottare una semplice e frugale dieta, libera da sali inorganici, da spezie e condimenti, ma inclusiva di insalata cruda e di frutta a volontà.
In quel modo, la sete scomparirà, e si potrà al massimo bere mezzo bicchiere o un bicchiere di qualsiasi tipo di acqua al giorno, da bersi preferibilmente lontano dai pasti.

I minerali devono sempre essere in forma *organico-colloidale* e non *inorganico-cristallina*

Concludiamo con alcune battute del dr N.W. Walker, autore di un ottimo libro dal titolo *Water can undermine your health* (L'acqua può minare la tua salute).
Qualunque liquido deve passare nei microscopici vasi sanguigni del piccolo intestino e andare direttamente al fegato, assieme ai colloidi che contiene.
I colloidi sono particelle che devono unirsi ed assemblarsi in 50-125 milioni di unità per formare un inch o 25 mm.
E in questo caso di stratta di sostanze virtuose e naturali, in forma organica.
Quando beviamo invece acque dure e bevande con minerali inorganici o resi tali dalla cottura,
quei minerali rappresentano corpi estranei che interferiscono con le funzioni cellulari.
In altre parole, qualsiasi molecola minerale in forma *cristallina*, in forma *macro-molecolare-inorganica* più grossa di una *micro-particella-colloidale*, è in grado di soffocare e uccidere la cellula.

L'importanza primaria di rispettare il sistema ghiandolare endocrino

Le ghiandole adrenali, due capsule situate su ciascuno dei nostri reni, sono le fabbriche più prolifiche del corpo umano, in quanto generano una cinquantina di ormoni di diverso tipo.
Fanno parte come la pituitaria, la tiroide, il timo, il pancreas e il fegato, del sistema ghiandolare endocrino, e sono tutte dirette dall'ipotalamo.
Parliamo degli organi più importanti e vitali del corpo umano.
Ebbene essi hanno assoluto bisogno di acqua pura e distillata, per mantenere il loro costante bilancio idrico.

Milioni di persone schiave della nuova droga degli integratori

Milioni di persone apparentemente sane muoiono prima del tempo senza saperlo, a causa delle acque dure che assumono giornalmente, associate a cibi cotti ed intasati da minerali inorganici.
Milioni di persone combattono contro carenze di ferro e carenze di calcio, mentre sono stracariche di porcheria minerale inorganica ed inutilizzabile.
Milioni di persone schiave della nuova droga degli integratori, in lotta assurda ed impari contro le pale dei mulini a vento.

Nessuna catena è più forte del suo anello più debole

Il dr Walker ha le idee molto chiare su cosa serve al corpo umano per mantenersi in salute e lunga vita.
No chain is stronger than its weakest link (Nessuna catena è più forte del suo più debole anello) è il suo intelligente motto.
Questa è un'idea scientifica che si rifchiama alla legge del minimo di Liebig.

Norman Walker, ideologo dell'acqua distillata e dei succhi di frutta freschi

Se manca acqua biologica e se manca il minerale minimo di traccia, possiamo mettere dentro il nostro corpo minerali di ferro e di calcio a palate, senza mai risolvere le nostre carenze, perché è il più piccolo minerale a dettare legge, e non l'abbondanza degli altri.
Walker non è stato solo uno strenuo difensore dell'acqua distillata, ma anche il massimo ideologo dei succhi di frutta e di vegetali, dei magnifici succhi di sedano e carote, di cetriolo-bietole-carote, di mele e carote, che hanno portato e stanno portando immenso beneficio alle persone intelligenti e virtuose di ogni parte del mondo.

Valdo Vaccaro - Direzione Tecnica AVA-Roma (Associazione Vegetariana Animalista)
- Direzione Tecnica ABIN-Bergamo (Associazione Bergamasca Igiene Naturale)