

**Shigeru Tanaka**

**MANJU**

**Az effektív mikroorganizmusok (EM) antioxidánsainak gyógyító erejéről**

A könyvben ismertetett tanulmányokat és ismereteket a szerző legjobb tudása és lelkiismerete szerint adta közre. Egyetlen információ sem helyettesíti azonban az orvosi tanácsot és segítséget. Felismerhető betegségek esetén mindenképpen fel kell keresni az orvost. A szerző, illetve a kiadó és megbízottainak a felelőssége személyi, dologi vagy vagyoni kár tekintetében kizárt, mely kárt a bemutatott kezelési módszerek, illetve receptúrák alkalmazása okozott. Semmiféle felelősséget nem vállalnak továbbá a szerzők orvosi követelések esetén.

# Tartalomjegyzék

<b>Előszó: a MANJU rendkívüli tulajdonságai</b>	<b>5 oldal</b>
Első tapasztalatok a MANJU-val	9 oldal
A májfunkciók normalizálásán keresztül a súlyos betegségek gyógyításáig	10 oldal
Diabetes esetén is jó eredményeket érünk el	11 oldal
<b>A MANJU kedvező eredményei a rák gyógyításában</b>	<b>14 oldal</b>
MANJU-val elért sikerek, ha már nem lehetséges az operáció a magas kor miatt	
A MANJU erősíti az operáció után a gyógyulási folyamatokat	16 oldal
A rákellenes gyógyszerek hatékonysága	18 oldal
A MANJU erős antioxidációs hatása	20 oldal
Fokozni kell párhuzamosan az antioxidációs erőket	22 oldal
Mellékhatások nélküli jó eredményekre kell törekedni	24 oldal
Rák megelőzés: az aktivált oxigén csökkentése és esszenciális aminosavak felvétele	26 oldal
Miért öregszik meg néhány ember gyorsabban, mint mások?	28 oldal
Rákos megbetegedések, ahol a MANJU nem hozott javulást	30 oldal
A rákellenes szerek hatása	34 oldal
Sebészeti beavatkozások, kemoterápia vagy sugárkezelés okozta károk	37 oldal
A nem pontosan diagnosztizált rák kezelési lehetőségei	39 oldal
A rákgyógyászatban a pozitív gondolkodás elősegíti a pozitív eredményeket	41 oldal
MANJU, a megelőző gyógyászat hatékony fegyvere	43 oldal
<b>Hogyan hat a MANJU?</b>	<b>46 oldal</b>
Miért gyógyítja az erjesztett ital a súlyos betegségeket?	
Egy antioxidáns, mint az aktivált oxigén elleni fegyver	48 oldal
Miért van a MANJU-nak ilyen nagymértékű antioxidációs hatása?	50 oldal
A MANJU az EM kedvező hatásaival rendelkező koncentrátum	52 oldal
Korlátozás nélkül az egészségmegőrzésben	55 oldal
Első reakció és a MANJU okozta pozitív hatás	57 oldal
Regeneráló és revitalizáló erők a MANJU segítségével	60 oldal
Erjesztett ital, mint híd a Kanpo-gyógymód és a nyugati gyógyászat között	61 oldal
Felhasználási receptek	64 oldal

A MANJU csökkenti a mellékhatásokat a rákgyógyászatban	66 oldal
Vitaminok egyidejű szedésével lehet elérni a legjobb eredményeket	69 oldal
A második fejezet fő gondolatai	72 oldal
<b>A MANJU hatékonysága diabetes és egyéb krónikus betegségek esetén</b>	<b>73 oldal</b>
A diabetes káros hatásai és különböző reakciók a MANJU szedése során	75 oldal
Hogyan épülnek fel a gének?	78 oldal
Reumás-és hátfájdalmakat is okozhat az aktivált oxigén?	79 oldal
A MANJU normalizálja az immunfunkciókat	81 oldal
MANJU a demencia elkerülésére	84 oldal
MANJU-val végzett tesztek bulémiában szenvedő nők esetén	86 oldal
Terhelésfüggő szívérzsűkület gyógyulása betegeknél	88 oldal
A MANJU hatása atopikus ekcéma és asztma esetén	89 oldal
Helyreállítható-e a májfunkció?	92 oldal
MANJU, mint a vírusok és a bakteriális mikroorganizmusok elleni fegyver	95 oldal
MANJU AIDS ellen is?	97 oldal
<b>MANJU megelőzés céljából</b>	<b>99 oldal</b>
A megelőző gyógyítás leghatásosabb fegyvere	
Fogyasszunk több magasértékű fehérjét	102 oldal
Vitaminok és ásványi anyagok	106 oldal
Az alkohol és cigaretta fogyasztás	108 oldal
A MANJU megtisztítja a szennyezett tavakat és folyókat	110 oldal
Miért nagyobb a hatékonysága az EM-nek a fejlődő országokban?	112 oldal
Az öröm és a nevetés erősíti a testet	115 oldal
A természetben nem előforduló anyagok ártalmassága	116 oldal
A MANJU a modern gyógyászatot is segíti	118 oldal
Idős embereknek és gyerekeknek gyakrabban kellene MANJU-t inni	121 oldal
Ember és természet közötti együttműködés a MANJU segítségével	123 oldal
<b>Utószó</b>	<b>126 oldal</b>
<b>Irodalomjegyzék</b>	<b>129 oldal</b>

## **Előszó: A MANJU rendkívüli tulajdonságai**

MANJU a világ legjobb és leghatékonyabb antioxidánsa?

Az utóbbi évek folyamán a modern orvostudomány új, hatékony módszereket és technikákat fejlesztett ki olyan betegségek leküzdésére és gyógyítására, melyeket mégsem sikerült legyőzni. Ehhez járul az is, hogy az egyre öregedő társadalmunk erőteljesen növekvő egészségügyi költségeket igényel. Eljött az idő, hogy az egészséget a legfőbb emberi javak egyikeként kezeljük.

Antibiotikumokkal és oltóanyagokkal eddig kémiai módszereket alkalmaztak, hogy a legújabban fellépő fertőző betegségeket, mint az *Escherichia coli* 0-157-es fertőzést és az ebola-vírust kezeljék, melyek háttérében a rezisztenssé vált baktériumtörzsek és vírusok állnak és melyekkel szemben jelenleg tehetetlenek vagyunk.

Könyvem célja, hogy bemutassam Önöknek a MANJU-t. A MANJU nem gyógyszer, üdítő italként árulják. Teljesen íztelen és szagtalan, de semmi esetre sem hatás nélkül való. Több mint 4 éve alkalmazom klinikai területen és gyakran beszélgettem betegekkkel a MANJU-ról. Mindezen tapasztalatok kvintesszenciájaként csak azt mondhatom, hogy a MANJU-val a legerősebb antioxidáns van a kezünkben.

Miért betegednek meg egyáltalán az emberek? Gondoljunk csak a különböző életstílusokra, a különféle étkezési szokásokra és a stresszre, mértéktelenségre, valamint a vegyi anyagok befolyására. Mindezek a területeken az aktivált oxigén játszik döntő szerepet.

Amennyiben az aktivált oxigén géneket támad meg, azok akadályozva vannak normális működésükben és megbetegednek. Vegyük például a rákot meggátoló gént, amely amennyiben eredeti funkcióját elveszíti, rákos megbetegedés a következmény.

Az antioxidánsok olyan anyagok, melyek semlegesítik az aktív oxigén által keletkezett károkat. Érthetőbben elmagyarázva, egyféle méregtelenítőként is lehetne ezeket felfogni. A gyógyászatban „scavenger”-ről beszélünk. A MANJU alkalmazható közülük a legkönnyebben és leghatékonyabban.

Különösen pozitív, hogy semmiféle mellékhatása sincs. Semmi szerepet nem játszik az, hogy milyen kiegészítő kezelés következik, vagy milyen stádiumban van a betegség. Csupán minél enyhébb a betegség, annál intenzívebb a MANJU hatása, nem ritkán azonban végső stádiumban lévő rák esetén is bámulatos eredményeket érünk el. A MANJU nagy jelentősége antioxidáns tulajdonságában rejlik. Ezt a kiemelkedő tulajdonságot nem lehet elég gyakran hangsúlyozni. Ismereteim szerint nincs más antioxidáns, amely felér a MANJU-val.

A természetből ismert antioxidánsok a C-vitamin, a  $\beta$ -karotin, az E-vitamin és a flavonoidok. Kétségtelenül az E-vitamin ezek közül a leghatékonyabb. Azt állítom azonban, hogy a MANJU százszor hatékonyabb nála. Egy 41 éves tüdőrákos beteg példáján szeretném ezt Önöknek megmutatni. A következő fejezetben részletesen bemutatom, hogy bal tüdőlebensyének egy ötödét hogyan támadta már meg a rák. Túl késő volt már, hogy megoperálják. A beteg azonban nem volt tisztában helyzetével. Feleségével közölték, hogy férje életéből már csak három hónap van hátra.

A család egyik barátja, aki jól ismerte a MANJU-t, tudomást szerzett a siralmas helyzetről, elmagyarázta a feleségnek a MANJU hatásmechanizmusát és azt tanácsolta, hogy adjon a betegnek MANJU-t.

A feleség követte az utasítást, a MANJU-t belekeverte az ételbe és az italokba. A beteg bevette a MANJU-t a legcsekélyebb sejtelem nélkül. Egyidejűleg rákellenes injekciókat is kapott. A következő kivizsgálás azt mutatta, hogy a tumor egy kicsit kisebb lett. Ezután a beteget haza küldték.

Az otthoni kezelés folyamán tovább adták a rákellenes készítményeket, de kiegészítésként MANJU-t is. Három hónappal később eltűnt a rákos daganat.

Nem mindennapi, hogy egy egyértelműen diagnosztizált rákos daganat ilyen egyszerűen eltűnik, nem beszélve arról, hogy a tumor operálhatatlan volt és a betegről lemondtak. Aki gyógyászáttal foglalkozik, ezt a fejleményt csakis a MANJU-nak tulajdoníthatja. Valójában engem is meglepett ez az eredmény. Az említett esetben nem az én betegemről volt szó. Klinikai gyakorlatomban azonban találkoztam hasonló esetekkel.

Szilárd meggyőződésem, hogy MANJU szedésével még akkor is okunk van a reményre, ha a betegség már az egész testet megtámadta.

### **Mi is tulajdonképpen a MANJU?**

Klinikai munkám éveim folyamán az a szándék vezérelt, hogy a rákban és egyéb súlyos betegségekben szenvedő betegeimnek segíteni tudjak. Folyamatosan támpontokat kerestem, hogyan lehet súlyos betegeket gyógyítani. Néhány gyógymód felkeltette érdeklődésemet. A mai napig sem találkoztam azonban egyetlen olyan kezelési módszerrel sem, amely a MANJU-nál jobbnak bizonyult volna. A MANJU egy sor az ember számára hasznos mikroorganizmusból áll, melynek erős antioxidációs ereje van. Az E-vitamintól kezdve sok olyan anyag ismert, mely segít a testet egészségben és életerőben tartani. Azt lehet azonban mondani, hogy ezek közül egy a győztes. A bolygónkon előforduló sok mikroorganizmust két csoportba lehet sorolni, „építő” és „romboló”. Az építő mikroorganizmusok abban segítenek, hogy az életfontosságú funkciókat aktivizálják. Ezek elősegítik a növény növekedését és együttműködnek az életfontosságú funkciók fenntartásában. Velük szemben áll a romboló és lebontó mikroorganizmusok csoportja, mely a szerves anyagok szerveslenné alakításánál játszik szerepet.

A természetben mindkettő jelenléte nélkülözhetetlen. Az élőlények ezekre a segítőkire vannak utalva, hogy egészségesen fejlődhessenek. A természetben azonban a számunkra oly nagy fontosságú építőanyagok felhalmozása nem megszokott. Eddig nem volt arra lehetőség, hogy az emberek

rendelkezésére bocsátsunk egy ilyen keveréket. Csak az EM-el, a MANJU alaptermékével vált ez lehetővé.

Az EM Dr.Teruo Higának, egy feltalálónak a zseniális alkotása, aki Japánban az Okinawai Egyetem Mezőgazdasági Karának a professzora. Ő fejlesztette ki az aerob és anaerob mikroorganizmusok együttélési formáját. Olyan mikroorganizmusok ezek, melyek egy részének az oxigén méreg, másik része azonban nem képes nélküle létezni. Az élőlények lexikonában ezt ezidáig úgymond nem tartották nyilván. Ez azonban lehetséges.

Higa professzor híres munkájában számolt be erről: „Forradalom a Föld megmentésére” (lásd az irodalmi jegyzéket). Csak ajánlani tudom e könyv elolvasását.

Miközben mintegy 80 belünkben élő anaerob mikroorganizmusfajt (melyeknek egy része csekély mértékben aerob) és olyan mikroorganizmusokat hozott össze, melyek a szaké (rizsbor), miszó, szójaszószt és natto (Japánban széles körben elterjedt erjesztett szójababkrém) előállításánál az ember számára hasznosak, egy rendkívül különleges termék jött létre. Ezt az egyveleget effektív mikroorganizmusnak nevezzük, röviden EM-nek.

Mintegy 10 évvel ezelőtt jelent meg ez a termék. Azóta az EM-et használják a mezőgazdaságban, vegyszerek és műtrágyák alkalmazása nélkül magas értékű élelmiszerek termesztésére és a termés hozamok növelésére. Az állattartás és a halgazdálkodás is profitál belőle. Biohulladék kezelése, szennyvíztisztítás, folyók és tavak vízminőségének javítása, az ipari termelés és energia előállítás – mindezek az EM felhasználási területei. Ma már használják a Föld számos országában.

Az EM számtalan olyan hatóerőt bontakoztat ki, amely az életet támogatja és megtartja. Amennyiben ez a termék világméretben elterjed és szakszerűen használják, úgy biztonságossá válik a mezőgazdasági termesztés, és az emberiség legnagyobb problémái, mint az éhínség és az energiaszükséglet megoldhatóvá válnak. Ezenfelül az egyre inkább lepusztított természetet ismét



eredeti, egészséges állapotába lehet visszaállítani. Ezért fordul a világ figyelmé az EM-felé.

Az EM hatása az EM antioxidáns tulajdonságain alapul. A különbség abban van, hogy a MANJU nem tartalmaz mikroorganizmusokat. EM-1-ből nyerik szigorúan meghatározott előállítási folyamaton keresztül és üdítőitalként van engedélyeztetve. Az EM-1-et antioxidánsként használják tápanyagfeldolgozásnál, precíziós műszereknél, korrózióvédelemlél és sok más felhasználási területen. Az EM-1 tehát lényegében egy mikroorganizmuskultúra, a MANJU pedig egy abból nyert koncentrátum gazdag antioxidáns tartalommal. Mivel a MANJU nem gyógyszer, nem esik semmiféle korlátozás alá használatát, illetve mennyiségét tekintve. Tetszés szerint iható, másrészt csodálatos módon gyógyít erős hatású antioxidánsként.

## **Első tapasztalatok a MANJU-val**

Röviddel a MANJU kifejlesztése után nagy lelkesedéssel számoltak be nekem az emberek annak gyógyító hatásáról. „Ez egészen rendkívüli hatással van az egészségre”, és „rákbetegség, valamint időskori betegségek esetén nem várt eredményeket mutat”. Akkoriban azonban még kicsi volt az előállított mennyiség.

Különbéle betegségeknel mutatott erős hatása alapján merült fel a kérdés, hogy a MANJU-t el kellene-e törvényesen ismertetni gyógyszerként. Felfedezője Professzor Higa azonban úgy vélte, ez az árát rendkívül megemelné, mert elismertetéséhez egy sor hatására vonatkozó bizonyítékkal kellene szolgálni. Így a MANJU-t erjesztő italként dobták piacra.

Magam 1992-ben szereztem tudomást az EM-ről. Akkoriban Wako város polgármestereként ténykedtem, Sitama prefektúrában. Támogattam az EM-1, illetve az EM-A használatát a háztartási hulladék ártalmatlanításában, a szennyvíztisztításban és a mezőgazdaságban. A MANJU azonban orvosként keltette fel érdeklődésemet. Magamra utalva kísérleteztem vele kutyákon,

sertéseken, és szarvasmarhákon. Szerettem volna megtudni, hogyan hat a gyakorlatban a MANJU.

MANJU-t keverve az állatok takarmányába, rendkívüli gyógyulási folyamatokat tapasztaltam olyan állatoknál, melyek sertéspestisben vagy tőgybetegségekben szenvedtek.

Ezen eredmények beható tanulmányozása után elhatároztam, hogy magamon próbálom ki. Akkoriban enyhe diabetes mellitusban szenvedtem (a következőkben csak cukorbetegség). Naponta 20 ml-el kezdtem. Eltűnt a fejből a kábultság érzése és jelentősen javult állapotom. A cukorbetegség elmúlt. A mai napig olyan a vérképem, mint egy egészséges emberé.

A napi politikai helyzet állandó feszültségben tartott. Semmire nem volt elég időm. Minden az alvás kárára ment. A MANJU szedésével még a szükséges alvási időt is meg tudtam rövidíteni, mégis élénk és friss maradtam. Pozitív jelként értékeltem, hogy egyszerre több alkoholt tudtam fogyasztani. Arra következtettem, hogy a MANJU a máj funkciójának normalizálódását váltotta ki. Hogy ezt ellenőrizsem, a MANJU-t egy általam régóta ismert krónikus májpanaszokban szenvedő hölgnél alkalmaztam. Ő lett első klinikai esetem.

## **A májfunkciók normalizálásán keresztül a súlyos betegségek gyógyításáig**

Kérvényt kellett benyújtanom az Egészségügyi Minisztériumhoz, hogy kísérleteket folytathassak betegeken a MANJU-val. Amint említettem, a MANJU nem minősül gyógyszernek, hanem erjesztett ital. Az illető minisztériumi hivatalnok száján akaratlanul kiszaladt: „Mi? Fel akarja használni ezt a szert? Nincs kifogásom ellene.”

Orvosként egyedül viseltem a felelősséget, természetesen azonban meg kellett szereznem a beteg beleegyezését.

A beteg hölgy már több mint 30 éve szenvedett a hepatitis C (májgyulladás) krónikus formájában. A gyulladás májzsugorrá fejlődött és aztán

májrák stádiumába ment át. 7 éve megoperálták vele. Habár szerencsére el tudták nyomni a rák újbóli fellángolását, a májfunkció értékek (GOT/GPT) négyszer-öttször magasabbak voltak, mint a normális tartomány legfelsőbb értékei. Állapota összességében rossz volt.

Napi 40 ml-es dózissal kezdtem, amit hamarosan 60 ml-re emeltem. A beteg testében pozitív reakcióra került sor. Ezalatt azt kell érteni, hogy a javulási tendencia ellenére a beteg állapota átmenetileg rosszabbodhat.

Le kellett küzdeni ezt az akadályt. A már régóta mégcsak megközelítőleg sem normális májfunkció értékeknek lassacskán meg kellett közelíteni a normális értékeket. A következőkben a beteg színének egyértelmű világosodása volt megfigyelhető.

Normális esetben a krónikus májbetegséget egy sor rosszullet kíséri. A krónikus májbetegségek végülis gyógyíthatatlanok, de bizonyos mértékben vissza lehet térni egy normális életvitelre. Olykor mégis rosszabbodik az állapot és alig képzelhető el, hogy a hosszú idő alatt kialakuló májzsugor esetén a máj értékei még egyszer normalizálódjanak.

Ennek az esetnek a pozitív eredményei megerősítették önbizalmamat és elkezdtem végső stádiumban lévő rákos betegeknek beleegyezésükkel MANJU-t adni. Igen hamar világossá vált előttem, hogy nem csupán ráknál, hanem más súlyos megbetegedéseknél is kiváló eredményeket lehet elérni vele. Egy reumás betegnél, aki addig már járni sem tudott, állapotának meglepő javulása következett be. Itt egy tipikus krónikus ízületi reumáról volt szó, mely rettenetes fájdalmakkal járt.

Az állkapocsízület fájdalmai lehetlenné tették az ásítást, a kéz-és lábízületek úgy megdagadtak, hogy nem tudta már mozgatni őket. A betegem minden reménységét a MANJU-ba helyezte. Naponta 90 ml-es adaggal kezdtünk. 3 hónap múlva a duzzadás és a fájdalom eltűnt. A szájmozgás és az ásítás már fájdalommentes volt. A lábak mozgáslehetősége oly módon helyreállt, hogy még a kíméletes kocogást is elkezdhette.

## **Diabetes esetén is jó eredményeket érünk el**

Szeretnék Önöknek egy igen súlyos diabetes esetről beszámolni, amelynél sokáig nem akart semmiféle javulás bekövetkezni, és csak a MANJU tette lehetővé a beteg számára, hogy az inzulininjekcióról lemondjon és egy normális táplálkozási módhoz térjen vissza. Ezt az esetet később még részletesen fogom taglalni. Hadd tegyek azonban először még néhány általános természetű megjegyzést.

Pozitív eredményeket tudunk felmutatni olyan súlyos megbetegedések esetén is, mint a kollagenozis (lásd később). Egy 39 éves betegnél napi 30-50 ml-es italmennyiséggel kezdtük. Egy hónap múlva jelentős javulás következett be, úgyhogy nemcsak a napi 6-szor esedékes szteroidot lehetett csökkenteni, hanem az elkerülhetetlen mellékhatások is csökkentek. Ismét elkezdett nőni a haja és elmúlt a szédülés a felkelés után. Igen sok beszámolót kaptam a kollégáktól efféle és hasonló esetekről. Mindegyik esetben MANJU-t szedtek.

A kollagenozis olyan betegség, mint a reuma, polymyositis (több izomgyulladás, mely különböző izomcsoportok váltakozó megbetegedésével és magas lázzal jár) és a progresszív szisztematikus szklerodermia (a kötőszövet beteges megduzzadása, mely a bőr megkeményedésével és elvékonyodásával végződik). Mindegyikben közös, hogy az immunrendszer fájdalommal árasztja el és károsítja a saját testet. Innen van a név is: autoimmunbetegség.

Immunitás azt a képességet jelenti, hogy a testbe kívülről behatoló anyagokat megtámadja, elhárítsa és adott esetben megsemmisítse. Ezt a képességet antioxidációs erőnek is tekinthetjük. A kiváló antioxidáns MANJU szedése az immunerők erősítésével jár együtt. Ezért túlzás nélkül állíthatjuk, hogy a MANJU nem csupán kollagen betegségeknél, hanem minden súlyos megbetegedésnél hatásos. Az asztma például alig gyógyítható, manapság azonban sokaknak okoz gondot. Ebből is sokan kigyógyultak. Egy kisfiúnál a születés után azonnal diagnosztizálták az asztmát, és 6 év alatt egy sor igen

súlyos rohamot kellett elszenvednie. Csupán egy napi 10 ml-es adag e rettenetes tünetek igen gyors megszűnését idézte elő.

Egy 23 éves értékpapír-kereskedőnő olyan súlyos asztmatikus rohamokban szenvedett, hogy már alig volt képes munkáját kielégítően elvégezni. Egy 20 ml-es napi italmennyiséggel folytatott terápia minden rohamot megszüntetett, és még egy sor efféle esetről számolhatok be.

Teljesen nyilvánvaló, hogy a modern orvostudomány sokat fejlődött, viszont ennek ellenére még mindig számtalan betegség gyógyíthatatlan. Rák, reuma, szívbetegségek, magas vérnyomás, Alzheimer-kór, apoplexia, cukorbetegség, atopikus ekcéma (hajlamos, örökletes neurodermitis) stb. mind súlyos és a legsúlyosabb megbetegedések, melyeket csak a legkedvezőbb feltételek mellett egyedi esetekben lehet meggyógyítani.

A MANJU hozzájárulhat ehhez. Ez a könyv klinikai gyakorlatomból vett esetekről fog Önöknek beszámolni. Gondolják csak meg, a mai orvos társadalom egyre pesszimistább lett, mert a nem gyógyítható, illetve nem kezelhető betegségek száma folyamatosan nő.

Egy olyan betegség, melyre még nincs gyógymód, gyógyíthatatlan. A beteget sem kell becsapni. A MANJU elterjedésével az orvos nem érzi azt, hogy nem tud segítséget nyújtani. Újból reménykedni kezd.

Sok ember reménytelenséggel vegyes bizalmatlanságot érez a modern orvostudománnyal szemben. Ilyen esetekben a MANJU gyakran a reménysugár. MANJU-val az emberek azt a lehetőséget látják, hogy betegségük gyógyítható vagy a betegség előrehaladott állapota megállítható. Azt remélik, hogy megszabadulnak az erős fájdalomtól és megelőzhetik a súlyos betegségeket.

A MANJU gyógykészítményként való használatában még csak a kezdetnél tartunk. Nekünk, klinikai orvosoknak semmi sem fontosabb annál, mint hogy minél több esetet gyűjtsünk össze, melyekben a MANJU segített. A MANJU rendkívüli hatóerejét meg kell értetnünk az emberekkel. Az

egészségmegőrzés, a betegségmegelőzés, terápia – ezek mind a MANJU alkalmazási területei. A következő oldalak mindezt konkrétan megmagyarázzák.

Dr. Shigeru Tanaka

## **A MANJU kedvező eredményei a rák gyógyításában MANJU-val elért sikerek, ha már nem lehetséges az operáció a magas kor miatt**

A wakói kórházamba, amely Japánban Saitama prefektúrában található, sok végső stádiumban lévő rákos beteg jön, akikről lemondtak orvosai. Irodámban berendeztem egy rendelőt, ahol a MANJU-val kapcsolatos kérdésekkel foglalkozunk. A legtávolabbi vidékekről jönnek hozzám betegek ezzel a kérdéssel „Nem tudna nekem MANJU-t adni?”

Így történt ez Nami Nakashima (86 éves) esetén is. Végső stádiumban lévő petefészekrákban szenvedett. Tulajdonképpen egy esés okozta sérülés kapcsán utalták be a kórházba. Ebből az alkalomból alaposan kivizsgálták és ekkor állapították meg a rákot is. Az operáció bejelentése kétségbe ejtette a családot. Valóban szükség van operációra ebben a korban? Ezután átmenetileg hazabocsátották a beteget a kórházból és átutalták egy tokiói petefészek-specialistához. Az újbóli vizsgálat ahhoz a diagnózishoz vezetett, hogy habár bizonyára sikeres lenne egy operáció, a gyenge szív miatt nem lenne a túlélés biztos. Így lemondtak az operációról.

Nehezére esett azonban a családnak, hogy hozzátartozójuk halálát tehetetlenül kell várniuk. Véletlenül olvasták egy egészségügyi folyóiratban egyik MANJU-ról szóló cikkemet és 1996 augusztus végén felhívtak engem.

A petefészekrák „tumormarker”-e (egy a daganat által termelt anyag, mint a rák terápiaeredményére és meglétére szolgáló érték), a CA 125-ös marker 104-

es értéket mutatott. Egy 100 fölötti érték a legsúlyosabb megbetegedést mutatja. A betegnek már csak 3-4 hónapot adtam. Az öreg hölgy azonban ragaszkodott a MANJU-hoz. „Akkor vegyen be belőle napi háromszor 70 ml-t (tehát összesen 210 ml)”- határoztam meg az adagolást és MANJU-t juttattam neki.

Amikor három hónappal később ellenőrző vizsgálatra jött a tókiói kórházba, az eredmények mindenkit ámulatba ejtettek. A CA 125-ös érték 74-re süllyedt. Az orvos nem volt tájékoztatva a MANJU szedéséről. Neki minden meglehetősen érthetetlennek tűnt. Ez az érték a beteg MANJU-ba vetett bizalmát egy csapásra megerősítette. A folyamatos szedés mellett maradtunk. A későbbi fejleményekről részletesen tájékoztattak a család részéről, úgyhogy mindenről tudtam.

Tájékoztatásul a CA 125-ös érték változásai:

1996.08.03. 104 (a MANJU szedésének kezdete 09.16-án)

1996.12.04. 74, három hónapi szedés után

1997.04.03. 70, hét hónapi szedés után

1997.09.05. 65, tizenkét hónapi szedés után

Az értékek ilyen nagy változásai többnyire a tumor visszafejlődésére utalnak. Ezen felül a beteg egészségi állapota sokkal jobb volt, mint annak előtte. A család beszámolója szerint még egy náthát sem kapott el. Ősz haja a homloktól fölfelé elkezdett sötétülni. Alábbhagyott levertsége, újból élénk és tetterős lett, egyre több otthoni feladatot tudott vállalni. Igen, még naplót is vezetni kezdett. A MANJU szedésének köszönhetően nem csupán a tumor tűnt el, hanem az egész teste megfiatalodott.

Ezt a további vizsgálatok is alátámasztották. 1997. novemberében a kórházban agy-Scanninget végeztek a betegen. Az agysejtek állapota „olyan frissnek mutatkozott, mint egy 40 évesnél”. A diagnosztizáló orvosnak az volt a véleménye, ha ez így marad, 100 évig is élhet. Még az időskori demencia

(öregkori gyengeelméjűség) első jelei is eltűntek. Hetente háromszor szépírási gyakorlatra jár egy öregek otthonába. A MANJU adagot később háromszor 50 ml-re csökkentettük. Legutóbb ezt mondta: „Amíg MANJU-t szedek, nem félek a ráktól.” Még körültekintő orvosi ellenőrzés mellett is a bizalom marad a legfontosabb, hogy MANJU-val javulást, sőt gyógyulást lehessen elérni. Nakashima asszony idejében észre vette, hogy hogyan lesz egyre jobban és hogy azt a MANJU-nak köszönhette. Nakashima asszony kedvező reakcióit már a MANJU szedésének első hónapjai alatt részletesen publikálták az egészségügyi szaklapokban. Az említett esetben döntő volt a család együttműködése a MANJU hatása szempontjából.

### **A MANJU erősíti az operáció után a gyógyulási folyamatokat**

A következőkben a tüdőrákban megbetegedett Sugie Uchida úr (70 éves) esetét szeretném bemutatni. Éveken keresztül Kyushu város polgármesterként túlzottan el volt foglalva ahhoz, hogy eljöhessen hozzám a saitamai kórházba. A következőket írta, melyből csak a legfontosabbakat szeretném megemlíteni, a levél bizalmas volt: „17 évvel ezelőtt szívinfarktus után éppenhogy meg tudtak menteni. Ezután fokozottan ügyeltem egészségemre. Ügyeltem a diétára, az étrendre, és nem hagytam ki az évente kétszer előírt kivizsgálást. Ez év januárjában azt mondták: panaszmentes. A következő júliusban végzett kivizsgálás eredménye egy mellkasi árnyékoltság volt. Egy későbbi alapos kivizsgálás a bal tüdőfél alsó lebenyében található daganatot diagnosztizálta. Már igen nagy volt. Azonnal rákra gyanakodtam. Az operációra inkább ma kerüljön sor, mint holnap. Előtte azonban meg akartam a MANJU-val próbálkozni. Beszedtem a MANJU-t a hozzácsatolt recepten lévő utasítás szerint. Még egyszer nagyon köszönöm. Egy könnyen elviselhető köhögés kíséretében javult az általános közérzetem. Ismét hatalmas étvágyam lett. Az első diagnóziskor az orvos operációt javasolt, még mielőtt késő nem lesz. Orvosi



körökben csak nemrég volt újból szó arról, hogy a rákot a lehető legkorábbi stádiumban operálják meg. Én sem voltam teljesen az operáció ellen”.

Egy operáció azonban nagy mennyiségű aktivált oxigént termel. Még ha le is győznék a rákot, labilis maradna az operáció utáni állapot, ez az immunerők összeomlását és a rák újbóli fellángolását okozná. Ez történik gyakran a rákellenes gyógyszerek szedése során is.

Kérésre egy újabb receptúrát mellékeltem, és a MANJU-val együtt elküldtem azt Uchida úrnak. Ezt írtam: „az első héten naponta 100 ml-t szedjen, naponta kétszer 50 ml-t. Később emelje ezt 200 ml-re”.

Uchida urat ezután megoperálták, ahogyan tervezték. Tulajdonképpen az egész tüdőfelet ki kellett volna operálni, de mégis csak a felét távolították el.

Minél kisebb az eltávolítandó rész, annál jobb helyzetben van a test. Gyakran azonban nem távolítják el teljesen a rákos gócot, ezáltal megnő a visszaesés valószínűsége. Uchida úr esetében azonban másfél évvel az operáció után örvendetes módon nem lehetett visszaesést diagnosztizálni, makkegészségesnek bizonyult.

Mint mondtam, Uchida urat nem én vizsgáltam meg. Mivel azonban az ő esetében a MANJU klinikai alkalmazásának jó példájáról volt szó, arra kértem az orvost, hogy küldje el nekem az operáció előtti, alatti és az azt követő idő kórtörténeti adatait.

Az alábbiakban 1996-ból származó adatokról van szó:

07.29. Beutalás a kórház belgyógyászatára operáció előtti vizsgálatra.

Eredmény: teljes narkózissal történő operáció eldöntése. Nem számítanak komplikációkra.

08.02. Áthelyezés a sebészetre.

A bal tüdőfél alsó lebenyének eltávolítása. Az altatás időtartama: 6 óra. Az operáció időtartama 4 óra 25 perc, 234 cm<sup>3</sup>-es vérveszteség. Operáció után intenzív osztályra helyezés.

- 08.06. Délelőtt tíz óra. Tüdőből csővezeték kihúzva.  
13,00 óra: a beteg éhségérzetről panaszkodik.
- 08.07 Ebéd, kb. a megszokott mennyiség fele.
- 08.08. Teljes vacsora
- 08.09. A beteg már felkelt.

Egy 70 éves számára ez gyors javulás. A MANJU beszédése és az operáció között csak 10 nap volt. Az operáció utáni gyors javulás a MANJU folyamatos szedésével van összefüggésben. Amennyiben szedik a MANJU-t az operáció előtt, akkor annak a lefolyása komplikációmentes.

### **A rákellenes gyógyszerek hatékonysága**

Osamu Saito úr 41 évesen élete teljében volt, amikor tüdőrákban megbetegedett. Amint az előszóban említettem, a rákos megbetegedést nem jelezte semmiféle tünet. A glycosuria-jának (a cukor kiválasztódása a vizeletben) rosszabbodásával kapcsolatban azt a kórházban szűrték ki. Tájékoztatták a feleségét, hogy már csak három hónapja van hátra. Ez 1994 decemberében volt. A bal tüdőfélnek 4/5-ét támadta meg a kór, az operáció komplikáltnak tűnt. „Arra kell felkészülnie, hogy férje nem éri már meg a következő cseresznyevirágzást”, hangzott az orvos felvilágosítása. Saito asszony mesélt erről a család egyik barátjának, aki igen jól ismerte a MANJU-t. Ő a következő napon magával vitt a kórházba 200 ml MANJU-t, 10 db 20 ml-es adagban, és azt javasolta a bizalmatlan betegnek, hogy szedje ezt a vizeletpanaszokra. Két nap múlva lázas lett, de nem nagyon. (Mintegy 37,5 C°, mint könnyű megfázás esetén).

„Hát mit hoztál nekem?” kérdezte a beteg szemrehányóan. A feleség azonban magabiztos volt. Mielőtt a barátjuk haza indult, még egyszer részletesen felvilágosítást kért tőle, mindent elolvasott a folyóiratokban és információs anyagokban, átlapozta Higa professzor ismert könyveit (lásd irodalomjegyzék)

és megerősítést kapott arra vonatkozóan, hogy férje testi reakcióját éppenséggel pozitívan lehet értékelni.

A feleség barátjuk utasításaihoz tartotta magát, beleöntötte a MANJU-t a férje ivóvizébe, gyümölcslevébe vagy belekeverte egyszerűen az ételébe. Mindezt olyan ügyesen csinálta, hogy a beteg minderről nem szerzett tudomást. A kórháznak nem volt szándékában, hogy a rákot egy ilyen előrehaladott állapotban megoperálja. Csak gyógyszeres kezelésre támaszkodtak. Egy hónappal a láz megszűnése után a beteget hazabocsátották.

Feltételezték, hogy a láz a rákellenes gyógyszerek mellékhatása. Az elbocsátása előtti utolsó röntgenvizsgálatnál az árnyék már valamivel kisebbnek mutatkozott. A kórház ezt is a gyógyszerekre vezette vissza. Legalábbis ez volt a magyarázat, amit az asszonnyal közöltek: „A gyógyszerek kiválóan hatnak néhány betegnél, és időleges javulás következik be. Így van ez a férjénél is. Talán mégiscsak tovább él a cseresznyevirágzásnál,” így nyilatkoztak.

Feltehetően az orvosok ekkorra már viszonylag elbizonytalanodtak. Szokatlan volt, hogy egy halálraítélt beteg egy hónappal később a javulás útjára lépett, ezt azonban a gyógyszerek hatásának tulajdonították.

A kórházba szállításkor 80 kg volt a beteg, elbocsátása időpontjáig 15 kg-t fogyott. Az orvosok jól tudták, hogy a rákbetegség végső stádiumában nem hatnak már a gyógyszerek. Álláspontjukat azzal magyarázták, hogy csak átmeneti javulásról lehet szó.

A feleség másként gondolkodott. Ő hitt a MANJU hatásában és titokban továbbra is adagolta férjének. Szerencsére hetente egyszer a kórházba kellett a betegnek mennie gyógyszeres utókezelésre.

A rákellenes gyógyszereknek a MANJU mellett való szedésekor kevesebb mellékhatásuk van, és még javulást is elő tudnak idézni. Ezért nem csupán a MANJU-nak kell tulajdonítani a pozitív hatást. A szóban forgó esetben a rák havonta mintegy egyharmaddal lett kisebb és rövid időn belül megszűnt. Aki járatos az orvostudományban, nehezen tudja elfogadni, hogy a rák csupán a

MANJU által eltűnik. A leírt esetben az orvosok a MANJU-ról semmit sem tudtak, csak a legvégén szereztek róla tudomást. Nagyonis érthető, hogy a gyógyszerek erős hatásáról beszéltek.

A család barátja hasonlóképp megmentőként lépett fel, de a beteg mindezt nem sejtette. Most már visszatért a hétköznapi életbe és még mindig arról beszél, hogy a vizeletben lévő cukor miatt került kórházba és „furcsa dolgokat adtak neki inni”. Egy csodálatos példa az operáció nélküli gyógyulásra. Bizonyára hatékonyak voltak a rákellenes gyógyszerek is, de feltételezhetjük, hogy ebben az esetben a MANJU elnyomta a heves mellékhatásokat.

### **A MANJU erős antioxidációs hatása**

Vannak példák arra, hogy a MANJU még akkor is hat, ha csak az operáció után kezdik szedni. A következő eset ezt világítja meg. Kazuari Hyodo-t (45 éves) egy ritka rákos betegség, az astroblastocitóma támadta meg.

Az agyban van az úgynevezett glia (az idegrendszer szövetközötti sejtszövege), amely az agysejtek környezetét tölti ki. Az a rák, amely a glia egy fajtájában keletkezik, az astroblastocitóma, rosszindulatú daganatnak számít.

A beteg kórlapjáról tudtam meg, hogy május 21-én távolították el a tumort és június 28-án kezdték el a besugárzást. Egy külső egyetemi klinikán történt operáció után légzésbénulás lépett fel, amely mesterséges lélegeztetést tett szükségessé.

A sikeres operáció után végül fel akart kelni a beteg, de nem tudott rendesen mozogni. A diagnózis megrendítő volt, és kevés reményt adott neki. Mindig felteszik a kérdést: „Lehet-e a MANJU-val valamit tenni?” Ezért aztán áthelyeztettem a kórházamba a beteget. Az augusztus 25-én történt átszállításkor kezei és lábai zsibbadtak és mozgásképtelenek voltak. Teljesen mozdulatlanul feküdt. A következő napon elkezdtük a MANJU infúziót. Az adagolt mennyiség viszonylag kevés volt, de közvetlenül a vérbe juttatva megnőtt a hatása.

Számomra mindez még új volt, és minden bátorságomat össze kellett szednem az ilyen MANJU-infúziónál, mégha egészen kicsi mennyiségekkel is kezdtem. Hamarosan észleltem, hogy a MANJU infúziója hatni kezdett.

Orvosi felelősségemnél fogva súlyos betegeknel ma már mindig az infúziós módszer mellett döntök. Hyodo úr esetében 2 ml-el kezdtünk és aztán emeltük minden alkalommal 0,5 ml-el. Egy hét múlva az önálló (spontán) légzés újból beindult. Az infúziókat tovább folytattuk. Hamarosan újból tudta már egy kicsit mozgatni kezeit. Egy gégemetszés következtében nem tudott már hangot kiadni. A tudata nagyon tiszta volt, és étvágya is visszatért lassacskán. Hogyan lehetséges az, hogy az egyetemi klinika lesújtó ítélete után még lehetséges egy ilyen javulás?

Hibás diagnózis az orvosok részéről teljességgel kizárt. A jelenlegi orvosi kezelés állása szerint egy rákos daganat növekedése nem olyan könnyen állítható meg. Ha a daganat eltávolítása után a beteg nem tud már önállóan lélegezni és tetraplégia (mind a 4 végtag teljes bénulása) lép fel, akkor ki kell jelenteni: „Javulásra nincs kilátás”.

Egy ilyen esetben a test az utolsókat kínálja fel az aktivált oxigén ellen indított harcban, amit az nyer meg, akinek több a tartaléka. Végző stádiumban lévő rákos betegeknel az aktivált oxigén mennyisége olyan magas, hogy alig lehet elegendő antioxidánst vele szembeállítani, nincsenek azonban mindnyájan abban a helyzetben, hogy egyedül végérvényesen leküzdjék a rákot. Itt lép színre a MANJU és kiegészíti a hiányzó erőket. Antioxidánsaival egyféle híd szerepét tölti be. Egyedül nem képes közvetlenül legyőzni a rákot, de kiegészítő adagolása esetén (ital és infúzió formájában) jelentős eredményeket lehet elérni.

A végző stádiumban lévő rákos betegeknek különböző mennyiségű vitalitásuk marad. Hasonló a betegség lefolyása, hasonlóak a tünetek - mégis különbségek vannak az életerőben. Pusztán kívülről szemlélve ez érthetetlen. A MANJU szedése azonban megvilágítja ezt, hiszen egyedül ebben rejlik szedésének jelentősége.

A MANJU nem minden embernél hoz egyforma eredményeket, mert minden emberi test más. Így lehetetlen, mindig egy szabály szerint eljárni, és a hasonló tünetekkel rendelkező embereknek hasonló dózist adni, hogy ugyanazt a hatást érzük el.

Nem egyszer maradtam jó eredmények nélkül – a MANJU-val szembeni magas elvárások ellenére - végső stádiumban lévő rákbetegeknél. Azonban valójában mindig el lehet valamit érni. A beteg számára megfelelő MANJU mennyiség meghatározására jó indikátor a tumor-marker. Ehhez járul még a beteg testi állapota, akaratereje, bátorsága, a fájdalom foka, depresszióra való hajlama, látása, hallása- egészen általánosan az öt érzékszervvel összefüggésben álló önmaga észlelése - és a beteg lelki állapota.

### **Fokozni kell párhuzamosan az antioxidációs erőket**

Vannak olyan betegek, akiknél MANJU-val jelentősen javul az egészségi állapot, más betegeknél adhatunk akármennyi MANJU-t – intravénásan vagy italként – , semmi nem változik, úgy tűnik, minden embernek különös affinitása van a MANJU-hoz. Eddigi tapasztalataim azt mutatják, hogy 100 ember közül csak egy nem reagál jól a MANJU-ra.

Talán ez is a velünk született képesség és a gének kérdése. Mégha egy bizonyos időpontban nem is látható semmiféle hatás, a test antioxidációs erői mégis erősödnek. Valamikor később sor kerülhet a test heves reakciójára. Ezért mindenképpen ajánlatos a MANJU folyamatos szedése olyan erőteljes megbetegedéseknél, mint a rák.

Yoshiyuki Sasaki úr (56 éves) tüdőrákja kezelése alatt kért tőlem MANJU-t. Tájékoztattott betegsége történetéről, - 1996 júliusában állapították meg a rákot. Időközben az agyban áttétek képződtek, sem rákellenes gyógyszerek, sem sugárterápia nem volt lehetséges.

A tüdő operációja túl komplikált lett volna, úgyhogy az orvosok már feladták. A beteg sem tudott erről az utolsó diagnózisról. Feleségét következőképpen tájékoztatták: „férjének tüdőrákja van, amely az agyban szétszóródott. Ezeket a helyeket gyógyszerekkel és besugárzással kezelhetnénk. Az agyat még kezelni fogjuk, aztán azonban haza bocsátjuk. Tegye az életét a lehető legszebbé”.

Ha hitt volna az orvosnak, már csak a halált várta volna.

Akkor hallott valahol a MANJU-ról és azonnal telefonált nekem. Feljegyzéseim szerint ez mintegy fél évvel azután volt, miután a tüdőrákot felfedezték, azaz 1997. október 21-én. Az elmondottakra így válaszoltam: „Már sok embert meggyógyítottam MANJU-val. Bár garancia nincs, ne adja azonban fel.” Azonnal elküldtem neki egy receptúrát napi 180 ml beszedésére. Csak két hét múltán vett észre először változásokat. Dúsabb lett és besötétedett férje haja, testi állapota általában erősebb lett. Ezután boldogan kísérte el férjét a kórházba ellenőrzésre.

A röntgenfelvételek az árnyékos felületek látható csökkenését mutatták. A főorvos viszonylag meglepődve nézett rá és ezt mondta. „Figyelemre méltó, hogyan hatott a rákellenes gyógyszer.” Azóta ez a beteg nem lépte át ennek a kórháznak a küszöbét. A mai napig issza a MANJU-t.

A „már csak fél évből” 18 hónap telt el (1998. március). Ez egy évvel több, mint amit jósltak. Talán ez semmi? Mégsem elégedtünk meg ennyivel.

1997-ben kaptuk a hírt, hogy állapota jelentősen rosszabbodott. Vizsgálatunk azt mutatta, hogy az agydaganat visszahúzódóban volt, de a jobb tüdőfélben található 3-4 cm-es tumoron kívül, mindkét tüdőfélben áttétek voltak.

Ismét beállt a véres köpet és a köhögés. A nyaki nyirokcsomók meg voltak duzzadva. A MANJU italként már hatástalan volt. Át kellett infúzióra térni. Ez a terápia gyógyította a köhögést és a vérzést, a nyirokcsomók duzzadása is visszahúzódott, amíg azonban ezt nem szüntettük meg, az infúzióknál maradtunk. Lassan elindult egy folyamat a testi felépülés irányában.

Ebből az esetből azt tanulhatjuk meg, hogy a MANJU nem mágia. Növeli az antioxidációs erőket és támogatja az öngyógyítás folyamatát. Vannak esetek, ahol a rákos daganat visszahúzódik, van ahol megmarad. Ezért jobb, ha ilyen esetekben kombinált terápiát alkalmaznak, például cápaporccal, C-vitaminnal, vagy AHCC-vel (active hexose correlated compound-funkcionális táplálkozás). Ez gombakivonatok speciális keveréke, melyet Japánban állítanak elő. Optimális olyan kórképeknél, melyek legyengült immunrendszerrel állnak közvetlen kapcsolatban. Amennyiben csak lassan hatna a MANJU, úgy az antioxidációs erők erősítése céljából a táplálkozásra kell irányítani a figyelmünket.

### **Mellékhatások nélküli jó eredményekre kell törekedni**

Teruko Hara asszony esete kapcsán (61 éves) szeretném a MANJU szájon keresztüli szedésének hatóerejét bizonyítani. Esetét legjobban írásos leletei dokumentálják. Amikor Hara asszony egynapos ellenőrzésre jött az egyetemi klinikára, azt mutatta a vizsgálat, hogy a jobb tüdőfélben eltérés található. A computer-tomográfia (CT) egy 1 cm-es átmérőjű tumor létét fedte fel.

Többszöri konzultációt követően operációra került sor. Mivel Hara asszony és férje ismerték a MANJU-t, felkerestek és a beteg azt kérte, hogy az operációig lehető legtöbb MANJU-t szedhessen, hogy ezzel erősödjenek az antioxidációs erők. Tehát napi háromszor 20 ml-el kezdtük, azaz napi 60 ml-es adaggal. 5 naponként 10 ml-eket emeltünk. A végső adag napi háromszor 60 ml volt, tehát összesen 180 ml. Csak két hónappal a szedés megkezdése után tűnt el az 1 cm-es tumor. Az operációt törölni lehetett. Korábban ilyen esetben a jobb tüdőfelet teljesen eltávolították volna, ami természetesen megnehezítette volna a légzést. Más komplikációk is járultak volna még ehhez, mint a csökkent mozgásképesség. Ezt egy különösen nehéz esetnek kellett volna tekinteni.

Az utóbbi időben az operációs technikában nagy eredményeket értek el. Egy endoszkóp (belső tükrözés) segítségével a tüdőt behatóan megvizsgálják és kiderítik a beteg góccokat, és csak ezek eltávolítására van szükség. Az ilyen



operációtól ma már nem kell félni. Teljesen elegendő csupán MANJU-t inni. Egy kevesebb mint 1 cm-es átmérőjű rákos daganat esetén időben szedjük a MANJU-t és a tumor operáció nélkül eltűnik. Hara asszony példája ezt támasztja alá világosan. Azt gondolom, hogy esetében annak volt jelentősége, hogy a tumort időben fedezték fel. Ez a legnagyobb biztosítéka a gyógyulásnak. Ez azonban nem jelenti azt, hogy minden reménnyel fel kell hagyni, ha későn fedezik fel a daganatot, amit a következő eset kapcsán szeretnék bizonyítani.

A pajzsmirigyrák esetén csak lassan képződnek a rákos sejtek. Lehetséges az operáció, ha korán diagnosztizálják. Kazuko Inoue asszony (43 éves) esetén a diagnózis idejére már a tüdőben is áttétek voltak, úgyhogy egy operáció már nem jöhetett szóba.

Inoue asszony a népi gyógymódhoz, a Kanpo-gyógyászat receptjeihez folyamodott, melyeknek nagy hatást tulajdonít a közvélemény. Kanpo-nak nevezik Japánban a hagyományos kínai orvoslás (TCM) japán variánsát. Mivel a kínai gyógymód erős kínai befolyásra Japánban hosszú ideig

– több, mint egy évezredig – a modernizációig hivatalos gyógymódnak számított, Japánban önálló, olykor ellentétes gyógyászati iskolák alakultak ki. Kanpo (Kanpo Japánban a TCM szokásos elnevezése és a Han-dinasztia jelentős módszere) tehát nem teljesen azonos a TCM-el.

Mivel azonban semmiféle eredmény nem mutatkozott, átváltott MANJU-ra. A szedés hatására a tumormarkerként használt tireoglobulin-érték csökkent, míg négy hónappal később a rákos daganat növekedése megszűnt.

Inoue asszony 70 ml MANJU-t szedett naponta. Miután nem nőtt tovább a rákos daganat, egyszerűen továbbra is szedte azt. Egy évvel a szedés megkezdése után újból el tudta látni ház körüli teendőit. A MANJU-n kívül nem részesült más gyógymódban.

Egy másik esetben egy férfinél állapítottak meg CT-vizsgálattal (Computer-tomográfus vizsgálat) mintegy 5 mm-es tüdődaganatot. Mivel rákra

gyanakodtak, beutalták a beteget egy klinikára. A sejtvizsgálatok nem mutattak egyértelmű eredményt.

Óvatosságból három hónappal később még egyszer meg akarta magát vizsgáltatni a beteg, ekkorra azonban már véletlenül ráakadt a MANJU-ra. Mivel úgy gondolta, hogy nem árthat a MANJU, elkezdte szedni.

Három hónap múlva még egyszer megvizsgálták. A daganat nyomtalanul eltűnt. Ez a férfi sem tájékoztatta orvosát a MANJU-ról, aki értetlenül állt a fejlemények előtt és azt mondta: „Lehetséges, hogy ön legutóbb csak meg volt fázva”. Egy olyan orvos, aki ismeri a MANJU-t, ismeri a fejleményeket is ilyen esetekben.

Az említett betegnél még nem fejlődött ki a rákos daganat, de sejthető, hogy kialakulhatott volna. Ezért tanácsos, hogy még egy jóindulatú daganatot is kezeljünk MANJU-val.

Ha jelenleg nem is tudjuk még a MANJU hatékonyságát orvosi bizonyítékokkal alátámasztani, csupán azon tények alapján, hogy a betegnek nem kell tartani az esetleges mellékhatásoktól, kötelességük lenne az orvosoknak a betegeket felvilágosítani a MANJU-ról.

### **Rákmegelőzés: az aktivált oxigén csökkentése és esszenciális aminosavak felvétele**

Eddig a MANJU-nak a rák ellen kifejtett kiváló hatását emeltem ki. Most néhány olyan gondolatot szeretnék ehhez még hozzátenni, amit a modern gyógymódokkal foglalkozók fogalmaztak meg. Miért betegszenek meg az emberek egyáltalán rákban?

Az emberek és az állatok teste, de még a növények is sejtekből állnak. Ezek a sejtek minden egyes test legkisebb élő egységei. Ezen sejtek felépítése egy mintát követ. A sejt belsejében található a sejtmag, amiben a DNS az életinformáció hordozója.

A DNS-ben leírt életinformációk határozzák meg az összes élettevékenységet. A rák azt jelenti, hogy a rákos sejtek aktivizálódnak és a rákos sejtek hamis információin keresztül megbetegítik az egészséges sejteket is. Tudjuk, hogy az egészséges emberekben naponta 3000 rákos sejtcsíra keletkezik. Ezek között vannak olyanok, amelyek rákká mutálódnak, azaz egy egészséges ember testében is sor kerül rákos sejtek növekedésére.

Mégha termelnek is rákos sejteket ezek a gének, a rosszindulatú sejtek rombolásán dolgoznak a szupresszor-gének. Vegyük például P 53-as gént. Rákellenes (anti-carcinogen) tulajdonságánál fogva ez szupresszor fehérjét termel. Ha ez a gén az aktivált oxigén támadása következtében károsul, akkor rák keletkezik. Ez a fehérje nélkülözhetetlen. A rákmegelőzés tehát azt jelenti: meg kell akadályozni az aktivált oxigén általi károkozást és mindenek előtt jó minőségű magas értékű fehérjét kell magunkhoz venni.

Sok oka van a rák létrejöttének. Mintegy 50 fontos anyagot és tényezőt ismerünk. Warabi (páfrány bimbója) és a sült hal minden esetre biztosan nem tartoznak ide. Japánban széles körben elterjedt hamis felfogás, hogy ezek a táplálékok rákot idéznek elő.

A késztermékek adalékanyagai viszont lehetnek rákkeltők. Azt mondják, az tény, hogy ezeknek nincs különösebb befolyásuk. A változatos táplálkozás biztos nem okoz rákos megbetegedést. Helytelen azonban minden mértéktelenség a hétköznapi táplálkozásban. Ha hajlamosak vagyunk folyamatosan, túlzott mértékű állati eredetű zsiradékok felvételére, ebből adódnak a rák kialakulását segítő faktorok és az öregkori megbetegedések éppúgy, mint az öregedési folyamat felgyorsulása.

Az aktivált oxigén termelődésével függnek össze a dolgok. Akkor mi az, amit ne együnk? Habár az emberi szervezet tud alkalmazkodni emésztési funkciójában a megemelkedett tápanyagfelvételhez, valamikor azonban összeomlik az anyagcsere.

Úgy van ez, mint egy kályhánál, ahol a tűzifát kőszénnel helyettesítik. A kályhának megvan a rá jellemző mérete. Ha szenet teszünk bele tűzifa helyett, tökéletlen égés következik be. Füst keletkezik és a szén nem ég megfelelően. Az emberi testre vonatkoztatva ez a túlzott evésnek felel meg. Emésztés, felszívódás, égetés, kiválasztás – ha az anyagcserét megzavarjuk, aktivált oxigén keletkezik.

Ez megtámadja a géneket, a test „berozsdásodik”, fájdalom keletkezik. Ilyenkor természetes, hogy hosszabb–rövidebb időre kizökkennek a test funkciói a régi kerékvágásból. Be kell látni, hogy ezek a szabálytalanságok annak a folyamatnak az alapját képezik, amely rákhoz vezethet.

### **Miért öregszik meg néhány ember gyorsabban, mint mások?**

Mindenki tudja, hogy a mértéktelen evés és ivás, a rendszertelen élet, a túl sok stressz, és alkoholfogyasztás és a dohányzás aktivált oxigént termel és emiatt természetesen mindez káros. Azonban sok rendezett életvitelű ember is megbetegszik rákban. Különösen fontos, hogy ne dohányozzunk és ne igyunk alkoholt. A helyes táplálkozás is előny. Elsősorban a stressz kerülendő!

Megbetegedhetünk ennek ellenére rákban? Sokan vannak a rákos betegek között olyanok, akik normális életvitelűek. Csupán az a végkövetkeztetés marad, hogy a test antioxidációs erői és a keletkező aktivált oxigén között folyó harcban az aktivált oxigén győzött károsító erejével. A mitochondriumnak nevezett sejtalkotórész az energiatermelés helye. A tápanyagok elégetéséért ott állandóan oxigénre van szükség. Az elégetéskor aktivált oxigén keletkezik 2 %-os arányban. Ez egy agresszív oxidációs erővel rendelkező oxigén, ami megsérti a géneket, kárt okoz bennük és lipidperoxidot termel, egy öregedést okozó anyagot, a táplálkozás módjától függetlenül. Az energiatermelés azonban szükséges. Ennek következtében egy olyan rendszernek kell jelen lenni, amely a testben termelt aktivált oxigénnek a károkozását korlátozni tudja.

Milyen rendszer ez? Amennyiben sor kerül a testben az aktivált oxigén termelésére, arányosan keletkezik az antioxidációs anyag, a SOD, (superoxid-dismutase) egyféle méregtelenítő anyag. Mintegy a 40. életévtől csökken az a képesség, hogy ezt az anyagot termeljük. E képesség csökkenésével együtt jár a rákos megbetegedések és az öregségre jellemző betegségek esélyeinek a növekedése. Ezért válnak a középső életszakasztól kezdve egyre nagyobb életfontosságúvá az antioxidánsok.

Hogy kiegyenlítsük ezt a hiányt, a táplálkozásból minden felesleget el kell távolítanunk, ami valamilyen módon hozzájárulhatna az aktivált oxigén termeléséhez, hogy a lehetséges károk egy részét megakadályozhassuk. Másrészt antioxidánsokat kell kívülről bevinni.

Ilyen antioxidánsok például az E-vitamin és a C-vitamin, aztán a SOD termeléséhez (a testben az aktivált oxigént ellenőrzi – fontos!) a testben elengedhetetlen fehérje, valamint az ásványi anyagok. Mégis rendkívül nehéz, táplálkozással kiegészíteni a megfelelő vitamin -és ásványi anyag mennyiséget. Könnyű a szükséges C-vitamin mennyiséget elérni (50-60 mg), hogy ne szenvedjünk vitaminhiány okozta betegségekben. Amennyiben azonban meg akarjuk előzni a rákot, 1000-2000 ml-re van ebből szükségünk naponta. Ezt nehezen lehet normális táplálkozáson keresztül felvenni. Erre még bővebben ki fogok térni a 4. fejezetben. Ha megnézzük az antioxidációs szintet, időskorban nem lehet a szükséges mennyiséget elérni. A kor előrehaladtával ugyanis az előállított SOD mennyiség észrevétlenül csökken. Rendkívül egészséges embereknél is ez a rák és az öregség betegségeinek az oka.

Bár a rákot és az öregkori megbetegedéseket talán elkerülhetjük, de az aktivált oxigén elősegíti az öregedési folyamatot és az aktivált oxigén növekedése elősegíti az antioxidánsok csökkenését, ami megint az öregedési folyamatot gyorsítja. Hasonló korú és életmódú embereknél – az egyik öregnek tűnik, a másik még fiatalnak – a különbséget a hiányzó antioxidációs erő okozza.

Mielőtt a MANJU forgalomba került, csupán tanácsos volt antioxidánsok szedésére gondolni. A mintegy 10 évvel ezelőtt kialakult elmélet az aktivált oxigén káros hatásáról sajnos még most sem elfogadott az orvosok körében és a hétköznapi gyógyászatban. Csupán kevés orvos figyelt fel időben erre és próbálta ki a különböző antioxidációs módszereket. A népi gyógyászat hagyományos gyógymódjai és az újonnan kifejlesztett módszerek figyelemreméltó eredményeket mutatnak a rákgyógyításban. Párhuzamos alkalmazáskor mégis a legtöbb esetben az antioxidációs módszeré az érdem.

Én is alkalmaztam a Kanpo-gyógyászatot és különböző eljárásokat is kipróbáltam. Természetesen mindig tekintetbe kell venni azt, hogy minden test másként reagál. Nagy előny, hogy kipróbálhatjuk, egyénileg ki mire reagál. Tudomásom szerint a MANJU antioxidációs ereje mindmáig felülmúlhatatlan maradt.

### **Rákos megbetegedések, ahol a MANJU nem hozott javulást**

Volt sajnos egy esetünk, ahol a rákellenes gyógyszerek és a MANJU együttes szedése következtében sem volt gyors javulás és a beteg meghalt tüdőgyulladásban. Mariko Shiraishi asszony (68 éves) vérrákban szenvedett, azaz T-sejtes leukémiában. A rákellenes gyógyszerek általában csupán a rákos megbetegedések egy részénél sikeresek, a fehérvértestek megbetegedésekor igen hatékonyak.

Így az említett esetben a rák gyógyszeres kezelése mellett döntöttek. Amint ismeretes, emellett heves mellékhatásokra kerül sor. Felvetődött a kérdés, vajon lehetne-e MANJU-val csökkenteni a mellékhatásokat? A gyógyszerekkel egyidejűleg elkezdték a MANJU adagolását is. Ebben az esetben napi 3-szor 10 ml-el kezdtük, hogy aztán 5 naponként 10 ml-el emeljük, 30 ml-re. Aztán 3 naponként 10 ml-el emeltük, egészen 60 ml-ig. A továbbiakban ezt kellett adagolni. Úgy tűnt, hogy minden szokatlanul jól megy, a mellékhatások is

alábbhagytak. A három hónapos gyógyszeres kezelés lefolyását igen jónak ítéltük.

Ezt követően azonban tüdőgyulladás lépett fel. A fehérvérsejtek megbetegedésének a következménye a szokatlan felszaporodásuk és ebből arra következtethetnék, hogy legyőzik a kórokozókat. Egy beteg megváltozott alakú fehérvérsejtecskéi elveszítik azonban azt a képességüket, hogy a kórokozókat megöljék, és ezért könnyen tüdőgyulladásra kerülhet sor. Legnagyobb sajnálatomra a beteg tüdőgyulladásban halt meg.

Yoshisabu Yamaguchi (61 éves) nyelőcsőrákban szenvedett. Nem hozott nála a MANJU szedése eredményt. A rák áttétet képzett a májban, víz gyűlt össze a hasüregben, sárgaság következett be. Az ő kezelése egy másik kórházban történt. Ott azt gondolták, hogy reménytelen az eset, és utolsó kísérletként MANJU-t adtak neki. Napi 10 ml, azután 2 nap múlva 10-10 ml-el emelték az adagot, míg napi 70 ml-es adagra került sor. Ez volt a dózis, de nem segített.

A MANJU kiírása későn történt. Azonban a kezelőorvos beismerte: „Különös, hogy a beteg nem panaszkodott fájdalomra. Elkezdett már nyugodtabban lélegezni.” A végső stádiumban lévő rák gyakran a legnagyobb szenvedést jelenti. Orvosi szempontból nem lehet mit tenni. Minden igyekezettel már csak a fájdalom csillapítására lehet törekedni.

Az ópiátoknál azonban elkerülhetetlen, hogy az adagolt mennyiséget időről-időre ne emeljék. Nem ritkán a hatás végül elmarad. Ekkor az orvos már semmit sem tehet a betegért. Egy ilyen egyre erősödő fájdalomtól szenvedő beteg látványa rettenetes. Ezekben az esetekben a MANJU szedése valóban nagy segítséget jelentett.

Jelentős hatást tudunk elérni ráknál a MANJU-val. Magától értetődő azonban, hogy egy bizonyos méretű rákos daganattól kezdve a befolyás lehetősége egyre korlátozottabb.

Egy legyengült 52 éves beteg esetében, aki végső stádiumban lévő májrákban szenvedett, a daganat 15 cm átmérőjű volt. 75 napon keresztül napi 70 ml MANJU-t adtak neki.

Utoljára mindez már nem hatott. Akkoriban a MANJU-t még nem adtuk infúzió formájában. Ez még valószínűleg segített volna.

Gondoljunk csak arra, hogy egy 70 ml-es napi mennyiség nem jelentéktelen. Egy 60 éves májbeteg esetén több mint 3 hónapon keresztül napi 70 ml MANJU-t adtunk, anélkül, hogy látható eredményt tudtunk volna elérni. Egy nagyon nagy májkarcinómát MANJU segítségével alig lehet befolyásolni.

Csupán egyet lehet még mondani. Egy ilyen mértékben elburjánzott karcinómánál operáció ajánlatos, hogy végül a rák fajtájától függően gyógyszerekkel és sugárzással gyógyítsanak. Ezzel párhuzamosan szedett MANJU megnöveli az antioxidációs erőt és aktiválja a test saját gyógyító erőit, azaz az immunerőket. Ha a rákellenes gyógyszerek és a besugárzás nem tudja az immunerőket csökkenteni, akkor sokkal jobb eredmények lehetségesek.

Pozitív példa: egy férfi hepatitisz C megbetegedése után, mely májcirrhozist okozott, májrák fejlődött ki. Ez már megtámadta a portális vénát is. Igen magas volt a visszaesés veszélye. Rákellenes gyógyszerek további szedésére már gondolni sem lehetett. A beteg minden reménye a MANJU volt. Három hónappal később a tumormarker már jól látható javulást mutatott. Ilyen esetek kapcsán a MANJU hatása túl nagy tumor kezelésénél is jól bizonyítható.

Sato úr (47 éves) egy ritka, rosszindulatú neuronómában szenvedett, amely egy olyan idegsejt daganat, ahol a rák az ideget körülvevő hüvelyből indul ki. A kórlapja a következő feljegyzéseket mutatta, amíg hozzánk került:

1984. november rosszindulatú végbélschwannóma, végbélkimetszés, stoma elhelyezése (műtétileg kialakított végbél hasfalra



	kihelyezve)
1989. január	egy recidiva kimetszése
1992. május	egy helyi kinövés kimetszése
1994. október	a végbél ágyéki oldalra történő kihelyezése. A májban áttéteket fedeztek fel.
1994. november	a máj (pars anterior) felső és alsó lebenyének kimetszése
1996. augusztus	áttétek, a jobb mellkasfalban, az 5. és 6. borda kimetszése, hálópasztikával történő helyreállítás
1997. május	heves fájdalom a jobb, ismét helyre állított hasfali területen

Többszöri operáció után a beteg állapota folyamatosan romlott. Már csak a halált várta, ezért áthozták a kórházamba, hogy az EM-el fájdalomcsillapítást érjünk el. A MANJU-s terápia során az infúziót és a szájon át történő szedést kombináltuk. Egy 30 ml-es adag szedésével kezdtük, háromnaponként 10 ml-el emeltük, amíg eljutottunk napi 3x70 ml-ig (210 ml). Sato úr eddigre már készen állt egy eskü helyetti nyilatkozatra, melyet az alábbiakban idézek:

„Eskü helyetti nyilatkozat: Dr. Tanaka úrhoz, kezelőorvosomhoz benyújtott MANJU-val történő kezelésem során (infúzió, szájon át történő szedés) tőle részletes magyarázatot kaptam és azt teljesen meg is értettem. Ezúton beleegyezem a terápiába. Kijelentem, hogy a MANJU-val folytatandó terápia vonatkozásában sem jogi, sem politikai vagy orvosi tekintetben nem fogom Dr.Tanaka urat felelősségre vonni. Ezúton kérem a kezelést”. (Az illető aláírása és az igazoló tanúk).

A betegnél fájdalmas áttétek képződtek a lábszárcsontokban, melyeket nem lehetett kezelni. Az előző kórházban idegblokáddal próbálkoztak. A MANJU terápia ideje alatt a beteg a kórházból való elbocsátásig a lehetőségek szerint türelmesnek mutatkozott. Már az is rendkívüli fejlemény volt, hogy egy súlyos beteget ilyen súlyos helyzetben annyira helyre lehetett hozni, hogy még a hazabocsátás is lehetővé vált.

Ennek az esetnek kapcsán emlékeztem egy idős kollégámra. Ismertem állapotát – tüdőrák a végső stádiumban. Miután a kezelő kórház mindenféle terápiát alkalmazott, életkilátásait fél évre becsülték. Amikor megtudtam helyzetét, már egy egész év telt el a diagnózis óta.

Mihelyt elküldtem neki a kívánt MANJU-t, az előtte már teljesen legyengült teste egy hét alatt 3 kg-ot gyarapodott. Végső stádiumban lévő rák esetén egy ilyen súlygyarapodás tulajdonképpen kizárt. Ez csak arra volt példa, hogy a MANJU a legyengült testet ismét a felépülés irányába képes juttatni.

„Hál’ Istennek, jobban vagyok. A MANJU-t tovább is inni fogom.” Ezt az örvendetes hírt közölte velem telefonon. Mivel ő is orvos volt, természetesen feltűnt neki a MANJU hatása. Továbbra is küldtem neki MANJU-t. Fél évvel később feleségétől kaptam a hírt, hogy férje elhunyt. Valószínűleg a már megtört életereje elfogyott a MANJU ellenére.

Nem gondoltam, hogy már túl késő volt minden fáradozás. Ahogyan később megtudtam feleségétől, a MANJU szedését követően egy kicsit javult állapota. Az egyidejűleg szedett rákellenes gyógyszerek heves mellékhatása azonban úgy legyengítette, hogy legvégül már nem volt olyan állapotban, hogy EM-et igyon.

Nem kételkedem abban, hogy felépült volna, és teljesen kibontakoztak volna a természetes öngyógyító erők, ha nem lettek volna a mellékhatások és a beteg továbbra is itta volna a MANJU-t. Volt még életereje, különben nem élt volna több mint egy évvel tovább, mint a megjósolt 6 hónap.

### **A rákellenes szerek hatása**

A rák gyógyszeres kezelési módját jelenleg erősen vitatják orvosi körökben. Leukémia (vérrák) esetén nem kérdőjelezzik meg, habár jelentősek a mellékhatások. Olyan rákos megbetegedéseknél, ahol nem hatékonyak, nem kellene gyógyszereket alkalmazni.

Rákellenes készítményeket, leukémián kívül, kisgyerekek rákos megbetegedéseinél, kissejtes tüdőráknál és chorionepitheliumnál (a petefészek rákos megbetegedése), valamint vastagbél- és hasnyálmirigyráknál egyáltalán nem hatásosak. Gyomor-és májrák esetében többnyire hatás nélkül maradnak.

Habár ezek a tények ismertek szakmai körökben, ennek ellenére végeznek gyógyszeres kezelést. Miért? Egyik legfőbb indítéka az, hogy egy orvos semmit nem tud kevésbé elviselni, minthogy a dolgokat hagyja a maguk útján menni. Milyen elviselhetetlen az, ha a rákellenes gyógyszernek nincs hatása, ha egy operálhatatlan rákról van szó, vagy a gyógyítás nem hatékony? „Talán ennél a betegnél mégis segít”, gondolhatja némely orvos. Vannak orvosok, akik majdhogya nem imádkoznak, hogy hasson már a gyógyszer!

Amint korábban már kifejtettem, a rákellenes gyógyszerek ellen vagyok, mert bizonyíthatóan hatástalan alkalmazásuk. Nem beszéljük le azonban a beteget egy gyógyszeres kezeléstről, akit frissen operáltak és végigszenvedi az operáció utáni megszokott kezelést és orvosában teljes mértékben megbízik.

Gyakran hallom a beteggel folytatott beszélgetésben: „Segít az, amit Ön nekem ad?” Erre azt válaszolom: „Csak a MANJU-val együtt”! Egy gyógyszeresen kezelt rák esetén fennáll annak a lehetősége, hogy a mellékhatásokat MANJU-val enyhítsük. Ahol nem hatnak a gyógyszerek, ott a MANJU szedése soha nem lehet hátrányos.

Én abban hiszek: Jobb letenni a rákgyógyszereket és egy üveg MANJU-t inni. Jelenleg azonban csak kevés orvos járna így el. Én sem kényszeríthetem rá akaratomat egyetlen betegre sem. Csak akkor teszek így, ha a betegtől pozitív visszajelzést kapok.

Vannak olyan betegek, akik még egy üveg MANJU mellett sem tudnak dönteni. Hiszen azt mondják, hogy ez a szer nem hat. Miért segítene akkor nekem? Nem csoda, ha minden reménységüket a rákgyógyszerekbe helyezik. Különösen akkor, ha a rák végső stádiumban van és az orvos, beteg és a család inkább azt a pszichológiailag fontos érzést keresik, hogy „mindent megtettünk”,

egy közvetlen ráhatás lehetőségeként. Talán bizonyos mértékben ebben van rákgyógyszerek létjogosultsága.

A rákgyógyszerek használatakor a MANJU párhuzamos adagolását pozitívan kell értékelni. A rák felfedezésének az időpontjától az elhatározott operáció pozitív lefolyását elő fogja segíteni. Ugyanaz érvényes a postoperatív folyamatra is. Lehet, hogy éppen a MANJU-nak köszönhetően lehet megakadályozni a rák fellángolását.

Meg lehet jósolni, hogy egészségesen térhet vissza a társadalomba az a beteg, aki még az operáció előtti időben elkezdte szedni a MANJU-t és utána is sokáig folyamatosan szedi azt, kevesebb a visszaesési kockázata, mint egyébként.

Volt egy betegünk, akinél a májrák mindenütt különböző nagyságú áttétet képzett, úgyhogy egy operáció már nem volt lehetséges. Ebben az esetben megpróbáltuk a nagyobb gócot az embolizáció módszerével csökkenteni. Táplálék nélkül nem tudnak tovább élni a rákos sejtek. Ezért embolizálják (eltorlaszolják) azokat a véredényeket, melyek a rákos sejtek számára táplálékszállító pályaként szolgáltak, hogy a sejtek elhaljanak.

Sajnos a rákos sejtek abban a helyzetben vannak, hogy újból és újból speciális, csak saját használatukra szolgáló vérpályákat építsenek ki. Ezért az embolizációs módszer csak átmenetileg segít, a problémát nem a gyökerénél ragadja meg. A MANJU ezzel párhuzamosan történő szedése az átmeneti jelleget elveszíti.

Az említett betegnél az embolizációs módszerrel kezelték a nagy gócot és folyamatosan adták a MANJU-t. Április kezdetén kezdődött a készítmény szedése, a hónap közepétől 180 ml-t kapott naponta, háromszori szedésre elosztva. Akkor jött a telefonhívás: „Levertségem elmúlt, ismét jó az arcom színe”. Helyzetét pozitívan értékelte.

A következő hónapok alatt testsúlya 5-6 kg-mal gyarapodott. Amint már említettem, a ráknál csökken a testsúly, hízás nem lehetséges. Ennek az az oka,

hogy a rákos sejtek tápanyagot vonnak magukhoz. Ebben az esetben a súlygyarapodás a beteg állapotának tényleges javulására volt bizonyíték. Fél évvel a MANJU szedése után CT-vizsgálatot végeztek azzal az eredménnyel, hogy egy sor kisebb áttét eltűnt.

### **Sebészeti beavatkozások, kemoterápia vagy sugárkezelés okozta károk**

Az utóbbi időben erősödött a kritikai hangok „kórusa” a rákellenes gyógyszerekkel és sebészeti beavatkozásokkal szemben. Amióta Makoto Kondo megfogalmazta elméletét „Ne küzdj a rák ellen” című könyvében, azóta sok érvet sorakoztattak fel az operációk mellett és ellen. Az a véleményem, hogy Makoto Kondo-nak messzemenőig igaza van. Az operációk, a kemoterápia és a sugárkezelés sok problémát vet fel. A gén-terápia a közeljövőben csatlakozik még ehhez. Sok további reményteli kezelési módszert dolgoztak ki, de ezek nem mentek még át a mindennapi gyakorlatba. Akármelyik modern módszerben is bízunk meg, mindegyiknél korlátokba ütközünk.

Milyen kezelési módszerek vannak például egy előrehaladott májráknál? Először a sebészeti beavatkozás, aztán az alkoholos és az embolizációs módszer. Az alkoholos módszer alatt azt értjük, hogy magas százaléku alkoholt juttatunk a megbetegedett részekbe. 99,8 %-os alkohol alkalmazásával azonnal elpusztulnak a rákos sejtek a beinjekciózott helyeken. Az eredmény hasonló, mint egy operációnál, a megterhelés mégis csekélyebb a beteg számára. A tumor növekedésével ez a kezelés nehezebbé válik.

Amint az imént említettem, az embolizációs kezelésnél minden artériába, amely a tumort látja el, bevezetnek egy embólust, úgyhogy a rákos sejtek tápanyagellátását megakadályozzák és így elhalnak a rosszindulatú sejtek, egyféle kiéheztető taktika ez. A sok életerővel rendelkező sejtek nagyon károsodnak, azonban gyorsan más vérpályákra állnak át és onnan látják el magukat. Így ennek a módszernek is megvannak a korlátai. Mi más marad, mint a rákellenes gyógyszerek és a besugárzás.

Májrák esetén nagyon kérdéses a gyógyszerek hatása, mégis reménysugarat jelentenek a gyógyszerek. A beteg helyzete azonban hamarosan a következőképpen néz ki: a haja megöszül, vagy teljesen kihull, az általános közérzete romlik, az étvágya csökken, a fejfájása állandósul.

Bizonyára nem maradnak eredmény nélkül a gyógyszeres kezelések. Amint már említettem, a rák bizonyos fajtáinál éppenséggel pozitív hatást mutatnak. Még a májráknál is így van. Amennyiben vannak hatékony módszerek, akkor az a legcélravezetőbb, ha az orvos a rákellenes gyógyszerek mellett dönt.

Hogy pozitív hatást érjenek el, hónapokon keresztül kell szedni a betegnek a gyógyszereket. Eközben harcra kerül sor, amely során vagy az ember, vagy a rákos sejtek győznek. Ebben a helyzetben igen nagy a jelentősége egy erős antioxidáns adásának. A rákellenes készítménnyel együtt kétségtelenül MANJU-t kell adni.

Emellett van még a sugárterápia, melynek erőssége a rákos sejtek megölése. Sajnos közben egészséges sejtek is pusztulnak el. Ez a módszer ezért ellentmondásos.

Szeretném Önöknek elmagyarázni, miért is van ez így. Végülis a sugárterápia azért rossz, mert felbontja a vizet az emberi sejtekben és így aktív oxigén keletkezik. A víz hidrogénből és oxigénből áll. Egy felnőtt testének víztartalma 65 %-ot tesz ki. Amint a test vizét sugárzás éri, felbomlik és nagy mennyiségű aktivált oxigén szabadul fel. Ha ebben az összefüggésben károsításról beszélünk, nem maguk a sugarak okozzák ezt, hanem a víz felbontása következtében keletkezett aktivált oxigén.

Hasonló dolog történik a napfény ultraibolya sugarainak fellépésekor is. Amennyiben az ultraibolya fény hosszabb időn át éri a bőrt, a test vize felbomlik. Mivel az utóbbi években Földünk ultraibolya sugárzást gyengítő ózonrétege megsérült, megnövekedett a Földre érkező sugárzás mennyisége is.

A napsugarak által okozott veszély a korábbiakhoz képest jelentősen megnövekedett.

Nagyon veszélyes lett fiatalok számára a nyári napozás a strandon. Az akkor keletkezett bőrfoltok rákhoz vezethetnek, mert az ultraibolya fény a vizet felbontja és ezáltal nagy mennyiségű aktivált oxigént szabadít fel. Aki szívesen napozik az ultraibolya fényben, elősegíti a bőr korai öregedését és a rákot. Az ultraibolya fény által okozott károk láttán egyre több állam hoz megelőző intézkedéseket. Ausztráliában a tengerparton táblákat lehet látni. „A nap nem a barátod” felirattal. Általános iskolás gyerekeknek napszemüveget kell viselniük és arra utasítják őket, „ne tartózkodjanak 30 percnél tovább a napon.”

A sugárterápiában ezeket az ember számára veszélyes sugarakat bár mesterségesen kötegelik, behatásuk azonban továbbra is gyengíti a testet. Egy szóval ez a terápia a beteget egy csapásra 5-6 évvel öregíti.

Bárhogyan is nézzük, a májrák mindegyik gyógymódja egy járulékos veszélyt jelent, mert végülis aktivált oxigén által okozott kárt jelent. A MANJU antioxidánsa a legerősebb erőként lép fel ez ellen.

### **A nem pontosan diagnosztizált rák kezelési lehetőségei**

Az utóbbi időben egyre több ember a rákellenes gyógyszerek és a sugárzás veszélyeinek és hatásainak mérlegelésekor arra az elhatározásra jut, hogy kerülje ezeket az eljárásokat és az operációt veszi fontolóra.

Különösen korai stádiumban lévő kis tumor esetén lehet sikeres egy operáció. Valójában e korai szakaszban eltávolítással gyógyítható a rák. Egy nagyon korai és nem egyértelmű diagnózis esetén lehetne még várni az operáció melletti döntéssel, amióta létezik a MANJU.

A ráknak igen sok fajtája van, melyek jellegükben és a mindenkori kezelési módszereikben eltérnek. Egy átlagember nem érti meg a rákot a maga bonyolultságában. Itt szeretnék arra emlékeztetni, hogy az összes rákbetegség több mint 90 %-a hámszöveti jellegű. Ez azt jelenti, hogy a hámszövetrákot a

rák előtti stádium állapotában fel lehet fedezni. Talán Önnek az orvos egy ilyen időpontban tanácsolja az operációt. Véleményem szerint azonban jelentősen jobb ezt a javaslatot először is elutasítani. Vannak jóindulatú és rosszindulatú daganatok, az utóbbiakhoz tartozik a rák. Ezek a rosszindulatú daganatok orvosilag vagy ilyen hámszöveti jellegűek vagy nem.

Az emberi test felosztható a bőr, az emésztőszervek, a légzőszervek felületét képző hámszöveti és nem hámszöveti szerkezetekre. A hámszöveti szerkezetű rákfélék jobban gyógyíthatók a szarkómákkal ellentétben, melyek nem mutatnak fel hámszöveti felépítést. Emellett van még a vérrák (leukémia).

Ebben a könyvben nem szükséges egy orvosilag szigorú felosztás. Minden rosszindulatú daganatot ráknak neveztem, melyek közül több mint 90 % hámszöveti jellegű. Az emésztőszervek rákja, tüdőrák, méhrák, mellrák (mammacarcinóma)- ez mind hámszöveti rák.

A hámszöveti rák jellemzője, hogy legelőször egy rák előtti szakasz van. Ez még nem rák, de ebben a szakaszban már meg lehet jósolni, hogy ebből rák fejlődik ki. Egy mikroszkóp alatti szövetpróba világossá teszi ezt. CT és röntgensugár ezt az állapotot nem rögzíti még. Ellenőrzésénél ez még nem derül ki. Mikor már az állapot romlott, a kórházban felfedezik a rákot a vizsgálat alkalmával. A sejt minta mikroszkópikus vizsgálata után azt mondják: „Nem örvendetes”. A sejt tulajdonsága azt mutatja, hogy rákos lesz. Az ilyen ismertető jegyeket a rákos jellegű és normális sejtek közötti köztes állapotnak lehet tekinteni.

A jelenlegi ráksebesztben a rák előszakaszának felfedezése után a „felfedezni és eltávolítani” jelszó szerint cselekszenek. Vegyük például a polipokat. Ezek is daganatok, melyek különböznek a rák előszakaszának képződményeitől. Egészen szabályos sejtekből állnak. Bizonyára vannak közöttük olyanok is, melyek a jövőben rákos jellegűek lesznek. Nincs okunk azonban azt feltételezni, hogy minden polip rákká fejlődik. Ennek ellenére az operatív beavatkozás tendenciája jellemző. Minél korábban fedezik fel a rákot,



annál jobb. Nagy annak a valószínűsége, hogy egy rák két-három év múlva az előrák stádiumból korai stádiumban lévő rákká fejlődik. Azt gondolom azonban, hogy mindenképpen jobb, ha nem operálnak előrák stádiumban, mert ma már rendelkezésre áll a MANJU. Sokkal okosabb, ha először MANJU-t szedünk és aztán megfigyeljük az állapotot, minthogy azonnal végrehajtjuk az operációt. Az előrák állapottól a korai stádiumig 2-3 évnyi idő van, mialatt meg lehet próbálni a rák veszélyét MANJU-val elhárítani.

Egy rákos daganat operációjánál a dolgok csak romlanak. Az operáció nagyon meggyengíti a test erejét. Akár sikeres, akár nem, egy beavatkozás nagy mennyiségben szabadít fel aktivált oxigént. Még a rákos daganat teljes eltávolítása esetén is rendszerint kimerült marad a beteg.

Úgy kellene gyógyítani, hogy ne történjék a testen beavatkozás. Eddig ez nem volt lehetséges, ma már azonban MANJU-val a test saját erőit hozhatjuk új lendületbe. Az antioxidációs erők növelésével nőnek az öngyógyító-és ezzel együtt az immunerők is.

Semmi nem tudja a rákot jobban megsemmisíteni, mint a jól működő öngyógyító erők. Sok példa van arra, ahol egészen észrevétlenül győzték le a rákot az öngyógyító erők. Az Interferon és a nemrég reflektorfényben lévő Interferon 12 alkalmazható gyógyszerek. Mindkettőnek megvan az a hátránya, hogy súlyos mellékhatásokat eredményez. Meg kell értenünk, hogy a test saját anyagai öngyógyító erőkként hatnak.

A modern gyógyászat rákkal szembeni magatartása ebben a mondatban foglalható össze: „Amit meg lehet operálni, azt meg kell operálni. A nem operálható azokra a helyekre korlátozódik, ahol nem lehet operálni. Azt gondolom, hogy el kellene odáig jutnunk, hogy a rák gyógyítását operáció nélkül kíséreljük meg. A rák előszakaszában egy évig legjobb módszerként MANJU-val kellene a próbálkozni.

**A rákgyógyászatban a pozitív gondolkodás elősegíti a pozitív eredményeket**

A rákos megbetegedések elleni fellépéskor nagy szerepet játszik a pszichikai tényező. A depresszió ront a helyzeten, a higgadtság ezzel szemben növeli az úgynevezett NK-sejteket. Ha kipiheni magát az ember és mosolyog, az NK-sejtek ismét felélednek. Önmagában a nevetés is fokozza a védekező erőt. A rák szó mindenkiben félelmet kelt. Aki ezt tagadja, nem mond igazat. Ezen azonban változtatni kellene. Egyik felfogás éppen „Az életigenlő kezelés”. Ez Dr. Jinro Itami-tól származik, aki a Shibata-kórházban dolgozik Kurashiki-ban. Dr. Itami a rákos betegeket a nővérekkel és orvosokkal együtt Európába küldte, hogy a Mont Blanc-t, a kontinens legmagasabb hegyét megmásszák. Aztán külföldi rákbetegekkel alakítottak ki cserekapcsolatokat, hogy új élet-prespektívát dolgozzanak ki és megvalósítsák azokat.

Ez kiváló eredményeket hozott. Amit Dr. Itami kitalált, „a nevetéssel való gyógyítást” ugyanis, mindenki utánozhatja. Dr. Itami a rákos betegeknek vidám komédiákat mutatott be. Mintegy két óra múlva az NK-sejtek feléledését állapították meg mindenkinél. Még ha nem is tudták megmászni a Mont Blanc-t, elérték, hogy tudjanak nevetni.

Kínában régóta érvényben van a mondás: „Aki nevet, fiatal marad, aki keserű, öregszik”. Ez azt jelenti, hogy a nevetés megfiatalít, egy gonosz szó egy év életbe kerül.

A nevetéskor endorphin hormon keletkezik, ez erősíti a rákkal szembeni ellenálló-és immunerőt. Szomorúság és harag ezzel szemben a noradrenalin és az adrenalin nevű átvivő anyagok által aktivált oxigént termel, ami ismét az egészségkárosodással van összefüggésben. A rák legjobb megelőzése ezért az a nyitott állapot, ami nem felejtí a nevetést és szembeszáll azzal, ami jön. Aki követi mindezt, az megtette az egészsége megőrzéséhez vezető döntő utat és magas kort ér el.

„Ne gondoljon megszállottan a rákra, gondoljon pozitívan a jövőre!” Ezek Dr. Itami alapgondolatai az életigenlő gyógyító eljárásról. Egészen hasonló az, amit MANJU-val elérhetünk.

Tegyük fel, szeretném a MANJU jelentős hatását valakinek bemutatni. Ekkor az érintett környezetét be kell vonnom pozitív módon, mert csak így állnak be az óhajtott hatások. Egészen mellékesen megkérdezem a személyeket az érintett környezetében, hogy ki akarják-e próbálni a MANJU-t. Eközben aztán egészen gyorsan megmutatkozik a MANJU hatása és a szélesebb körben lévő betegségeknél könnyebben érünk el jó eredményeket.

Mindenekelőtt sikeres példák keltenek bizalmat és várakozást a MANJU iránt. A „szívnek” a MANJU-ért kell dobogni, hogy sikert érijünk el. Akkor igen hamar lehet várni a pozitív hatásokat. Amint azonban kételkedünk a MANJU-ban, vagy hihetetlennek tartjuk, jelentősen csökkentjük a hatást. Ez az ősi alaptétel logikájának fel meg: „A betegség a szellemünkben alakul ki.” A MANJU hatása aszerint alakul, milyen az egyén testalkata és betegségének helyzete. Az egyiknél már egy hét múlva hatás mutatkozik, mások öt-hat hónapig ihatják anélkül, hogy valami is változna. Még ha nincs is az az érzése valakinek, hogy hatott a MANJU, mégis nagyhatású antioxidánst juttatott szervezetébe, amely bizonyára valamikor jó eredményeket fog hozni.

### **MANJU, a megelőző gyógyászat hatékony fegyvere**

A rák az egész test megbetegedése. A legkülönbözőbb részeket támadhatja meg. Aki rákban betegszik meg, többnyire általában azt mondja, rákja van, függetlenül attól, hogy máj-vagy tüdőrákról van-e szó.

A modern gyógyászat „szervgyógyászat”, a vizsgálandó testet aprólékosan felosztja. Ha szívproblémái vannak valakinek, úgy szívbeteg, gyomorpanaszok esetén gyomorbeteg. Ez a gyógyászat arra törekszik, hogy közvetlenül a behatárolt, megbetegedett részre hasson. Ezért fejlesztettek ki a modern rákgyógyászatban olyan technikát, mely közvetlenül a rák által megtámadott részre hat. Nem ritkán csak részleges gyógyításra kerül sor, a beteg valójában nem gyógyul meg. Végülis a test összes sejtje károsul, úgyhogy a kár a betegség gyógyításával szemben súlyosabban esik a latba.

A mindenkori kutatási terület élén álló specialisták efféle károsodások miatt állítják: „Nem vettük tekintetbe az összképet”. Legalább elismerik, hogy az egységes szemlélet, ahogyan a holisztikus gyógyászat dolgozik, megér egy újbóli megfontolást.

Így kellene ma a rákgyógyászatnak is megváltoznia. Egyre inkább erősödik az a vélemény, hogy a modern gyógyászat eljárásai mellett más kezelési módszereket is alkalmazni kellene, melyek hozzájárulhatnak a rák gyógyításához.

Ezeknél a gondolatmenetekenél a MANJU-nak központi szerepe van, mert az minden egyes szervre sajátos hatással van és egyénileg az egész test életerejének a fokozásán keresztül egy a holisztikus gyógyászatba beleillő helyet foglal el. Sok rákos betegségben szenvedő ember még a modern gyógyászat felé fordul és ennek megfelelően kezelik őket. Csak nagy balsikereknél nyúlnak vissza az alternatív gyógymódokhoz. Ezért aztán eljönnek a kórházamba, ahol a MANJU-t klinikai körülmények között szedik. Többnyire végső stádiumban lévő rákos betegekről van szó, akiknek csak olyan gyógyszereket adtak, amelyek addig semmi említésre méltó eredményt nem hoztak.

Talán jelentősen lehet növelni a rákgyógyítás arányát, ha a betegek azonnal a diagnózis után elkezdik a MANJU szedését. Ezzel csökkenteni lehetne azoknak a számát, akik a gyógyszerek erős mellékhatásaitól szenvednek. Ezenkívül a rák olyan betegség, amelynek a kialakulásához gyakran húsz-harminc év kell. Ezért mindenkinek, amíg egészséges, addig is kellene innia kis mennyiségű MANJU-t, hogy növelje a test életkor és életstílus által csökkentett antioxidációs erejét és csökkentse a rák valószínűségét.

Szerencsére a MANJU nem gyógyszer, nem nehéz beszerezni. Kétség kívül magas az ára ahhoz képest, hogy egy erjesztett ital. Az egészség megőrzéséhez azonban csekély mennyiséget kell inni. Ekkor nem mérlegeljük az anyagi megterhelést.

Azoknak az embereknek, akik már ismerik a MANJU rendkívüli hatóerejét és egészségük kedvéért isszák azt, megvan az esélyük, hogy meggyógyuljanak anélkül, hogy egy gondolatot is pazarolnának a rákra vagy más súlyos megbetegedésekre. Kézenfekvő, hogy a gyógyászat kvintesszenciája a megelőzés. A MANJU-val az emberiségnek talán első alkalommal van a kezében egy erős fegyver és ténylegesen megelőző gyógyászatot tud folytatni.

Az első fejezet fő gondolatai:

1. A modern gyógyászat ismereteivel a rákot nem lehet elpusztítani. A MANJU gyakran mégis segíteni tud.
2. Ismertté kell tenni a MANJU operáció utáni felhasználását, mert egy újból fellángoló rák megfékezését nagy mértékben képes elősegíteni.
3. A MANJU egy rendkívüli antioxidációs erővel rendelkező anyag. Kihat az immunerő és az öngyógyító erők fokozására, ezáltal segít a rák és más megbetegedések gyógyításában.
4. Ha a beteg észleli a MANJU hatását, úgy szedését feltétlenül folytatnia kell.
5. Vannak esetek, ahol a javulás nem látványos. Ez az illető szervezetén, illetve öngyógyító erején múlik. Amennyiben a MANJU csak lassacskán hat, úgy párhuzamosan más antioxidációs erőt fokozó anyagokat kell szedni.
6. Habár a rákbetegek betartják a diétát, várakozásuk ellenére jelentősen csökken szervezetük antioxidációs erejének a szintje és a SOD-termelés is rossz, mert a rák a test antioxidánsai és az aktivált oxigén közötti egyenlőtlen harc eredménye.
7. MANJU-t végső stádiumban lévő betegeknél fájdalomcsillapításra használják. Rákellenes készítmények kiegészítésként is jó.
8. A MANJU a rákellenes készítmények mellékhatását nem csupán csökkenti, hanem szemmel láthatóan fokozza is azok hatékonyságát.
9. Nem szükséges az operáció az előrák szakaszában, mivel a MANJU szedésével a javulás valószínűsége emelkedik.

- 10.A rákot operáció nélkül is lehet gyógyítani. Az antioxidációs erők MANJU általi ugrásszerű fokozása pozitív impulzust ad az öngyógyító erőknek.
- 11.Az emberi test hasonlít egy termelési helyhez, ahol a test különböző saját gyógyszereket állít elő. Az Interferon 12-t maga állítja elő. A MANJU antioxidációs ereje a test saját termelő helyeit ösztönzi.
- 12.A nevetés az NK-sejteket aktivizálja, amelyek az aktivált oxigént ellenőrzés alatt tartják.
- 13.Nagy különbség van között, vajon hiszünk-e a MANJU hatásában vagy sem.
- 14.Rák esetén a kezelési módszerek állandóan változnak. Ideje, hogy a modern orvostudomány módszerei mellett a hatékony népi gyógymódok felé forduljunk, hogy ellenőrizhessük, mire képesek azok.
- 15.Az egészségünk megőrzésére folyamatosan szedett MANJU-val akaratlanul is a rák ellen hatunk.
- 16.A MANJU-val az emberiség – történelmében először– hatékony fegyvert kapott kezébe a megelőző gyógyászat gyakorlata számára.

## **HOGYAN HAT A MANJU?**

### **Miért gyógyítja az erjesztett ital a súlyos betegségeket?**

Az első fejezetben klinikai esetek kapcsán fejtettem ki, hogyan hat a MANJU, különösen rákos megbetegedéseknél. Ebben a fejezetben csak azzal a kérdéssel foglalkozom, hogy miért idézhet elő ilyen hatásokat a MANJU, amely nem gyógyszer. Megkísérlem az eddig ismert tényezőket szemléltetően bemutatni. Be kell azonban sajnálatos módon ismernem, hogy Japánban ma még hiányoznak az orvosi kutatás tételes eredményei a MANJU-ról.

Dr. Mamdooh Ghoneum 1995 februárjában a III. Közös Japán-Amerikai Rákkutatói Konferencián közzétett kutatási beszámolójában először fordult a nyilvánosság felé.

Ő és a MANJU feltalálója Teruo Higa professzor a Ryukyu Szigetcsoport egyeteméről Okinawán (Japán) bemutatták közös kutatásuk eredményeit. Végkövetkeztetésként azt olvassuk: „A MANJU egy új immunológiai gyógyszer mellékhatások nélkül.” A rák által megtámadott sejtekben tapasztalható MANJU okozta változások vizsgálata kiemeli a MANJU-nak az NK-sejtekre gyakorolt hatását, mely sejteknek a rákos sejtek megölése a feladata.

Azóta tovább haladt a kutatás. Eszerint a MANJU jelentősen megemeli az NK-sejtek, T-sejtek, tehát az immunrendszer sejtjeinek az aktivitását, továbbá a makrofágok (nagy falósejtek) aktivitását. Beigazolódott, hogy a MANJU minden betegségnél gyógyító hatást fejt ki.

A klinikai gyakorlatomban azt a közvetlen tapasztalatot szereztem, hogy a MANJU a rák, a diabetes, szív-és vesebetegségek, a magas vérnyomás, az Alzheimer-kór, krónikus reuma, atópikus ekcéma és az asztma minden fajtájánál átfogó gyógyulást eredményez.

A MANJU azonban alapjában véve nem egyéb, mint egyszerű erjesztett ital. Sem gyógyszerként nincs elismertette, sem alkotóelemeit vagy hatásmódját nem ismerte el a modern orvostudomány tanítása. Nekem sincsenek bizonyító adatok a birtokomban, nem is beszélve az elméleti végkövetkeztetésről – hogy tudományos vitában a specialistákat más véleményre bírjam. Az elméletnek kétségtelenül helye van a klinikai gyakorlatban. Mindenek fölött áll azonban az a cél, hogy a beteget meggyógyítsuk. Mindennek erre kell irányulnia. A következőkben azt fogom kifejteni, hogy miért hozom a MANJU-t a súlyos rákbetegségben szenvedő betegek tudomására és hogy véleményem szerint miért kell szedniük azt. Megkísérlem a hatásmechanizmusát és a gyógyító erejét megmagyarázni. Végezetül megpróbálok gyakorlati tapasztalataim alapján,

korlátozott ismereteim ellenére, néhány végkövetkeztetést levonni. Különösen a MANJU kiemelkedő antioxidációs erejét szeretném kellően méltatni.

A MANJU gyógyszerként való hatása mint olyan, nem igazolható, de erős antioxidációs hatása igen. Dr. Ghoneum imént említett kutatási beszámolójában tényként ismerte el az immunsejtek aktivizálását. Azonban ezidáig még nem világos, hogy a MANJU-nak mely alkotórészei felelősek ezért.

A modern gyógyászat segítségével nehezen gyógyítható betegségeket MANJU-val meg lehet gyógyítani. Egészséges emberek isznak MANJU-t egészség-megőrző és regeneratív hatása miatt. A MANJU tehát egy rendkívül szokatlan anyag.

Természetesen vannak olyan hangok, melyek a placebo-hatást akarják igazolni. Az ő véleményük szerint a búzaliszt hatásában is hihetünk. Higa professzor, a MANJU feltalálója, ezt a hatást teljességgel kizárja és én teljesen egyetértek vele. A placebo-hatás feltételez ugyanis egy bizonyos előismeretet, amely ebben a formában csak embernél létezik. Ezért ez a hatás csak embernél lehet, állatnál nem.

Ezzel szemben a MANJU az állatoknál is erős hatást fejt ki. A szarvasmarhánál, kutyaánál, sertéseknél és a baromfiknál éppenséggel ugyanúgy hat, mint az embernél. Ha a MANJU széles hatásterületen oly sok betegséget le tud küzdeni, akkor mindennek egyetlen közös oka van, és feltételezhetjük, hogy csak egy kezelési-és megelőzési módszerre van szükségünk.

Mi a betegségnek ez az egyetlen oka? Ez az aktivált oxigén. Orvosi szemmel nézve minden betegséget az aktivált oxigén oxidációja idéz elő. Ennek következtében az antioxidánsok segítségével lehetővé kellene válnia, hogy megakadályozzuk ezt az oxidációt, illetve befolyását csökkentjük, hogy javulást érijünk el a kórképben és hogy a fiatalságot és az egészséget megőrizzük. A mai ismeretek szerint a MANJU a legerősebb ismert antioxidáns.



## **Egy antioxidáns, mint az aktivált oxigén elleni fegyver**

Megállapítást nyert, hogy az aktivált oxigén számos betegség okozója. Nos, mi is az valójában? Hadd válaszoljak részletesen erre a kérdésre. Az oxigén belélegzése életünk alapja. A testbe így bejutott oxigént a vörös vértestecskék szállítják el a test minden részébe. Azok a tápanyagok, melyeket táplálékunkkal felvesszünk, az oxigénnel kémiai reakció folyamán energiát termelnek. Ekkor keletkezik az aktív oxigén is. Aránya a belélegzett oxigén mintegy 2 %-át teszi ki. Ha az oxigén önmagában véve jó, akkor miért rossz az aktivált oxigén? Azért, mert abban egy olyan erős faktor működik, amely az anyagokat oxidálja. Ez a faktor segít a fehérvérsejteknek abban, hogy a testbe behatolt kórokozókat megfogják és elpusztítsák. Ebből a szempontból az aktivált oxigén nagy segítség. Ugyanez történik, ha betegség esetén a gyógyszerek bevétele után valamennyi aktivált oxigén keletkezik. A hematoporphyrin például egy erősen fluoreszkáló anyag, amely a rákos sejtekben gyűlik össze. A testbe bejutván a fluoreszkáló hatása folytán jól láthatóvá teszi a rákos sejteket. Különösen a méhnyakrák esetén alkalmazzák ezt az anyagot, mert az a méhnyakban gyűlik össze. Ha most lézersugaraknak tesszük ki, aktivált oxigén keletkezik, amely a méhben található rákos sejteket megöli. Ebben az esetben az aktivált oxigén pozitív szerepet játszik. Sok más esetben azonban károsítja a testet.

Az aktivált oxigén a sejt belsejében keletkezik. Az energitermelés a mitokondriumokban történik. Itt a tápanyagok az oxigénnel lépnek reakcióba, miközben folyamatos az energiatermelés. Így keletkezik az alapanyagul szolgáló szőlőcukor. Ebből ATP (adenozin-trifoszfát) keletkezik, és energiává alakul át. Az emberi élethez energiára van szükség. Folyamatosan azonban aktivált oxigént termelünk. Ennek a mitokondriumokban termelt aktív oxigénnek olyan erős oxidációs ereje van, hogy a sejt belsejében található gént meg tudja sérteni és a rák, valamint sok más betegség kiváltója lehet. Az aktivált oxigén megkötődik a telítetlen zsírsavakban és lipidperoxid keletkezik. Ez azonban

arról ismert, hogy elősegíti az öregedési folyamatokat, szélütést, szív-és más öregkori betegségeket okozhat. Az emberi testnek természetesen vannak védekező mechanizmusai, hogy megvédje magát az aktív oxigénből kiinduló veszélyekkel szemben. Az imént említett SOD-tól kezdve ide tartoznak a különféle scavengerek, melyeket maga a test termel.

Ezek a scavengerek antioxidáns enzimek. Nagy mennyiségű aktivált oxigén keletkezésekor már nem elegendők a test által termelt enzimek. Ebben az esetben a testbe kívülről juttatnak tápanyagul szolgáló antioxidánsokat. A C- és E-vitamin, a  $\beta$ -karotin, a flavonoidok és a polyphenol jó példa erre. A külsőleg történő bejuttatáskor a felvétel problematikus lehet. A magas molekulatömegű anyagokat a bél nem tudja teljesen feldolgozni, az 5000-nél nagyobb molekulatömegű anyagokat pedig egyáltalán nem.

Így például az említett flavonoid egyike a mintegy 3000 növényi levélben található szinanyagnak. Egy fehérjekötésben molekulatömege 20.000, úgyhogy a test nem tudja felvenni.

Mivel a tökben, répában és tengeri moszatban található  $\beta$ -karotin molekulatömege 500 alatt van, felvehető egy bizonyos koncentrációig. A teában és szezámagban található polifenol kiemelkedő antioxidációs erővel rendelkezik, de itt is korlátozott a felvétel. Ez azt jelenti, hogy bár jelen lehetne a tápanyagokban a szükséges mennyiségű antioxidáns, de a test nem tudja azt teljesen feldolgozni. Túlzás nélkül azt állíthatjuk, hogy nagy mennyiségű antioxidáns felvétele jelenleg csak MANJU útján lehetséges.

Amennyiben állandóan aktivált oxigén keletkezik a testben, egy bizonyos szintet el kell az antioxidációs erőnek érnie, hogy az aktivált oxigént ellenőrzés alatt tartsa, hogy az ne okozzon kárt és az egészség megmaradjon. A betegség és egészség közötti küzdelmet az dönti el, hogy milyen az aktivált oxigén és az antioxidánsok az aránya. Amelyik túlsúlyban van, az győz.

## **Miért van a MANJU-nak ilyen nagymértékű antioxidációs hatása?**

Ejtsünk pár szót a rák- és cukorbetegségekről. Az a jelenlegi feltevés, hogy ezeknél az embereknél egy bizonyos időn keresztül a testben található aktivált oxigén mennyisége meghaladja az antioxidációs anyagok mennyiségét. Mi ennek az oka? Aktivált oxigén keletkezik az energiatermeléskor, de a már korábban említett radioaktív sugárzás folyamán is. Amennyiben radioaktív sugárzásnak vagyunk kitéve, lebomlik a test vize és nagy mennyiségű aktivált oxigén jön létre belőle.

Az ultraibolya fény ugyanazt a jelenséget hívja életre, azonban nem ilyen mértékben. Ezenkívül a dohányzás és az alkohol is elősegíti az aktivált oxigén keletkezését. Ha a mértéktelen ivás és a dohányzás felnőtteknél betegségeket idéz elő, annak végülis az aktivált oxigén az oka. Ugyanez igaz az élelmiszerekben található vegyi alapanyagú ízfokozókra és gyógyszerekre, valamint a stresszre is.

Kinek a szervezetében keletkezik aktivált oxigén? A keletkezés oka személytől és körülményektől függően más és más. A vélemények e tekintetben eltérnek.

Vannak emberek, akik sok alkoholt fogyasztanak és mégis egészségesek maradnak. Mások soha egy cigarettát sem szívtak el, és mégis tüdőrákban betegszenek meg. Ennek az oka döntően a különböző életfelfogásban és életstílusban keresendő. A probléma egy betegség létrejöttekor jelentkezik, – amikor nagymennyiségű aktivált oxigén keletkezik – és megfelelő mennyiségű antioxidánsra van szükség. Ez különös figyelmet érdemel. Súlyos, gyakran gyógyíthatatlan betegségek esetén, mint a rák, tekintetbe kell venni a test által termelt antioxidánsok (SOD) csökkent mennyiségét. Mivel a testben a SOD és más antioxidánsok termelése a negyvenedik életév elérésével állandóan csökken, azt szükség szerint kívülről kell kiegészíteni. Ezenkívül minden betegség elősegíti az aktivált oxigén keletkezését. Különösen rák esetén

termelődik agresszív aktivált oxigén. Ekkor még nagyobb mennyiségű antioxidáns bevitel szükséges – itt kaphat szerepet a MNAJU.

Mi történik a testben a MANJU szedésekor? Most még nem értjük teljesen ezt a bonyolult folyamatot. A Dr.Ghoneum már említett kutatási beszámolója szerint aktivizálódnak az immunsejtek. Ezek alapján az én következtetésem így hangzik: a MANJU erősen befolyásolja a test erejének újraéledését. Talán olyan erős a hatása, hogy megsemmisíti a test által termelt aktivált oxigént? Az antioxidációs erő meggátolja az anyagok oxidációját. Éppen erre hat a MANJU.

Az előszóban röviden kitértem már arra, hogy a MANJU-t az effektív mikroorganizmusokból (EM) nyerik, melyek az ember számára hasznos regeneratív mikroorganizmusok, és az „életet ismét felvirágoztatják”. Konkrétan ezek fotoszintézis-baktériumok, tejsavbaktériumok, élesztőgombák – mindegyik hasznos az ember számára – melyek egy folyékony oldatban (EM-1) együtt élnek. Az EM elősegíti a növény gyors fejlődését, a rothadásra hajlamos hulladékot megerjeszti és megtisztítja a szennyvizet.

Aki semmit sem tud a MANJU-ról, el sem tudja képzelni, hogy ilyen egyáltalán létezik. Az EM-et számos országban már a gyakorlatban is alkalmazzák és rendkívül bevált, mindenekelőtt a mezőgazdaságban.

Az EM feltelálásával a mikrobiológiai tankönyveket újból kell írni. Éppen azért, mert olyan forradalmian új, országunk biológusai konzervatív körökben máig nem ismerik el. Sajnos olyan tapasztalatok is vannak, hogy a növényvédőszeres és műtrágyák nélkül termelő mezőgazdaságokban történő elterjedését megnehezítik. Nyilvánvalóan meg akarják akadályozni, hogy ez a gazdálkodási mód népszerűvé váljon.

Ettől eltekintve a biohulladék trágyaként való újrahasznosítása EM segítségével a városi lakosság körében új mozgalmat hívott életre. Wako polgármestereként én is bevezettem ezt a rendszert.

Professzor Higa, az EM feltalálója számára a különféle felhasználási lehetőségeknél az antioxidáció jelenti a kulcsot. A következőkben Higa professzor antioxidációs elméletét egy összefüggés segítségével fogom megvilágítani. Ezáltal könnyebben érthetővé válik, hogy a MANJU hatása az EM-en alapul.

### **MANJU a EM kedvező hatásaival rendelkező koncentrátum**

Hogyan jön létre a szójababból a miszó és a szójaszós, anélkül hogy rothadásra kerülne sor? Ennek az az oka, hogy a rothadást gátló erők, azaz hatékony rothadást gátló antioxidánsok tevékenykednek. Amint azonban mikroorganizmusokat juttatnak a babhoz, melyek erősen oxidálóan hatnak, rothadás és rossz szag termelődik. Legvégül pedig még igen mérgező anyagok is keletkeznek.

A szójabab tartalmaz egy különös, mikroorganizmusok által termelt aminosavat, amely orvosilag is hasznos lehet. A miszó például égési sebeknél hatékony. A radioaktivitás hatását is hasonlóan enyhíti. Mindkettő antioxidáns funkció. Semmit nem hagynak megrohadni, nem kerül sor oxidációra – ez az effektív mikroorganizmusok hatása.

Összefoglalva, bárhol kerülnek kapcsolatba a mikroorganizmusok az effektív mikroorganizmusokkal, azok a revitalizáció útjára lépnek. Amennyiben káros baktériumokkal találkoznak, a romlás útjára lépnek, azaz a rothadás irányába. A legtöbb mikroorganizmus azonban „semleges”, azaz egyik oldalra sem áll.

Ezt egy példa segítségével szeretném elmagyarázni. Konyhai hulladékok nyáron már egy fél nap múlva bűzlenek, mert rothadást okozó mikroorganizmusok hatolnak be és bomlást idéznek elő. Ezek az élő szervezetek nap mint nap mindenhol megtalálhatóak. Amint azonban EM-et juttatnak a hulladékokhoz, akkor egyáltalán nem képződik szag, aminek az az oka, hogy az EM-et tartalmazó organizmusok erjesztik a hulladékot és nem rothasztják. A bűz

helyett olyan szag keletkezik, mint a savanyú káposzta és más savanyúság esetében. A hulladékok újra meg újra megerjednek. Ezt a folyamatot az antioxidációs erő irányítja, ez Higa professzor elmélete.

Az EM-ben található mikroorganizmusok kiemelkedő antioxidációs erővel rendelkeznek. Hagyományos japán élelmiszerek, mint a misó, szójaszós, savanyúságok, és a szaké a mikroorganizmusok hatékony antioxidációs erejét használják fel. Ezeknél a hagyományos ételeknél egy bizonyos kémiai reakció a cél, hogy mindezt elérjük, többnyire elegendő a specifikus baktériumfajt aktivizálni.

Például a natto előállításához natógombákra van szükség, az erjesztett szójabab esetén szójabab gombákra, savanyúságoknál tejsavbaktériumokra, szakénál és a miszónál élesztőgombára. Jó, hogy vannak ezek a kis segítők. „Mi történik akkor, ha mindezeket összetesszük...”, ezt a gondolatot eddig még senki sem gondolta tovább.

Higa professzor ezeket az élelmiszerek erjesztéséhez szükséges mikroorganizmusokat egyesítette és sikeresen megteremtett egy olyan környezetet, amelyben mindnyájan együtt tudnak létezni. A mezőgazdasági termelés területén sikeresen működő EM-1 mintegy 80 különféle effektív mikroorganizmus csoportból áll.

Az EM különleges hatása azonban abban áll, hogy egy olyan világban, ahol az oxigén van túlsúlyban, aerob (oxigént kedvelő) és anaerob (oxigént kerülő) mikroorganizmusok élnek együtt. Ez ellentétben áll minden eddigi logikával. A valóságban azonban ez a két csoport nagyon is jól megfér egymás mellett, kicserélik egymás között a tápanyagot és olyan életkörülményeket teremtenek, hogy anaerob feltételek között együtt élhessenek.

Az EM eredetileg az ember, állat és a növény hasznára volt. Antioxidációs ereje mindig nagyon erős volt. Ami azonban meglepően fokozta hatását, az az anaerob mikroorganizmusoknak köszönhető.

Ezek az anaerob mikroorganizmusok nem viselik el az oxigént. Mai világunkban a mikroorganizmusok mintegy 99 %-ban aerobok, tehát oxigént kedvelő mikroorganizmusok. Az anaerob mikroorganizmusok csupán kívülállók. Bolygónk keletkezése után hosszú ideig azonban az élet ősi teremtményei voltak. A Földön kezdetben nem volt oxigén. A Földet vízgőz, szén-és ammóniagázok vették körül. Az anaerob mikroorganizmusokat tekintik minden akkori életforma sejtmagjának és csírasejtjének. Csupán nekik sikerült az, hogy több mint 100 C°-os hőmérsékleten kellő ellenállóerőt tanúsítsanak és életben maradjanak.

Ezek az anaerob élőlények ammóniával és széngázzal táplálkoznak, oxigént, nitrogént és vizet választanak ki. Mivel olyan pompásan fejlődtek és szaporodtak, később már nem találtak elegendő táplálékot. Az aerob mikroorganizmusok elkezdtek lassan helyükbe lépni. Közülük az elsők számára az oxigén még mérgező volt. Azonban alkalmazkodtak, amennyiben elkezdtek semlegesítő antioxidáns-enzimeket termelni.

Az anaerob mikroorganizmusok azonban nem pusztultak ki teljesen. Hosszú ideig környezetünkben csak igen ritkán lehetett velük találkozni, de nem tűntek el teljesen.

Amint az EM-ben aerob és anaerob mikroorganizmusok kerülnek össze, a legszokatlanabb dolgok történnek meg. Az anaerob mikroorganizmusok szakadatlanul antioxidánsokat termelnek. Például a fotoszintézis baktériumok, melyek az EM döntő részét alkotják, C- és E-vitamint termelnek. Ezek az aerob mikroorganizmusok kiválasztási termékeit veszik fel táplálékul és antioxidánsokat választanak ki. Ennek következtében az EM a természetes környezetben erős antioxidánsná válik. A MANJU-ban elkülönítik az EM-ben található antioxidánsokat, a sokféle mikroorganizmust eltávolítják, úgyhogy ihatóvá válik. Így magyarázható az erős antioxidációs ereje.

## **Korlátozás nélkül az egészségmegőrzésben**

Remélhetőleg kellően megvilágítottam az előző fejezetben, hogy min alapszik a MANJU összehasonlíthatatlan antioxidációs ereje. Most a MANJU felhasználásának lényeges pontjairól szeretnék beszámolni. A MANJU biztonságosságát sok kísérlet támasztja alá. A Kaliforniai Egyetem Orvosi Karán állatkísérletek során az akut és krónikus toxicitást kutatták. A mikroorganizmusokat kutató intézet Hokuriban és különböző tengerentúli kutató szervezetek megállapították, „hogyan az EM semmiféle káros mikroorganizmust nem tartalmaz. Csak olyan mikroorganizmusokról van szó, melyeket az élelmiszer feldolgozásban is alkalmaznak. Az EM-et feltétel nélkül fel lehet használni.” – szól a megnyugtató értékelés.

Az EM felfedezése óta már 16 év telt el. Azóta nem csak Japánban, hanem közel 100 országban használják. Egyetlen országban sem kérdőjelezték meg az EM biztonságosságát. Sem az EM, sem a MANJU esetén nincs ok arra, hogy kételkedjünk a korlátozás nélküli használatában az ember számára.

Amennyiben kézbe vesszük a talajjavítóként kínált EM-1-et, a címkén ezt olvashatjuk: „Nem iható. Nem vállalunk felelősséget olyan károkért, melyek a nem rendeltetés szerinti felhasználás miatt keletkeztek.” Ezen kikötés ellenére sok ember issza.

Dr. Teruo Higa professzor a következőket írta a „Forradalom a Föld megmentésére – Effektív mikroorganizmusokkal oldjuk meg Földünk problémáit” című könyvében (lásd ajánlott irodalom):

„16 éve iszom az EM-et, 6 éve már MANJU-t is. Ez idő alatt a fogorvoson kívül nem kellett sem orvoshoz, sem kórházba mennem.” Az egész család MANJU-t iszik. Mindenki makkegészséges. Mielőtt rendszeresen MANJU-t ittunk volna, havonta egyik vagy másik családtagnak orvoshoz kellett mennie.” Amióta létezik az EM, azzal nem csak növényi és állati, hanem emberi betegségeket is meggyógyítanak. Mindenekelőtt egészségmegőrző szempontból tartják nagyra. Mivel azonban egyszerű kereskedelmi terméként kapható, hatékonyságát sok ember kétségbe vonja.



Mit jelent az, hogy az „EM-1 javítja a talaj minőségét?” A talajban számtalan mikroorganizmus él. Vannak hasznosak, melyek a növények növekedését segítik elő. A többi káros, mivel pontosan az ellenkezőjét teszi.

Kártékony mikroorganizmusokkal még kiváló minőségű talajokban sem tudnak a növények fejlődni. Amennyiben azonban hasznos mikroorganizmusokat juttatunk ki EM-formájában megfelelő mennyiségben, egy idő után egyféle hatalmi harc alakul ki, melyben a hasznos mikroorganizmusok győznek és a növények a továbbiakban jól fejlődnek. Hasonló a helyzet az ember bélrendszerében is, ahol több mint 100 különböző mikroorganizmus van állandóan jelen. A jók és a rosszak állandó harcot vívnak a fölényért. Gyenge bélrendszerű, székrekedéssel küszködő emberek az ártalmas mikroorganizmusok uralma alatt állnak. Amint az ilyen embereknek hasznosan ténykedő mikroorganizmusokat adnak, azok a jó mikroorganizmusok segítségével sietnek, hogy a bélrendszerben elterjedjenek és mihamarabbi javulást idézzenek elő.

Néhány évvel ezelőtt elkezdtek parasztok hígíthatlanul EM-1-et inni kis mennyiségben. Mézbe vagy tejbe keverték. A bőrre juttatva hat az atopikus ekcémára, többéves székrekedéses problémákat szüntet meg, gyomorfekélyt gyógyít. Egy sor efféle gyógyulás történetét hozták már nyilvánosságra.

Orvosként természetesen nem ajánlhatom, hogy EM-1-et igyanak. Higa professzor egy korábbi munkájában már taglalta, hogy „az EM ivása nem okozhat általában kárt. Önök ezt mégis saját felelőségükre teszik”.

Az EM-1 rendelkezik azzal az erővel, hogy a bélrendszer mikroorganizmusait a jó „törzsekre” változtassa át. Példa erre a széklet megváltozott szaga az EM-1 szedése után. Ezenkívül a színe sárgásabb lesz, tehát egészségesebb. Az EM-1 elősegíti a székletürítést is. Ezek a változások magától értetődőek.

Habár az EM-1 egy talajjavító volt és ma is az, titokban állandóan italként is használták. Ez rendkívüli antioxidációs erejét és megcáfolhatatlan

biztonságosságát is mutatja. Sem az EM-1, sem a MANJU nem ad okot aggodalomra.

### **Első reakció és a MANJU okozta pozitív hatás**

Szeretném a MANJU használatának egy további fontos szempontját megemlíteni: a MANJU által előidézett első reakciót. Közvetlenül a szedést követően sor kerülhet álmoságra, hasmenésre és lázra. Ezt nevezem első reakciónak. Efféle reakció mutatkozik a Kanpo-gyógyászat sok gyógyszerénél is. Azok az emberek, akik addig még nem szedtek Kanpo-készítményeket, a testi változásokat erre a befolyásra vezetik vissza. Előfordul az is, hogy a betegség súlyosbodik.

A májbeteg esetében a MANJU szedése után 1 hónappal a hasban víz gyűlt össze. A májfunkció értékei romlást mutattak. Mivel ezt a reakciót előre jeleztük, a beteg folytatta a szedést. Egy hónap múlva eltűnt a hasvíz, a GOT/GPT –értékek normalizálódni kezdtek. Mi okozta ezt a pozitív reakciót? Ha egy olyan mérlegre, melynek egyik serpenyőjében nincs semmi, majd hirtelen a másik oldalra teszünk valamit, instabil helyzet jön létre, elkezd fel-le mozogni. Vagy mint egy autóvezetőnél, aki egy másik vezetőnek elsőbbséget ad. A mellékhatások hozzátartoznak a gyógyszerek lényegéhez. Mivel ezeket a hatásokat gyakran nem lehet megkülönböztetni a betegségek tüneteitől, megijednek a betegek. A mellékhatások a gyógyszerekben lévő anyagok okozta rossz befolyásból jönnek létre. A reaktivált, tehát regenerálódó sejtek azonban fellázadnak a még folyamatban lévő gyógyulás ellen. Így lehet ezt az első reakciót megmagyarázni.

Amennyiben valami ártalmasat ettünk, hányás és hasmenés a test első reakciója, hogy a leggyorsabban megszabaduljon a káros anyagoktól. Hogy aktivizálja a MANJU a sejteket, egyidejűleg lázat, levertséget, hasmenést stb. okoz. Ezenkívül rövid ideig újból elkezdnek régi sérülések, elszenvedett ütések, csonttörések fájni.

Mi ilyenkor a teendő? Hagyjuk abba azonnal a MANJU szedését vagy éljük túl ezt a krízist? Döntsön ön a test összességében vett állapota alapján! Egészségesebbnek, vagy betegebbnek tűnik a beteg? Az első esetben folytatni kell a szedést, az utóbbiban elhagyni, vagy a mennyiséget csökkenteni.

Minden esetre a mért értékek számát mérlegelni kell, mielőbb döntésre kerül sor. Egyszer egy 12 éves, szokatlanul nagynövésű fiúnak zöldség levében adtam MANJU-t. 10 ml-es napi adaggal a mennyiség az alsó határon volt. Ennek ellenére a fiúnál erős aluszékonyság mutatkozott. Tovább csökkentettük a mennyiséget 5 ml-re. Amikor még akkor is fáradtságra panaszkodott, beszüntettük a szedést.

Cukorbetegknél a MANJU szedését követően a vércukorszint megemelkedésére kerül sor. Természetesen jobban szeretnénk, ha a pozitív hatás a szedés kezdetén jelentkezne. De csak akkor javul lassacskán a helyzet, ha a kritikus pontot túlléptük. Néha előfordul, hogy semmiféle reakció sem mutatkozik és azt kérdezem magamtól, hogy vajon egyáltalán bevettem-e a MANJU-t.

A koplalásnál a következőket kell figyelembe venni. Koplaláskor bizonyos betegségek a gyógyulás felé mozdulnak el. Az éhezés kitisztítja a test belsejét, és felerősödnek a természetes öngyógyító erők. Mielőtt ez bekövetkezne, felléphet az úgynevezett Menken-jelzés. Habár ekkor méregtelenítődik a test, először láz kíséretében jelentkezik, majd kipihent állapot áll be. Ez a tünet lép fel néhány betegnél rendszerint a koplalás megkezdése után néhány nappal. Gyomorproblémákkal küzdő betegek esetén gyomorpanaszokra kerülhet sor. Vérszegénység esetén szédülés következik be. Gyakran évtizedekkel korábban elszenvedett sérülések és törések kezdenek el fájni. A koplalás alatt előjönnek valamilyen módon a korábbi évek betegségei. Ez minden esetre azt bizonyítja, hogy elkezdtek az öngyógyító erők dolgozni, és ezt pozitívan kell értékelni. A teljesen egészséges embernél egyedüli reakcióként az üres gyomor érzése marad.

Infúzióként juttatott MANJU esetén a reakció erősebb, mint szájon át történő szedéskor, gyakori a borzongás és a láz. Elengedhetetlennek tartom, hogy átlépjük ezt a „mélypontot”. 100 ember közül csak egynél nem válik be a MANJU szedése. Mindenesetre mindig kértem a betegeimet, hogy számoljanak be arról, ha egészségi állapotukban változás állt be.

A kezelés megkezdése előtt alapos kivizsgálásra lenne szükség, ennek alapján állapítjuk meg az adagolást. Kisebb mennyiséggel kellene kezdeni, aztán növelni, ez csökkenti a kezdeti reakciókat.

### **Regeneráló és revitalizáló erők a MANJU segítségével**

A MANJU eddigi alkalmazásának tapasztalatai alapján szeretnék néhány pontra különösen kitérni. Először is azt kell hangsúlyozni, hogy az kiválóan hat a regenerálódásra képes szövetekre. Májzsugorodásból a későbbiekben májrák fejlődhet ki. A májzsugort vírusos hepatitis vagy az alkohol által előidézett károsodás okozhatja. Előrehaladott stádiumban a legmodernebb orvosi gyógyászati eszközökkel sem lehet azt feltartóztatni. Ebben az esetben MANJU javulást idézhet elő. Klinikai gyakorlatomból sok példát ismerek, ahol a máj értékei tényleges javulásra utaltak. Ezeket az értékeket GOT/GPT-vel jelöljük. Minél magasabbak az értékek a vérben, annál előrehaladottabb a sejtpusztulás. Rendkívül szükséges, hogy ellenőriztessük ezen értékeket egy kivizsgálás alkalmával.

Egy 40 alatti GOT-érték normálisnak minősül, míg akut hepatitis esetén 150-et is elérheti. Ez egy olyan érték, amelyet hosszabb ideig tartó májráknál érnek el a betegek. Az értékek ekkor 150-200 között vannak, krónikus hepatitis

esetén hasonlóan 100-200 között. Ismerek olyan eseteket, ahol az értékek állandóan 150-200 között voltak, de aztán MANJU segítségével 100 alá estek.

Másrészt arra szeretnék utalni, hogy májráknál az AFP-fehérjék (alfa-fetoprotein) igen gyorsan szaporodnak. Így ezt az AFP-t tumormarker-ként azonosították. Az AFP szokásos értéke 25 alatt van. Ráknál ez az érték olykor 900-1000-re emelkedik. Bizonyítani tudjuk, hogy ez az érték mintegy 200-ra esik vissza olyan betegeknél, akik fél évig szedték a MANJU-t.

Volt azonban olyan eset is, ahol a GOT/GPT-érték egyáltalán nem változott, jóllehet az AFP-érték csökkent. Ennek az az oka, hogy a daganat, amint a tumormarker mutatja, összezsugorodik és a rákos sejtek elhalnak. A GOT/GPT érték ezzel szemben a normális májsejtek elhalására utal.

Összefoglalva azt mondhatjuk, hogy egy csökkenő AFP-érték az elhaló rákos sejteket és a daganat aktivitásának, valamint méretének csökkenését mutatja. Ebből látható, hogyan gátolja meg a MANJU a rák további fejlődését, míg egy többé-kevésbé változatlan GOT/GPT érték az egészséges májsejtek további pusztulását jelzi. Ez azt jelenti, hogy a hepatitis-vírus a májat előbb-utóbb elpusztítja. Ebből következik, hogy a MANJU nem képes a hepatitis-vírust legyőzni, habár a beteg csökkent GOT-értéke azt mutatja, hogy a MANJU erősítette antioxidációs erejével a beteg öngyógyító erejét.

A máj képes lassan regenerálódni a szerv 80 %-os eltávolítása után is, és vissza tud térni az eredeti teljesítőképességéhez. Ha megakadályozzuk, hogy egy hepatitis által megtámadott és ezáltal megkeményedett májnál rák alakuljon ki, majdnem lehetséges egy normális életvitel a beteg számára. Ez a MANJU igazi nagysága.

A második pont tehát a regeneráló és revitalizáló erők. Ez a bőrre és a hajra is érvényes. Tudok atopikus ekcéma és más bőrbetegségek esetén sikeresen kezelt esetekről. Arról számoltak be, hogy a MANJU beszedését követően az ősz hajsálak besötétedtek. Ezeket nem ellenőriztem behatóan minden esetben. Talán az anyagcsere aktivizálása lehetett ennek az oka, ami az

autonom idegrendszer irányításával a bőr-és hajgyökérsejteket keltette újból életre.

### **Erjesztett ital, mint híd a Kanpo-gyógymód és a nyugati gyógyászat között**

Abban az esetben, ha a beteg élete elégtelen veseműködés következtében kerül veszélybe, a mesterséges dialízis módszerét alkalmazzák. A betegeknek hetente 2-3-szor dialízisre kell menniük, különben biztos halál vár rájuk. A művese átveszi a természetes vese szerepét és eltávolítja a mérgező anyagokat a vérből. Veseelégtelenség esetén a vese működése 80 %-ban leáll. Az efféle veseelégtelenségben szenvedő beteg számára korábban nem volt gyógyulás, de még manapság is gyakran találjuk a halál megállapított okaként a veseműködés megszűnését. Ma sok beteget megment a művese, de minden második nap 6-7 órát kell erre szentelniük, ami a napirendet érzékenyen befolyásolja. Egyik barátomnak, aki polgármester volt, a szükséges dialízis miatt nem maradt más választása, minthogy lemondjon tisztségéről.

A dialízises betegek száma évről-évre nő. Ezenfelül egyre idősebbek a betegek. Ma még megtérítik a biztosítók a költségeket, mégha nehezekre is esik. Angliában azonban a 70 éven felüli betegeknek maguknak kell a kezelést fizetniük. Japánban is fejtörést okoznak az ugrásszerűen megnövekedett költségek, úgyhogy valószínűleg itt is hasonlóan szigorú intézkedéseket fognak hozni.

Betegek 30 %-ánál ennek oka a diabetes, amely azonban olyan terület, ahol a MANJU nagyon hatékony lehet. Kórházi betegek, akik már nem tudnak inzulin injekció nélkül élni, vércukorszintjük stabilizálására MANJU-t szedtek. Közülük néhányan később teljesen elhagyhatták az injekciókat.

A diabetes és a vesebetegségek még ma is nehezen kezelhető betegségek a modern orvostudomány számára. Éppen itt próbálja meg a MANJU

antioxidációs ereje a betegséget enyhíteni. Erre még a 3. fejezetben részletesebben kitérek.

A már egyszer megszűnt testfunkciók újbóli visszaállítása terén a MANJU számára szinte határtalan alkalmazási terület rajzolódik ki. Megfigyelésem és tapasztalatom alapján hihetetlenül erős hatás figyelhető meg. Ezenkívül testünknek olyan revitalizációs és regenerációs ereje van, amit el sem tudunk képzelni.

Olykor olyan csodás gyógyításokról hallunk a népi gyógyászatban, hogy meggyógyítottak egy végső stádiumban lévő rákos beteget. Valamely megbetegedés gyógyítása fizikai-kémiai jelenség, nem pedig csoda hatása.

Miért ne lehetne ez a csoda az antioxidációs erő? Hogy miért nem értettük meg a gyógyulások okát, az abban keresendő, hogy eddig nem volt ismert az antioxidációs erő, illetve most lehet létre bizonyítékot találni. Talán a gyógyítottak esetében különösen kedvező feltételek hatottak. Az általam ismert egyedüli módszer, amely a modern gyógyászat határait átlépi és csodálatos gyógyítási eredményeket ér el, az a Kanpo-gyógymód „úgynevezett legkiválóbb gyógyszere”. Ez a betegnek minden helyzetben segít és évekig szedhető, korlátozás nélkül.

Egy nyugati orvostudomány szerint képzett orvosnak a tanultakat a beteg ágyánál kell bizonyítani. Amennyiben egy gyógyszer hat az egyik betegnél, úgy annak a másikonál is hatnia kell. Ehhez nem kell megérteni a gyógyszer hatásmódját. Nos hol van a MANJU helye a két módszer összehasonlításában? Ez egy „mindentudó”, mindennemű mellékhatás nélküli anyag, melyet hosszú időn keresztül szedhetünk. Ezzel a tulajdonsággal a keleti eredetű „legkiválóbb gyógyszer” közelébe kerül. A MANJU és a Kanpo-gyógyszer között azonban jelentős különbségek vannak.

Ahol ez a gyógyászati iskola az évezredek, az embereken kipróbált tudását átadja az újkornak, ott kezdődik a MANJU.

Igen valószínű, hogy a fejlődő kutatás és a jó klinikai tapasztalatok alapján a MANJU-t gyógyszerként elismerik. Mi ennek az oka? Maga Higa professzor nem szeretne ilyen vitákba bocsátkozni, mert amint megjegyezte: „Frissítő italként is megfelel”. A gyógyszeres készítményként való elismerésig egy sor hosszadalmas kísérletre lenne szükség, kezdve az állatkísérletektől, egészen az embereken történő klinikai kipróbálásig. A gyakorlatban a felhasználó számára ez nem járna semmiféle előnnyel, ezzel szemben azonban számtalan nyilvánvaló hátránnyal. A frissítő italra nem vonatkoznak azok a különféle szabályozások, melyek gyógyszeres készítményeknél a törvényi szabályozások alapján érvényesek.

A második hátrány pedig az lenne, hogy ezáltal rendkívül magas lenne az ára. Lehet, hogy a biztosítók megtérítenék, de a forgalmazása bonyolultabb lenne, úgyhogy a felhasználó számára megnehezülne a szabad hozzáférhetőség. Az egész társadalom számára ezért általában sokkal jobb lenne, ha az EM szabadon hozzáférhető lenne egészségmegőrzés és betegségmegelőzés céljából. Higa professzor arra törekszik, hogy a lehető legtöbb EM-1-et és MANJU-t állítsanak elő, hogy folyamatosan csökkenthessék az árat. A gyógyszergyártó cégekkel összefonódott gyógyászat szemszögéből tekintve ez egy felháborító gondolat.

Arra törekszünk, hogy a MANJU a nyugati-és Kanpo-gyógyászat közötti szakadékot hatékony készítményként, mint közvetítő hidalja át. Természetesen abban reménykedem, hogy széles körű kutató munka folyik, hiszen beteg embereknek kellene segíteni.

### **Felhasználási receptek**

A következőkben a MANJU konkrét felhasználási receptjeiről szeretnék beszámolni. Amint említettem, a MANJU frissítő italként van jelen a piacon. Bárhová megyünk Japánban, mindenütt kapható Okinawán, Higa professzor szűkebb hazájában még a prefektúra eladóhelyein is ott van.



Ahhoz képest, hogy frissítő ital, egy kicsit magas az ára. Senki nem fogja azonban úgy inni, mint a vizet. Enyhén sárgás, átlátszó, majdnem szagtalan folyadék ez, ásványvíz hatását kelti. Nincsenek meghatározott előírások szedését illetően. Egészségmegőrzés céljából elegendő napi 5-10 ml belőle.

Én napi 30 ml-t fogyasztok, és egészségesnek érzem magamat. Napi 10 ml esetén több mint 3 hónapig elegendő 1 liter. Kávéhoz vagy gyümölcsléhez keverve csaknem íztelen, így szedi a legtöbb fogyasztó. Időközben azonban Japánban feltűntek a MANJU italok és MANJU ivólevelek is.

Klinikai területen kétféle felhasználása létezik. Az egyik a szájon keresztüli szedés. Ekkor, amint említettem, 5-10 ml-es kis mennyiségekkel kezdünk, hogy aztán 3 naponként, illetve egy hét múlva emeljük az adagot. Többnyire fél hónap alatt érjük el a kitűzött mennyiséget. Lényegtelen, hogy reggel, délben és este, tehát 3-szor naponta, vagy reggel és este, azaz naponta kétszer szedjük. A pozitív hatás szempontjából csak a folyamatos szedése fontos. Amennyiben túl heves a reakció, úgy 10 ml-el csökkentett mennyiséggel kell folytatni.

Amennyiben 1-2 hónap múlva semmi nem látható, nincs ok arra, hogy abbahagyjuk. Még ha el is telik fél év látható változás nélkül, vagy ha a beteg állapota romlott, akkor is jó eredmények mutatkoznak 1-2 év múlva. Vannak idegileg túlzottan érzékeny emberek, akiknek a MANJU ivása ellen egyszerűen ellenérzésük van. Ilyen embereknek egy bizonyos mennyiséget vízbe keverve lehet adni. Amennyiben ez nem hoz változást, úgy az italba és ételbe is lehet keverni.

Higa professzor adatai szerint Dél-Ázsiában és Indiában elegendő egy 1-2 ml-es MANJU mennyiség, hogy megbetegedés esetén jelentős hatást érzünk el. Ezzel összehasonlítva egy japán embernek ennek tízszeresét kell innia. Fejlett országokban élő embereket sokféle stresszhatás ér, ami kétségtelenül elősegíti az oxidációt.

A következő felhasználási forma az infúziós kezelés. Ennél 250 ml szőlőcukoroldatba 2-5 ml MANJU-t adagolnak, így problémamentesen bejuttatható a szervezetbe. Ellentétben az ivással, így közvetlenül a vérbe jut a MANJU, ami lehetővé teszi a kis mennyiség alkalmazását. Ezenkívül az infúziónál korábban várhatók az első reakciók. Gyakrabban fordul elő a borzongás és a láz. Az efféle rosszullét miatt azonban nem kell aggodalmaskodni. (Fejtegetéseimben itt az ivásra koncentrálok főként).

A MANJU-t a gyomor vízként dolgozza fel. Amennyiben a szájon és nyelőcsövön keresztül történő felvétele nem jön számításba, úgy az infúziós módszert kell alkalmazni. Az a szándékom, hogy az infúziós módszer tekintetében a jövőben már sokkal szélesebb körben cseréljek információt, hogy ezt is tekintetbe véve határozzam meg a leghatékonyabb módszert.

Higa professzor beszámolója alapján Thaiföldön és Indiában az intravénás injekciót alkalmazzák. Egy 20-30 ml-es fiziológiás sóoldatban adagolnak 0,5 ml MANJU-t és ezt juttatják be injekció formájában. Amennyiben nem lépnek fel komplikációk, úgy 0,5 ml-es lépésekben növelik a mennyiséget.

Rák esetén eddigi tapasztalataim alapján nem tudok megadni szabványmennyiséget az orális és injekciós adagolási módszerre. Az a tapasztalatom, hogy minél nagyobb a megivott mennyiség, annál erősebb a látható hatás. Lehetséges, hogy elmegyünk a napi 200 ml-es adagig. Ekkor azonban több pénzt kell kiadnunk, és ez jelentős anyagi terhet jelentene. A biztosító ebből semmit nem térít, mindent a betegnek kell fedezni. Higa professzor azt nyilatkozta, hogy az EM-1 és a MANJU vonatkozásában minden erőfeszítést megtesz, hogy a lehető legolcsóbb ellátást tegye lehetővé.

### **A MANJU csökkenti a mellékhatásokat a rákgyógyászatban**

Az utolsó fejezetben a MANJU felhasználási módjait vázoltam. Az utóbbi időben áttértem arra, hogy a MANJU-t ne csupán önmagában, hanem más

antioxidánsokkal, a Kanpo-gyógymóddal, népi gyógymódokkal és hatóanyagaikkal együtt alkalmaztam. Ezzel kapcsolatban különféle kísérleteket végeztem.

Mivel fiatal koromban tanultam Kanpo-gyógyászatot, egy sor megfelelő készítmény kerül felhasználásra kórházamban. Sok eset bizonyítja, hogy a MANJU és a Kanpo-készítmények együttes szedése még hatékonyabb. Nyomatékosan ajánlom, hogy a MANJU-t C-és E-vitaminnal,  $\beta$ -karotinnal, polifenollal és flavonoidokkal együtt szedjék. Különféle vizsgálatok kimutatták, hogy a japánok összességében túl kevés vitamint szednek. Egyéb pótlások megakadályozzák, hogy kimondottan hiánybetegségek lépjenek fel, de ez nem elegendő antioxidánsként a megfelelő hatás elérésére. Kevésbé ismert, hogy gondoskodni kell a megfelelő mennyiségű antioxidánsról.

A következő táblázatban szembeállítjuk a japán és amerikai ember szükséges vitaminmennyiségét. A japánoknak például napi 50 ml C-vitaminra van szükségük, hogy ne betegedjenek meg vitaminhiány miatt skorbutban. Hogy effektív antioxidációs erőt érjünk el, 1200-2000 ml szükséges azonban. Nem régóta a MANJU-t szedő betegeimnek pótlólag nagy mennyiségű C-vitamin szedését javaslom. Habár a MANJU önmagában is hat, de C-és E-vitaminnal együtt még jobban, különösen olyan emberek esetén, akik nehezen reagálnak erre. Így a C-vitaminnal együtt szedve szinergetikus (egymást erősítő) hatás várható.

Vannak olyan anyagok, melyeknek a népi gyógyászat minden betegségnél jó hatást tulajdonít. A modern orvostudományban bízó emberek nem adhatnak hitelt az efféle kijelentéseknek. A hagyományos gyógyászatban kételkedők viszont természetesen különösen vonzódnak az efféle felfogásokhoz. Amikor tudatták egy ismerősömmel, hogy májrákja van, egy hegyekben lakó ismerőse azt ajánlotta neki, hogy fogyasszon kavaratake-gombát.

Beszámolt arról, hogy a tüdőrákban megbetegedett fivére számára a hegyekben gyűjtött ilyen gombákat és megfőzte – fél évvel később elmúlt a tüdőrák. Ismerősöm megkérte ezt a nőt, hogy neki is gyűjtsön kavaratake-gombát.

Elkezdte inni a főzetet, olyan ellenérzés alakult ki azonban benne, hogy nem volt képes tovább inni azt. Többnyire éppen a gombáknak tulajdonítják azt a képességet, hogy a rákra hatással vannak. Egyesek hisznek ebben, mások nem. Egyénektől függően a hatás különböző lehet. Nem mindenki várhatja ugyanazt a hatást. Vajon a népi gyógyászat által alkalmazott szerek között miért olyan sok a gomba? Ezek közé számít például a tochukaso (kínai dongchongxiacao-Cordyceps sinensis). A rák ellen különösen hatékonynak mondott krestin (polysaccharide-K) alapanyaga a saru-no-koshikake (litchi). Én azt hiszem, hogy az ilyen népi eredetű készítmények különösen hatékony elemeket tartalmaznak, egyedül azonban nincs kellő hatóerejük. Az is előfordulhat azonban, hogy ezeket a kawaratake-gombákat túl későn használják fel, ha már túl gyenge a beteg ahhoz, hogy az hasson.

A modern gyógyászat és egy ilyen összeállítás együtt mégis bizonyára hatékony lehet. Így például manapság gyakran alkalmazzák a krestint, de hatása kérdéses. „Ha önmagában nem hat, talán más rákellenes gyógyszerekkel együtt hatásos,” hangzik az Egészségügyi Minisztérium irányelve.

A gyakorlatban nem fordítva van ez? A biztosítási rendszer arra ösztönöz, hogy további rákellenes gyógyszereket szedjünk. Ezzel a felfogással azonban nem képes a hatóanyag kifejteni a hatóerejét. Talán ebben az esetben segítene a MANJU. Ez azonban még sajnos nem elérhető. Szeretném megismételni, a MANJU hatóereje az antioxidációs erőben rejlik. Hatása összehasonlíthatatlanul erősebb, mint a természetben előforduló sok antioxidánsnak. A test sejtjei olyan aktívak lesznek, hogy alig lehet rájuk ismerni.

A MANJU szedése a rák ellen küzdő NK-sejteket a legnagyobb aktivitásra ösztönzi. E sejtek belsejében számtalan gömb alakú képződmény található, amelyek lecsapnak a rákos sejtekre és szétpukkasztják, mintha kézigránátot dobtak volna oda. Efféle küzdelmek állandóan folynak a testben.

A MANJU fokozza az antioxidációs erőket. Átala a gyógyszerek is másként hatnak. Amennyiben például a krestint így alkalmazzuk, új lehetőségek

nyílnak meg. Az immunerő fokozását szolgáló kísérleteknél minden esetben kizárt a mellékhatás, amely az immunerőt károsítja. A májgyulladásnál például egy „urso” nevű gyógyszert használnak. Az epesav kiszorítására szolgál a „roots” nevű szer, az ősrégi ún. „medveepe”. Korábban minden házban volt „kresosot”-al együtt a gyomorra ható szer, a medveepe (kuma-no-i). Ma már majdnem teljesen eltűnt. Már az „urso” sem használatos gyógyszer manapság. Azonban MANJU-val együtt talán sokat várhatnánk tőlük.

Az utóbbi időben a májbetegségeknél interferont használnak. Ennek azonban erős mellékhatásai vannak: magas láz, hányás, egészen az öngyilkosság megkísérléséig fajuló depresszió lehetnek a következmények.

Az MANJU-val együtt azonban lehetőség van arra, hogy a mellékhatásokat megfelelően csökkentsük. Ezenkívül az interferon egyéntől függően nehezen ható szer. Magas vírusszám esetén nem hat. A hepatitis C-nél azonban érdemes megpróbálni. Itt is képes a MANJU csökkenteni a nem kívánt hatásokat, már önmagában ez is megvilágítja a MANJU nagy jelentőségét.

### **Vitaminok egyidejű szedésével lehet elérni a legjobb eredményeket**

Az ember bélrendszerében mintegy száz fajta mikroorganizmus van jelen. Ezt a bélflórát hasznos és káros baktériumokra osztják. A bél mindenkori szakaszában kifejtett hatásuk és számuk jelenthet nagy problémát. A tejsavbaktériumok az egészséges folyamatokat segítik elő, miközben a károsnak számító patogén (megbetegítő) kólibaktériumok is jelen vannak. A kólibaktériumok rendszerint nem okoznak károsodást. Amint viszont a mikróbák bélen belüli egyensúlya felborul, kórokozókká válnak. Hogy ezt megakadályozzuk, arra van szükség, hogy tartósan biztosítsuk a hasznos mikroorganizmusok fölényét. Ilyen szempontból az EM-1 még hatékonyabb, mint a MANJU. Az ital formájában szedett MANJU-t többnyire a gyomor szívja fel és így alig kerül a bélbe, ezáltal csekély a bélflórában kifejtett irányító szerepe.

Az élő mikroorganizmusokból álló EM-1 viszont átmegy a gyomron és a bélbe jut. A vékonybélben szívódnak fel a tápanyag alkotóelemei, ugyanis ott tevékenykednek a bél mikroorganizmusai, ezért halad vontatottan a felszívódás. Ennek az a feltétele, hogy túlsúlyban legyenek a hasznos mikroorganizmusok. Különben nemcsak a tápanyag felszívódás hatásfoka romlik, hanem a immunerő csökkenésével is számolhatunk.

Ha mindez így van, akkor különösen a MANJU szedésének kezdetén nehéz az immunerők fokozása. Amennyiben a MANJU-t betegség gyógyítására isszuk, a bélflórának hasonlóképpen jó összetételűnek kell lennie. Maga a növény sem fejlődik, ha rosszak a talajviszonyok a növény számára, ugyanez érvényes az emberi bélre is. A mikroorganizmusok egyensúlyának felbomlása esetén csökken az ellenállóképesség is, további mérgező anyagok termelődnek, betegségek lépnek fel.

Ami a mikroorganizmusok helyzetét döntően rontja a bélben, azok az antibiotikumok. Minden a penicilinnel kezdődött, amely több mint fél évszázada van a piacon és kezdetben világmegváltóként ünnepelték, mert az képzelték, hogy mint kezdetben a tuberkolózisnál, minden kórokozót kiírt. Ma viszont, mint egy ördögi kör, antibiotikumokra rezisztens baktériumok alakulnak ki.

Az embereknél használt antibiotikumok hasonlítanak a mezőgazdaságban használt vegyszerekhez. A rizs, zöldség és gyümölcs kártevőit teljesen kiírtják. Az utóbbi időben azonban rezisztens baktériumok és kártevők bukkantak fel, melyeket nem lehet elpusztítani, így szélesedik ki ez a harc, aminek nincs győztese. Az antibiotikum – ember vonatkozásában éppen így van ez. Nem lehetne ennek a harcnak véget vetni? MANJU-val nem, de az EM-1-el tartósan lehetne a bélrendszerben a jó baktériumok fölényét biztosítani. Akik hallották ezzel kapcsolatos véleményemet, közülük sokan még EM-1-et is szednek a MANJU mellé. Így még erősebb lesz a MANJU antioxidációs ereje. Mégha mindezt vitaminokkal és természetes antioxidáns anyagokkal egészítik ki, mint amilyen a magas értékű fehérje, akkor nem szabadna olyan körülményeknek

kialakulnia a testben, hogy az aktivált oxigén győztes legyen. Elmúlnak a betegségek és az így meggyógyult emberek meg fogják tudni egészségüket tartani.

A nyugati orvostudomány a szinergetikus hatásokra épít. Amennyiben egy gyógyszer önmagában nem hat, kiegészítik azt egy másikkal. Így egy meg egyből nem kettő lesz, hanem három vagy négy. Ha a MANJU önmagában felülmúlhatatlan antioxidációs erőt fejleszt ki, akkor talán lehetne hatását más anyagokkal még jobban fokozni? Ez volt a kiindulási pontom, amikor kísérletként további anyagokat rendeltem hozzá. Ezek a gondolatok a következő módszerekhez vezettek:

1. *Javított táplálkozás.* MANJU, vitaminok, esszenciális aminosavak- jól hasznosulva a testbe antioxidációs erőket juttatnak, hogy az aktivált oxigén okozta károkat elhárítsák. Nő az immunerő, kibontakozhatnak az öngyógyító erők.
2. *Revideált magatartás a népi gyógyászattal szemben.* A népi gyógyászat szereit, mint a régóta hatékonynak tartott kavaratake-gombák és a litchi (déli gyümölcs) inkább tápanyag, mint gyógyszer. Hatásuk minden embernél más és ennek megfelelően a mennyiség és a szedés idejét illetően a különböző immunerőségekre kell vonatkoztatni. A MANJU az ember antioxidációs erejét ott is fokozni tudja, ahol eddig nem volt látható a hatás.
3. *A Kanpo-gyógyszerkészítményekkel együtt szedve.* Ezeknek is vannak mellékhatásai, de ezek minden embernél különböznek. Ezt is lehet azonban a MANJU-val szabályozni. A MANJU-nak köszönhetően csökkenteni lehet a mellékhatásokat.
4. *Nyugati gyógyszerekkel történő együttes szedése.* Ezek a gyógyszerek közvetlenül hatnak, ezzel együtt mellékhatásuk is nagy, ennek a csökkentéséhez is hozzájárul a MANJU. Soha ne szakítsuk meg azonban a szedést, végső stádiumban lévő rák esetén is csökkenti a MANJU a terápia és a gyógyszerek okozta megterhelést.

5. A *MANJU* és az *EM-1* együttes szedése. Ekkor a bélben az irányító erők vannak jelen, melyek az immunerőket ismét helyreállítják, miközben erősödik a *MANJU* hatása.

A fejezet végén szeretném még egyszer összefoglalni a legfontosabb pontokat. Azoknak szól ez, akik a könyv elolvasása után a *MANJU* szedésére szánják el magukat, de azoknak is, akiknek a szedés eddig még nem hozta meg a kívánt eredményeket. A gyógyítás művészetének az alapja az orvos és beteg közötti bizalom. Amint felépült ez a bizalom, egy jó gyakorlat segítségével a kezelés sikere is bekövetkezik. Egy bizalmi kapcsolat nélküli kezelés még egy híres orvos esetén sem vezet sikerhez.

Ez minden, amit a kezeléssel és gyógyszereléssel kapcsolatban mondhatok. Sebészeti beavatkozások és gyógyszerelés esetén a *MANJU*-t kiegészítésként kellene szedni. Itt is látható a *MANJU* hatása.

### **A második fejezet fő gondolatai:**

1. Az anyag létrejöttének és elmúlásának minden folyamata oxidációs folyamat. Az antioxidánsok olyan anyagok, melyek ezeket a folyamatokat gátolják. A *MANJU* a világ jelenleg legerősebb ismert antioxidánsa.
2. Aktivált oxigén szükségszerűen képződik a testben zajló energiatermelés folyamatában. Emellett a dohányzás, az alkohol, az ultraibolya fény, a sugárzás, vegyi anyagok, tápanyagadalékok és a stressz számítanak az aktivált oxigén keletkezését előidéző faktoroknak.
3. SOD a test enzime, amely az aktivált oxigént elhárítja. Mindazonáltal termelődése az embernél a 40. életév után csökken. Ezután kiegészítésként antioxidáns anyagokat kellene szedni.
4. *MANJU*, az EM kivonata, rendkívüli antioxidációs hatással rendelkezik.



5. MANJU szedésekor pozitív reakcióként láz, fáradtság, hasmenés stb. lép fel. Ez a növekvő öngyógyító erők következménye, azaz pozitív reakció a MANJU szedésére. A mellékhatások tekintetében nem kell aggodalmaskodni.
6. A MANJU hatása megmutatkozik a májra, bőrre, hajon stb., felülmúlhatatlan revitalizációs erő formájában.
7. Nyilvánvaló, hogy egyszer lehetővé válik, hogy a szövet-és szervkárosodásokat genetikai síkon állíthassák vissza. Veseelégtelenség esetén a beteget meg kellene szabadítani a szükséges dialízistől.
8. Fokozza lépésenként a MANJU italmennyiségét! Betegségnél kezdje egyszer 5-10 ml-el! Általában a legmagasabb italmennyiséget napi 3x70 ml-ig emelik.
9. A MANJU-nak önmagában is nagy hatása van, vitaminokkal együtt azonban szinergetikai hatás várható.
10. Ahol nem segít a népi gyógymód, az EM-el együtt szinergetikai hatás következhet be.
11. A MANJU-t nagyjából a gyomor szívja fel. A bélműködés szabályozására azonban EM-1-et szedjünk.
12. Könnyen jó eredmények mutatkoznak, ha a jó és hatékony szerrel, a MANJU-val szemben kezdettől fogva bizalommal vagyunk,.

### **Megjegyzés**

Az EM-1 szedése előtt mindig konzultáljunk egy orvossal vagy természetgyógyással!

### **A MANJU hatékonysága diabetes és egyéb krónikus betegségek esetén**

Az első fejezetben arról számoltam be, hogyan hat a MANJU rákos megbetegedés esetén. Ebben a fejezetben azt szeretném bemutatni, mennyiben segít a MANJU más betegségeknél. Az antibiotikumoknak köszönhetően az

orvostudomány az utóbbi években gyógyítani tudta a bakterológiai betegségeket.

Az antibiotikumokra rezisztens baktériumok megjelenésével azonban új betegségek okoznak növekvő gondot. Az emberiség először legyőzte a bakterológiai eredetű betegségeket. A májzsugor, krónikus vesebaj (nephritis), hipertónia, diabetes, szívizomelhalás, rák, reuma és más krónikus bajok még nem teljesen gyógyíthatók.

Vajon segíthet ezeknél a betegségeknél a MANJU? E krónikus betegségek esetén mi hatékonyságának titka?

Hadd szóljak először a diabetesről, a MANJU itt is jó eredményekhez vezet, a vércukorszintet tartósan csökkenti. Amennyiben ez nem is következik be, úgy legalábbis megelőzi a diabetes által előidézett komplikációkat.

Yoshikazu Yasuaki úr (68 éves) arra kényszerült, hogy öt éven keresztül reggel és este inzulin injekciót adjon be magának.

Yoshikazu Yasuaki úr vércukor értékei:

1996.	szeptember	22.	164
	szeptember	28.	92
	október	5.	182
	október	8.	220
	október	26.	139
	november	2.	149
	november	9.	145
	november	16.	193
1997.	február	8.	145
	március	8.	135
	március	22.	159
	március	29.	175
	április	12.	187

június	14.	158
július	5.	180
szeptember	27.	163

Aztán naponta háromszor minden étkezés előtt 10 ml MANJU-t szedett. Nos az értékei normálisak, illetve megközelítően azok. A vércukorszint csökkent és a lábaiban érzett zsibbadás elmúlt.

Még ma is MANJU-t szed, csekély mennyiségű gyógyszerrel együtt.

A következő értékek a vércukorszint változását mutatják 1996 szeptemberétől kezdve. Mindenkor egy órával az étkezés után mérték, mintegy egy éven keresztül.

Amennyiben éhgyomorral 140 fölött van ez az érték, étkezés után két órával 200 fölött, úgy az diabetesként diagnosztizálható. Az étkezés utáni értékek legyenek bár 150 alatt, Yasuaki úr értékei ezt az értéket rövid időn belül megközelítik. Yasuaki úr naponta háromszor 10 ml MANJU-t szedett, úgy étkezik mint egy egészséges ember, a diabetikus diétát már éppen leállították.

Szeretnék Önöknek bemutatni egy további esetet, ahol a diabetest sikeresen kezelték MANJU-val. Susumu Futatabi úr esetén (58 éves) a vércukorszint a határértéken volt. Háromszor 20 ml-t szedett naponta, tehát összesen 60 ml-t. Később meghízott, a vérnyomása stabilizálódott. Már gyógyszer nélkül tudott élni, nem kellett diétáznia, minden második napon egy óra mozgást írtak neki elő.

Yasuaki úr a diabetes egy viszonylag nehéz válfajában szenvedett. Nem úgy Futatabi úr, saját adatai szerint egy hónappal a MANJU szedése után következőképpen alakultak a vércukor értékei.

Futatabi úr cukorértékei az étkezés előtt és után:

üres	evés után	evés után	vérnyomás
------	-----------	-----------	-----------

	gyomor	1 órával	2 órával	
augusztus 17.	95	137	132	117/68
augusztus 25.	94	127	133	114/73
augusztus 31.	92	139	118	115/84

Minden érték közel normális. Ki merem jelenteni azt, hogy egy étkezés után két órával mért 100 körüli érték nem ideális. Mivel azonban bizonyos mértékig jól érezte magát, megpróbálta mellőzni a Kanpo-gyógyszereket. Hogy a normális értéket tartsa, teljesen a MANJU-ra hagyatkozott.

### **A diabetes káros hatásai és különböző reakciók a MANJU szedése során**

A bemutatott esetekben bizonyítható a MANJU hatásossága diabetesnél. Néhány embernél olyan jól hat a MANJU, hogy teljesen le lehet mondani az inzulinról. Részben még a normális táplálkozási módhoz is vissza lehet térni. Más embereknél azonban a MANJU-ra semmiféle reakció nem mutatkozik. Akkor a következő a helyzet. Masaaki Terakoshi úr (32 éves) értékei éppúgy a határon voltak, mint Futatabi úrnak. Nem szedett inzulint. Az első hét napon naponta kétszer 10 ml MANJU-t szedett, később naponta kétszer 30 ml-t. Héthónapi folyamatos szedés után sem csökkentek értékei. A vércukor értékek változatlanul magas szinten maradtak. Amikor a párhuzamosan szedett készítményt nem szedte, még magasabbra emelkedtek az értékek, azaz a gyógyszer messze hatékonyabbnak mutatkozott, mint a MANJU.

Végül abbahagyta Terakoshi úr a MANJU szedését. Tudomásul kell vennünk, hogy a MANJU hatékonysága soha nem egyforma. Gyakran csak jó idő elteltével mutatkozik a hatás. Ezért azt javasoltam Terakoshi úrnak, hogy folytassa a szedést, de ő nem akarta ezt, ilyesmi előfordul. Mégha nem is csökken a vércukor érték, tekintetbe kellene vennünk a többi pozitív hatást is. A diabetes ugyanis azt jelenti, hogy túl kevés vércukrot csökkentő inzulin van

jelen és túl sok szőlőcukor marad a vérben, ami ragadós lesz és így károsítja az ereket.

Ezek a károsodások a testben mindenütt további komplikációkat okoznak, úgymint az ideghártya megbetegedései, vesekárosodás, szélütés, angina pectoris, szívizom-infarktus, tüdőgyulladás, epehólyaggyulladás, epekő, hólyaggyulladás, impotencia, izomsorvadás, bénulások, szédülés stb. Az erek törékenyekké válnak, a vér nem jut el már a test minden részébe, és így alakulnak ki ezek a károsodások. Gyakran a diabetes okozta komplikációk mellékhatásai jelentősen súlyosabbak, mint maga az eredeti betegség.

A vércukor érték a szőlőcukor arányt mutatja a vérben – ez az energiahordozó. A szőlőcukor pótolja a sejtekben elhasznált energiát. Mindnyájunknál emelkedik a vér szőlőcukor-tartalma evés után. Ehhez jön az inzulin-hormon, amelynek a vérből kell a szőlőcukrot elszállítania. Amennyiben részben vagy egészen hiányzik ez, a cukor a vérben marad. Ez rontja a vér minőségét és károsítja a vérpályákat. Így kerül sor a test ellátórendszerének az akadályozására. A diabetes így a testet kétszeresen is károsítja.

A diabetes oka az ember genetikailag rossz hajlamában keresendő. Ez a diabetes inzulinfüggő formája. Ez azonban az eseteknek csupán egy százalékát teszi ki. A maradék 99 % a nem inzulinfüggő változat. Ennek az okai elhízás, a mozgás hiánya, egészségtelen életmód, stressz stb.

A diabetest lehet az újkor betegségei klasszikus modelljének is nevezni, mert az utóbbi időben az ilyen típusú cukorbetegek száma drámai módon megemelkedett. Japánban mintegy 2 millió embert kezelnek cukorbetegséggel. Ezentúl becslések alapján hat millió ember potenciálisan veszélyeztetett ebből a szempontból.

Mit tud a MANJU ennél a betegségnél elérni? Azt gondolom, mindkét előbb bemutatott eset kellően szemlélteti a MANJU rendkívüli hatóerejét. Mi okozhatja ezt? Az alábbiakban ezt szeretném megindokolni.

A diabetes esetén tehát megemelkedik a vércukor értéke. Ezután romlik a vér minősége, amely korlátozza a test szőlőcukorral való ellátását. Ehhez járul még az is, hogy a vér ragadós lesz, és a SOD termelődését korlátozza, amely a scavenger szerepét veszi át.

Ha a szőlőcukorhoz tapad a SOD, akkor nem tudja már ellátni saját feladatát, hogy semlegesítse az aktivált oxigént. A SOD nemcsak hogy nem tudja ellátni eredeti feladatát, még a test ellenségévé is válik.

A diabetes az ideghártya megbetegedéseit és vesekárosodásokat idézhet elő, sőt a perifériás idegekre gyakorolt hatásán keresztül a kézben és lábban bénulást is okozhat. Mindez az aktivált oxigén által okozott károsodás. MANJU-nak, az erős antioxidánsnak a szedése legyőzi ezt az aktivált oxigént és meggátolja a súlyos következményeket.

A MANJU feltartóztatja a diabetes-szel kapcsolatos mellékhatásokat. Amennyiben a MANJU szedését követően nem csökkennek a vércukor értékei, az messzi nem jelenti azt, hogy hatástalan. Megvédi a testet a komplikációktól. Az adott antioxidációs erővel azonban a vércukor értéknek hamarosan csökkennie kellene, erről meg vagyok győződve.

A különböző antioxidációs képesség az oka annak, hogy a hasonló körülmények között élő emberek egészen különböző mértékben hajlamosak a cukorbetegségekre. Minden betegség genetikailag meghatározott, a gének idézik elő a betegségeket és gátolják meg azoknak a fellépését.

### **Hogyan épülnek fel a gének?**

Szén, hidrogén, oxigén, nitrogén-e négy elem vegyületéből jönnek létre az aminosavak, melyek közül nyolc nélkülözhetetlen, de a test ezeket maga nem tudja előállítani. Csak kívülről a táplálék útján vehetők fel. Ez azt jelenti, hogy testünk olyan fehérjékből épül fel, melyeknek egy része a testen kívülről származik. Ez a fehérje aminosavakra bomlik és az emberi szervezet számára

hasznosítható fehérjévé alakul át. A négy előbb említett elem 20 féle aminosavat hoz létre. Ezen aminosavak kombinációjából 100.000 különféle fehérjetípus keletkezhet. Hogy miből melyik fehérje képződik, azt a gének határozzák meg. Mivel azonban a gének maguk is fehérjékből állnak, igaz az az állítás, hogy a fehérje a legfontosabb tápanyag a test számára. A gének felépítése minden embernél hasonló. Mégsem hasonlít egyik ember sem a másikra. Nézzük csak az arcot. Az alapszerkezet azonos, mégis két teljesen azonos arc. Így az a képesség is egy kicsit más, hogy az emberi gén fehérjéje kialakuljon. A különféle fehérjéknél A, B, C, D, E és F típusokat különböztetünk meg. Az egyik embernél az F típust előállító gén gyenge, a másiknál erős. Amennyiben az F típus gyenge, és véletlenül egy lényeges (esszenciális) fehérjéről van szó, ennek az embernek ott lesznek a gyenge pontjai.

Az inzulinhormonok is fehérjék. Amennyiben az azok termelését irányító gének túl gyengék, hiány van inzulinból és az ember cukorbeteg lesz. Ebben az esetben a diabetesnek egy veleszületett inzulinfüggő formájával kell együtt élnie. De szerzett okok következtében is sor kerülhet cukorbetegsége, miután az inzulint termelő gén meggyengült. Ez például az az eset, amikor a fehérjéssel való ellátás nem kielégítő vagy rossz minőségű. A kor haladtával csökken a tápanyagmennyiség a fehérjeellátásra vonatkozó megfelelő következményekkel együtt. Vagy a mértéktelen evés-ivás következtében aktivált oxigén szabadul fel, amely károsítja az inzulint termelő géneket. Az egyoldalú táplálkozás is akadályozhatja a fehérjék képződését.

A vitaminok és ásványi anyagok nélkülözhetetlen segédanyagok. Hiányuk árt a fehérjeképződésnek.

Különösen jellemző a modern emberre, hogy a sok stressz és egészségtelen életmód következtében az aktivált oxigénből felesleg jön létre.

**Reumás-és hátfájdalmakat is okozhat az aktivált oxigén?**

A MANJU alkalmazása eredményes ilyen fájdalmas megbetegedéseknél is. A fájdalom csillapítására az antioxidációs hatás elengedhetetlen. Példaként szolgálhat a reuma. Ennél a betegségnél az aktivált oxigén az ízületekben gyülemlik fel, melyet a MANJU-val kell semlegesíteni, hogy a fájdalmat csökkentsük.

Egy másik példa: három évig 5 orvos kezelte Sayo Fujimoto urat, anélkül hogy megszűntek volna hátfájdalmai. Röntgen derített fényt arra, hogy az első és második ágyékcsigolyánál kompressziós törés van, ezért fűzőt kellett viselnie. Ezenkívül kalciumot, tejsavat és fájdalomcsillapító gyógyszereket szedett MANJU-val együtt. Egy 10 ml-es adaggal kezdett reggel, délben és este. Hét nap múlva a mennyiséget 20 ml-re növelte. Az eredmény meghökkentő volt. Egy hónap elteltével megszűntek a fájdalmak.

Mi okozza a hátfájdalmakat? Annak oka az izmok gyengülése. A csontok között porcok vannak, melyek környezetében a szövetet védő izmok találhatóak. Amennyiben ezek az izmok stabilak, a csontok helyükön maradhatnak. Ekkor ritkán fordul elő törés. Még ha sor is kerül külső behatás következtében törésre és a törés okozta elmozdulásra, ennek ellenére alig lép fel fájdalom. A kor haladtával azonban az izomerő alábbhagy. Könnyebben előfordulnak törések és ficamok. A fájdalom gyakrabban jelentkezik. Földünkön számtalan ember él efféle hátfájással. Első számú teendő az izmok erősítése. Hogyan lehet ezt legjobban erősíteni?

Mivel az izmok különféle fehérjékből állnak, sok fehérjét kell fogyasztanunk a napi táplálkozással. Ezenfelül a vitaminok elengedhetetlenek az izomzat felépítéséhez, ezekről is gondoskodnunk kell.

Továbbá a mozgás nagyon fontos. Túlzott sporttevékenység azonban ismét oka lehet az aktivált oxigén keletkezésének. Mértékletes mozgásra van szükség ahhoz, hogy a természetes ellenállóerőt fokozzuk. A gyors séta tökéletesen elegendő ahhoz, hogy a testet ösztönözzük és az izmokat serkentsük, aztán az alvás idején felépülnek az izmok.



Amint megjelennek a hátfájdalmak, még ha akarna sem tudna az ember sportolni. Ez egy ördögi kör, amely tovább gyengíti az izmokat és még az aktivált oxigén képződését is elősegíti. Mindezt ott, ahol a legjobban fáj. A MANJU ezt a fájdalmat minden mellékhatás nélkül meg tudja szüntetni. Egy csodálatos módszer!

A váll merevségének nem ugyanez az oka. A fej aránytalanul nehéz, a test összsúlyának mintegy tizedét teszi ki. Egy 60 kg-os ember állandóan mintegy 6 kg súlyt hordoz a vállán. A túlterhelés miatt tejsav keletkezik az izmokban, ami a vállak megmerevedéséhez és feszségéhez vezet. Itt is megoldást hozhat a MANJU.

Egy további kollagenózisos betegség a Sjögren-betegség. Yoko Tahara asszony (42 éves) ilyen betegségben szenvedett. Ebben a betegségben nem termelődik nyál, a szemek szárazak maradnak, nincs könnyezés. Mivel ez egy kollagenózisos betegség, a reuma tünetei mutatkoznak. Betegemnél az ujjak és az ízületek fájtak, valamint recehártya-vérzés lépett fel.

Napi 30 ml-el kezdtünk és a mennyiséget fokozatosan 90 ml-re emeltük. Egy év múlva megszűntek az ujj-és izomfájdalmak. A szem szárazsága is jelentősen javult. Csak a nyálképződés nem volt még kielégítő. Ezért máig is folytatjuk a terápiát napi 90 ml-el. Biztos vagyok abban, hogy állapota tovább fog javulni.

A Sjögren-betegséget egy bizonyos nehézségi fokon túl a nyugati orvostudomány alig tudja gyógyítani. Esetünkben azonban a MANJU csupán egy éven át tartó szedése jelentősen javított a beteg állapotán, ami nagyszerű eredmény.

A rák is gyakran hasonlóan fájdalmas. Egy 80 éves beteg hasnyálmirígyrákban szenvedett. Kimondhatatlan fájdalmai egészen a hátába sugároztak ki. A vizsgálat nyomasztó leletet mutatott: „A beteg már a karját sem tudja mozgatni. Mintegy két-három hónapig élhet.”

A beteg abban a hiszemben volt, hogy krónikus hasnyálmirigy gyulladása van.

Egyedül a családja tudta, hogy rákja van. Már csak az maradt hátra, hogy a halált várják. A legrosszabb a fájdalom volt, amin már semmi sem segített. Akkor a hozzátartozók tudomást szereztek a MANJU-ról és annak hatalmas hatásáról. 500 ml-es adagot adtak a betegnek három nap alatt.

A szedést követő legnagyobb változás az volt, hogy a fájdalom alábbhagyott. Kétszer-háromszor kellett még fájdalomcsillapító kúpokat alkalmazni, aztán megszűntek a panaszok. Hat hét múlva a betegnek rendes étvágya lett, már nem csupán álmosan, fáradtan heverészett, felkelt és a szépírást gyakorolta és verseket mondott fel, olvasott, sőt elkezdett karaokét is énekelni. 6 hónap elteltével a beteg még viccelődött is.

Kezelőorvosa, aki azt jósolta, hogy a fájdalom állandóan növekedni fog, és morfiumot akart adni, hitetlenül állt az eset előtt. Nem ismerte a MANJU fájdalomcsillapító hatását.

### **A MANJU normalizálja az immunfunkciókat**

A következő levél egy asszonytól származik, aki a MANJU szedéséig reumában szenvedett és arról panaszkodott, hogy fájdalmai vannak a vállában, fejében, lábizületeiben és a gyomor táján. Levele azt a nagyszerű változást mutatja be, melyet a MANJU szedése okozott.

„Tisztelt Tanaka Doktor Úr! 1996-ban vettem fel Önnel a kapcsolatot. Segítségének köszönhetően vizsgálati értékeim csökkentek. A felsőtestben érzett fájdalmaim csaknem megszűntek, csak a térdeim fájnak úgy, mint korábban. Már nem érzem magamat erőtlennek, egészségi állapotom összességében jó. Hatalmas étvágyam van. Nem sok hiányzik ahhoz, hogy teljesen egészségesnek érezzem magamat. A korábban szokásos megfázások is – ugyanis állandóan gyógyszert kellett ezekre szednem – alig fordulnak elő.

Íme vizsgálati értékeim:

időpont	RAHA-érték	vér-süllyedés	szérumvas
---------	------------	---------------	-----------

1996.09.21.	1280	115	18
1996.11.16.	640	123	19
1997.01.25.	640	120	24
1997.03.22.	160	117	116

A reuma következtében vashiány okozta anémiában szenvedtem. Ez megszűnt és már nem kell vaskészítményeket szednem. Állapotom egyértelműen jobb lett. Újból életvidám vagyok.

Nagyon-nagyon köszönöm.

Tomomi Asari”

Amint a reumás beteg levelében részletesen leírja, a MANJU visszaadta neki egészségét. Csak a térdei fájnak kitartóan. De az értékek arra engednek következtetni, hogy a MANJU igen hatékony.

Asari asszony esetében a RAHA-érték (rheomatoid arthritis hemmagglutination assay- egy reuma teszt) nem közelít a normális értékhez, amely 40 alatt van, a fájdalom ezért érthető. Mivel azonban a beteg nem hagyta abba a MANJU szedését, követni fogom a betegség további alakulását.

Szeretném még Mika Susuki (50 éves) esetét bemutatni, aki reumás betegségben szenvedett és rendkívüli javulásra került sor nála. Éppen olyan rosszul volt, mint az a reumás beteg, akiről az előszóban tettem említést, aki már ásítani sem tudott.

1995 augusztusában utalták be először Susuki asszonyt. Három évvel korábban érzett először elváltozást az ujjain. Időközben a kézizületei fájdalmasan megduzzadtak. Ehhez járultak még a fül-és állkapocs fájdalmak. Igen, már ásítani sem tudott, nem beszélve arról, hogy szilárd táplálékot sem tudott magához venni.

A helyi kórházban „krónikus ízületi reumát” diagnosztizáltak. Hetente egyszer reuma elleni injekcióra kellett járnia a kórházba, ezenfelül pedig még

gyógyszert is kellett naponta szednie, ezzel azonban a fájdalmat nem tudták megszüntetni. Ellenkezőleg, a fájdalom áttért a lábakra is, úgyhogy már a járásra sem gondolhatott. Ekkor hallott az EM-ről és felkereste a kórházamat. Naponta 30 ml-t kapott. Váratlanul a RAHA-értéke a kezdeti 223-ról megemelkedett.

A MANJU szedésekor sokféle módon alakulhatnak a reakcióik. Ezen nem is kell olyan nagyon töprengeni. Rendszerint minden rendbe jön később. Az ő esetében is valóban fél év múlva esett vissza ez az érték a normálisra. Azóta megmaradt ez az állapot. Fájdalmi három hónap után megszűntek.

A betegség által eltorzult ízületek helyrejöttek, az állkapocsfájdalmak annyira alábbhagytak, hogy lehetségessé vált a normális táplálékfelvétel. Tipikus példa ez arra, hogy hogyan hat reumánál a MANJU.

A reuma a kollagén betegségek egyik formája, azaz egy autoimmunbetegség, mely során a testet saját anyagai támadják meg. A betegség fellángolásánál „tombolásról” beszélhetünk. A modern orvostudomány itt teljesen tehetetlen. Gyógyszerek sem képesek a fájdalmat megszüntetni, legjobb esetben kissé csillapítják azt.

Susuki asszony esetében ismét megjött az étvágy, egészségi állapota javult valamelyest. A száraz bőrre nem kell már olajat és krémet kenni. Ez ma már a múlté.

### **MANJU a demencia elkerülésére**

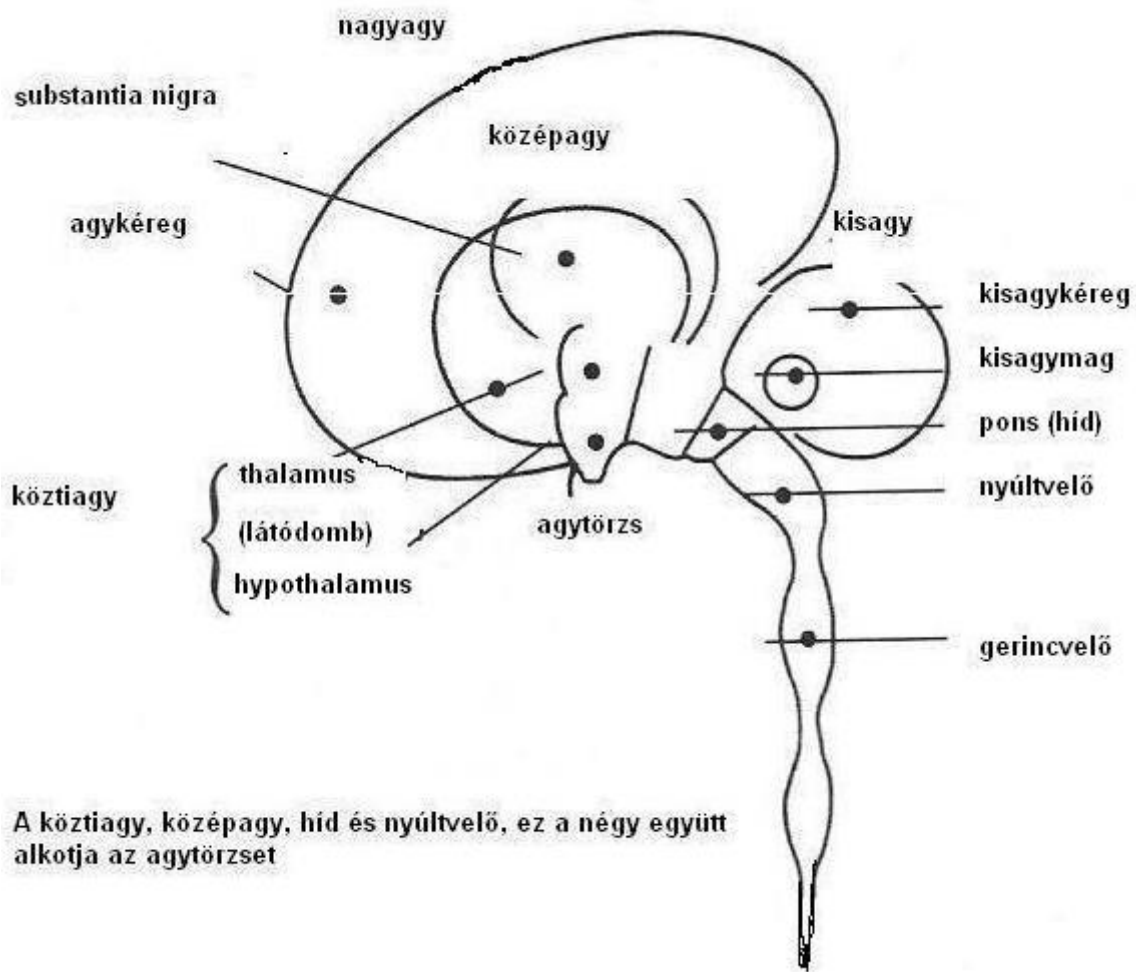
A különféle kórtörténetekből tudom, hogy a MANJU Parkinson-kóránál és a központi idegrendszer más betegségeinél is hatékony. Az agy alapsejtmagjában található Substantia nigra-ban termelődik a dopamin nevű átvivő anyag. Amennyiben bármilyen okból károsodnak ezek a sejtek és korlátozott a dopamintermelő képességük, ekkor alakul ki a Parkinson-kór általános

vélemény szerint. Ennek következtében állandó reszketés és beszédkihagyás, a mozgásképesség korlátozottsága és végül elbutulás következik be.

Mik az okai a sejtek károsodásának és a dopamin hiányának? Az utóbbi időben a túl sok aktivált oxigént okolják emiatt. Az agynak a májjal együtt a legnagyobb az oxigénigénye, a léggzéssel felvett oxigénnek 18-20%-át használja fel. Ez a nagy mennyiség kedvez az aktivált oxigén keletkezésének. Az agy ezáltal jobban károsodik, mint más szervek. Az agy közepén elhelyezkedő limbikus rendszernek van egyébként a legnagyobb oxigénigénye.

Az emberi agy specifikuma az agykéreg. Ez a rész felelős az emberi értelemért és intelligenciáért. A limbikus rendszerben van az étvágy és a szexuális funkciók, valamint az öröm, harag, szomorúság és mindenféle érzés irányítása.

A következő szemléltető képen az agy felépítése látható. A Substantia nigra a közepén található. Különösen ezek a területek károsodnak a legkönnyebben az aktivált oxigén következtében. Eddig nem ismertek még olyan nyilvánvaló sikerek, melyeket Parkinson-kóros betegeknél a MANJU-val értek volna el. Én azonban hiszek a hatásában. A hiányzó sikerek azzal magyarázhatók, hogy a kezelést eddig mindig megszakították félúton. Nincs még olyan betegünk, aki egy évig folyamatosan szedte volna a MANJU-t. Bizonyosan jó eredményeket lehet vele elérni. Nem csupán Parkinson-kór esetén, hanem a demencia megelőzésére is hosszabb ideig ezt kellene szedni. Elengedhetetlennek tartom, hogy minimum egy éven át szedjék.



Az emberi agy revitalizálásához időre van szükség. Amennyiben elhaltak az agysejtek, nem kelthetők újra életre. Ez az agykéreg sejtjeire is vonatkozik. Az utóbbi időben beszélnek annak a lehetőségéről, hogy a központi terület agysejtjeit lehet revitalizálni.

Tapasztalatom alapján kapcsolatban van a MANJU alkoholfogyasztásnál kifejtett hatása az agyra gyakorolt hatásával. Úgy tűnik, hogy ez a máj lebontó képességének a javulásával függ össze. Úgy szűnik meg a szubjektív szimptomaként erősen átélt homályos érzés, mint a pára egy napfényes napon. Különösen középkorú emberek éltek már át ilyen helyzeteket. A MANJU pozitívan hat azokra az erőkire, melyek által a fej tisztábban gondolkodik, érez és az agysejtek újból működnek.

Mivel az agy az emberi test különösen fontos része, mindenképpen el kell kerülni, hogy valami kívülről behatoljon. A test ezért egyféle zárat alakított ki. Igény szerint a testben szőlőcukor, zsír és fehérje energiává alakulnak át, az agyban azonban csak a szőlőcukor alakul át. A sok gyógyszert fogyasztó betegnél efféle anyagokból nagy mennyiségű feloldott alkotórész kerül az agyba és különös módon befolyásolja a sejteket.

Alkohol, hígítószer, ólomvegyületek és más veszélyes anyagok is okoznak változást, melyet mindenképpen meg kellene állítani.

A MANJU könnyen az agyba jut és feléleszti az agysejteket. Japánnak, mint elöregedő társadalomnak számolni kell majd az ágyban fekvő öregek és demenciában szenvedő betegek problematikájával. Az összes 70 éven túli 20 %-a szenved demenciában, azaz a korcsoportnál minden 10 emberből 2 van ebben a szomorú állapotban. Ki kell találnunk valamilyen segítséget az érintett személyek számára. Kellene valamit keresni, ami ezeknek az embereknek egyáltalán segíteni tud. Még egyszer hangsúlyozom, hogy a MANJU hozzájárulhat a demencia kezeléséhez és megelőzéséhez.

### **MANJU-val végzett tesztek bulémiában szenvedő nők esetén**

Kapott a kórházam egy levelet, melyben egy anya, akinek a lánya bulémiában szenvedett, a következőkről számolt be. „1976 januárjában született lányom. A születés után teljesen normálisan fejlődött. Öt évesen himlős lett, hat éves korában pedig a mumpszot és a rubeólát kapta el. Az általános iskola befejezéséig egy súlyos megfázáson kívül nem volt komolyabb betegsége. 12 évesen (a 6.osztály végén) bekövetkezett a menstruáció. 13 éves korában (középiskola első éve) abbamaradt és máig szünetel. Nem tudjuk az okát. Lányunknak ezután nem voltak többé jó barátnői. A középiskolát és a felsőbb iskolákat elvégezte, anélkül, hogy ismételnie kellett volna. Csupán arról panaszkodtak a tanárok gyakran, hogy az óra alatt fáradtnak látszik. Csodával határos, hogy ezután felvételt nyert az óhajtott egyetemre, és beköltözött egy

kollégiumba. Az első tanév után nyáron egyértelműen azt nyilatkozta: „mindent feladok”. Megpróbálkozott a legkülönbébb diétákkal. De azok csak az ellenkezőjét érték el. 4 évvel ezelőtt végérvényesen beállt a bulímia. Azóta éjjel-nappal eszik, egészen addig, amíg nem hány. Szülőkként nem tudjuk megmagyarázni ezt a megoldatlan menstruációs problémákkal összefüggő bulémiát.

Egy ilyen állapot az elégedetlenségek, túlzott elvárások, a kommunikációs képesség hibájának és a támogatás hiányának a következménye. Talán korábban nem megfelelően törődtünk gyermekünkkel. Most azt szeretnénk, ha lányunk túljutna ezen a helyzeten, de elképzelésünk sincs, mit lehetne tenni.

Eddig pszichológusoktól, önszegélyező csoportoktól kértünk tanácsot és a vallásban kerestük a megoldást. A fiatal nő azonban nem mutatta jelét, hogy betegségétől meg akarna szabadulni. Most azonban hallottunk valakitől az EM-ről, talán ez az út vezet a megoldáshoz”.

Lelki betegségek nagyjából 3 csoportra oszthatók: skizofrénia, depresszió és kórokozóktól függő betegségek.

Ezt a fiatal nőt csak egyszer láttam. A bulémiát nem tartom elmebajnak, sokkal inkább a vegetatív idegrendszer egyféle zavarának. Az ok a pszichikai nyomásban és hormonális egyensúly elvesztésében keresendő. Vajon valóban hatékony lehetne a MANJU ebben a betegségben?

Mivel eddig pszichés betegségeknél nem használtam még MANJU-t, nem tudtam erről semmit mondani. Egyáltalán egészen általánosan is felvetődik a kérdés, hat-e a MANJU pszichés betegségek esetén? A fiatal nőnek naponta háromszor 20 ml-t írtam fel. Sajnos megszakította a kezelést. Ezért nem tudom a kérdést megválaszolni, hogy segíthetett volna-e esetében a MANJU. Mindig azok az élőlények járnak a fejekben, melyeknek nyugodt az arckifejezése a MANJU szedése után, nyugalom és elégedettség sugárzik róluk. Állatoknál jól ismerjük ezt a hatást: Takamatsu település legelőin legelésző szarvasmarhák



sokkal nyugodtabbak voltak, miután istállóikat EM-1-el kezelték és ivóvizükbe is adagoltak belőle.

Talán nem lehet az embereket e tekintetben összehasonlítani az állatokkal? Mindketten az emlősökhöz tartoznak. Ha nyugodtabbá válnak a szarvasmarhák az EM következtében, az ember esetében is igaznak kellene lennie, hogy a MANJU így hasson rá.

### **Terhelésfüggő szívérszűkület gyógyulása betegeknél**

A helybeli egyetem egy munkatársát aritmia (szabálytalan szívdobogás) miatt angina pertoris-sal szállították kórházamba. Ez alkalmat adott arra, hogy végre alaposan kivizsgálta magát. Ekkor diagnosztizáltak nála nyelőcsőrákot, melyet röviddel később meg is operáltak. Ebben az esetben a rák még nem fejlődött ki nagyon, úgyhogy egy új technikát tudtak alkalmazni. A rák által megtámadott nyálkahártyát endoszkóppal távolították el. Ezt követően olyan torokfájásra panaszkodott, mintha meg lenne fázva. Ez azonban szájüregrák volt. A sebész most is operációt javasolt, ami azonban a nyelv eltávolítását jelentette volna. Mivel azonban a beteg egy idegennyelv-specialista volt, elutasította ezt a várható nyelvi nehézségek miatt és a sugárzás mellett döntött.

Az a kezelés, melynek során radioaktív anyagot ( $^{198}\text{Au}$ ) kolloid formában juttatnak be a szájüregbe, sikeresnek bizonyult. Aztán azonban ismét fellángolt a betegség. Azzal kellett számolni, hogy a rák kiterjed az egész testre. A szívet is megtámadta. E helyzet és a szomorú kilátások alapján végül elkezdett a beteg MANJU-t szedni. Időközben egészsége teljesen helyreállt hozzátartozói kezdeti aggodalma ellenére. Ebben az esetben mutatta meg a MANJU teljes hatóerejét. A kérdés mélyebb jelentőséget nyer az egyéni hozzáállás szerint. A rákos diagnózis nem a megszokott mély sokkot váltotta ki, hanem a beteg válasza egy viszonylag határozott tudomásulvétel volt.

A szájüregüket valószínűleg nagy mennyiségű tömény alkohol váltotta ki. Két hetet kellett a betegnek egy fénytől védett bunkerhez hasonló szobában töltenie a sugárkezelés ideje alatt. Ez rendszerint a betegeknél teljes levertséget okoz. Olyasvalakinél különösen jól hat a MANJU, aki mindezt nem veszi olyan tragikusan.

A 61 éves beteg, Kayo Sawada esetét szeretném példaként említeni, hogy milyen hatásosan kezelték MANJU-val angina pectoris-ét. Az angina pectoris esetén egy időleges vérellátási zavar lép fel a szívizomban. Ennek következtében rohamszerű mellkasi fájdalmak lépnek fel. A Sawada asszonynál előforduló, terheléstől függő angina pectoris esetén nagy különbség mutatkozott a mozgás, munka és nyugalmi állapot terhelése között. Az időleges vérellátási zavar azért lép fel, mert a szívhez vezető artériák arterioszklerózis következtében károsodtak, illetve beszűkültek. A rohamok heves fájdalmakkal járnak, szorító érzéssel, gyomorégéssel és légzési nehézségekkel. Ezt sublingualisan, azaz nyelv alá juttatott nitroglycerinnel lehet kezelni, illetve egy Bypass-operációra van lehetőség. Sawada asszony esetén nem végeztek operációt. Már éveken keresztül szenvedett a rohamoktól, amikor jelentkezett kórházunkban. Itt arról panaszkodott, hogy egész testében levertséget érez.

Egy napi 20 ml-es mennyiséggel kezdte. Mintegy 3 hónap elteltével egészségi állapota jelentősen javult. Ezt követően elhagyta a gyógyszereket, melyeket az előző kezelés folyamán kapott. 18 hónap múlva rohamai egészen megszűntek. Az elektrokardiogramm és a vérvizsgálatok nem mutattak feltűnő elváltozást.

Ezekből az esetekből arra következtethetünk, hogy a MANJU arterioszklerózissal összefüggő szívbetegségek, a központi idegrendszer érkárosodási, valamint magas vérnyomás esetén egyformán hatásos.

## **A MANJU hatása atopikus ekcéma és asztma esetén**

Amint már említettem, a MANJU-nak meglepő a hatása az atopikus ekcémánál és más allergiás betegségnél. Az atopikus ekcéma okai különfélék.

Egyrészt a genetikusan meghatározott alkatból következhet, így bizonyos élelmiszerekre erős reakciók fordulhatnak elő (rhinitis [orrmnyálkahártya gyulladás] asztma, bőrgyulladások). A heves viszketéssel járó bőrgyulladásokat atopikus ekcémának nevezzük (örökletes neurodermitis). Ennek a tünetei gyakran éppen a születés utáni első hónapokban mutatkoznak. Krónikussá azonban csak felnőttkorban válik és akkor már gyógyíthatatlan. A genetikai adottságok mellett ezért az étkezési és egyéb életviteli szokások, valamint a környezeti feltételek romlása a felelős.

A háború után a japánok széles körben fogyasztani kezdtek húst és tejtermékeket, alkatuk azonban nem ilyen mértékű húsfogyasztásra van beállítva. Így igen sok embernél atopikus tünetek mutatkoztak. A műtrágyák fokozott használata, mérgező vegyi anyagok és élelmiszeradalékok ezenkívül sokak állapotát rontják.

Az allergia kiváltó oka mindig egy allergén. Az összes atopikus ekcémában szenvedő beteg több mint 90 %-a élelmiszerallergiában szenved. A legfontosabb kérdés így az étkezési szokások kérdése. A kezelésnél szteroidokat (mellékvesekéreg hormonjai) használnak. A hatás azonban csak időleges, a kezelés költséges és hosszasan nem alkalmazható. Ezenkívül nincs kezelési módszer, úgyhogy kezdettől fogva kerülni kell az allergia kiváltó okait.

Sok visszajelzést kaptam arról, hogy a MANJU itt is segíthet. Ezekben az esetekben a MANJU-t inni is lehet, de közvetlenül az érintett helyre is ki lehet juttatni, krémbe, fürdővízbe keverve vagy más módokon felhasználva.

Egyéb bőrbetegségeknél, asztmánál és szénanáthánál is segít. Az utóbbi időben klinikai területen a szteroidok elhagyásával a MANJU-t diétás terápiához építjük be fontos elemként.

Amikor Dr. Ghoneum nyilvánosságra hozta kutatási eredményeit, hogy hogyan hat a MANJU immunbetegségeknél, Egyiptomba költözött. Gyerekei asztmásak lettek és a betegséget MANJU-val kezelte. Az asztma okai különfélék.

A modern orvostudomány csak a rohamokat tudja meggátolni, nem rendelkezik azonban semmiféle további kezelési lehetőséggel. A MANJU szedésével csillapodott a köhögés, a gyerekek átaludták az éjszakát. Ez a nem várt eredmény növelte a tekintélyét és híres orvos lett belőle. Elkezdte a MANJU intenzív kutatását. Az antioxidáns MANJU hatékony a krónikus betegségekkel szemben, mint az atópia és az allergiák. Szeretném itt bemutatni Juichi Okatani (69 éves) asztmás beteg esetét. Okatani asszony 1971 óta szenvedett asztmában. Rohamok esetén neophyllint kapott intravénásan. Ő is megpróbálkozott kétségbeesésében a MANJU-val. Napi 30 ml-t írtam fel neki. A szedés kezdete 1995 februárja volt. Ezt követően ritkábbak lettek a rohamok, és mintegy 1 év elteltével teljesen megszűntek. Ez alatt Okatani asszony nem szedett további gyógyszereket.

Nem azt állítom, hogy az atopikus ekcémánál és asztmánál azonnal hat a MANJU. Habár ez Dr. Ghoneum gyermekeinél így volt, sajnos azonban az esetek többségében nem így alakul.

Amennyiben a hiányzó közvetlen hatások miatt abbahagyjuk szedését, nem is bontakozik ki különleges hatása. Ahogyan Higa professzortól megtudtam, a fejlődő országokban kis adagokkal is rövid időn belül sikereket lehet elérni.

Mi lehet ennek az oka? Ott még nem tapasztalták meg a modern kultúra „áldásait”. A test még nem veszítette el az ősi öngyógyító képességét. A mai Japánban az élelmiszerek, a levegő, talaj és víz általi szennyezettsége olyan magas, hogy ennek súlyos kihatásai vannak az emberi testre. Bár ellenőrzött higiéniai körülmények között élünk és nem kell az éhezéstől félnünk, a testünket titokban megtámadják a káros anyagok, úgyhogy immunerőnk csökken.

Escherichia coli (O-157) – fertőzés, rezisztens MRSA –val (methicillin-rezisztens Staphylococcus aureus, az antibiotikumra rezisztens gennykeltő baktériummal szemben) történt kórházi fertőzések, allergiás reakciók, mint a pollenallergia – mindezek korábban nem fordultak elő ilyen erőteljesen.

A MANJU olyan termék, amely az ember veleszületett öngyógyító erejét aktivizálja, mely erő az ember által még nem károsított környezetben gyorsabban mozgósítható. A peszticidek, műtrágyák, és kemikáliák állandó alkalmazása annyira károsította a japán emberek immunerejét, hogy belátható időn belül nem lesz már érvényes, hogy a hosszú életkor tekintetében Japán dicsekedhet az első hellyel.

### **Helyreállítható-e a májfunkció?**

A májzsugorodásnál fokozatosan romlik az állapot. Gyakran nem gondolnak arra, hogy a hosszasan betegeskedőnek a GOT/GPT értékeit normalizálni kell. Klinikai eseteimnél a MANJU szedését követően állandó javulás következett. Az előszóban említett 72 éves betegem példáját szeretném megemlíteni. A máj hosszantartó vírusos megbetegedése és az azt követő májzsugor után májrák alakult ki. Habár operációval kellett eltávolítani a tumort, a májfunkció értékei magasan a normális értékek fölé emelkedtek. A MANJU ezeket a hátrányos következményeket ismét visszafordította.

Minden krónikus májgyulladás mintegy 10 %-a májzsugorhoz vezet, amely ismét 10 év múlva rákká fejlődhet. Ebben az esetben több mint 30 éve hepatitis-C fertőzés volt az előzmény.

Nagy különbség van aközött, hogy a hepatitis A, B, vagy C típusában fertőződünk-e meg. A C-típus megy át 85 %-ban leggyakrabban rákos megbetegedésbe, ezért kell a vírushordozókat különösen megfigyelni.

Egy hölgy betegem 2 cm átmérőjű rákos daganata viszonylag kicsi volt. A rákos daganat szerencsére még nem szóródott szét, úgyhogy meg lehetett akadályozni, hogy újból fellángoljon.

1994. márciusában kezdte el szedni a beteg a MANJU-t. Röviddel ezután romlottak az értékek, ami azonban a már korábban ecsetelt pozitív reakció volt és a felgyülemlett hasvíz tekintetében a helyzet jobbra fordult. Miután mindezen túl volt a beteg, hamarosan elérték az értékek a normális tartományt.

Mindezek láttán azt mondhatjuk, hogy a májzsugor, sőt még a májgyulladás is meggyógyulhat. A vérvizsgálat minden esetre a hepatitis vírusok számában nem mutatott változást. Ha így tekintjük, úgy tűnik, csekély közvetlen hatása van a MANJU-nak a hepatitisre. A vírusok ellenére azonban a májfunkció javult, és valóban javulás következett be a májzsugor vonatkozásában.

Meg kellett volna elégednie ezzel a betegnek? 1996 májusában abbahagyta a MANJU szedését. 1997 márciusában ismét fellépett a rák. Ezúttal az alkoholinjekciós módszer helyett egy új módszerrel kezelték. Úgy tűnt, hogy minden jobbra fordul, de 1998 januárjában a rák kiújult. Ekkor érett meg bennem az a gondolat, hogy aki egyszer májrákban szenvedett, annak egész életén át kellene a MANJU-t szednie. A hepatitis B egy további klinikai esetét szeretném bemutatni. Sariko Akai asszony (41 éves) két éven keresztül szedte a MANJU-t, de nem következett be a GOT/GPT értékek javulása. Ez a tény elgondolkodtatott bennünket.

Az ő esetében napi 10 ml volt a kezdeti adag, egy hét múlva napi kétszer 20 ml, aztán egy további hét elteltével kétszer 30 ml és amikor ez sem hozott eredményt, napi háromszor 40 ml, összesen tehát 120 ml. Ez sem hozott azonban javulást. Miután nem jött el a remélt siker, átálltunk infúziókra. Egy idő múlva fáradtságra panaszkodott a beteg és hogy egész testében borzong. Úgy tűnik, az infúziók sem segítettek. Nem sikerült a hepatitis betegségre közvetlenül hatni.

Higa professzor szerint vannak olyan külföldről származó beszámolók, hogy le lehetett a vírust győzni. Ehhez egy széles hatókörű anyagra van szükség,

melynek időre van szüksége úgy, ahogyan a Kanpo-gyógyászatban szokott az lenni.

A hepatitis B esetén kevés esélye van a májzsugornak. A rák ennek a köztes állapotnak a kikerülésével azonban hirtelen kifejlődhet. Ebben különbözik a hepatitis C-től, és ezért kellene a hepatitis B fellépése után közvetlenül megelőző injekciókat adni.

Hosszú távon tekintve a hepatitisz B problematikáját ugyan meg lehet oldani, de akkor még mindig itt vannak a frissen fertőződött betegek problémái. Az utóbbi időben előtérbe került a szteroid elvonásos kezelés az ezt követő interferon adagolással. Ez olyan betegeknél hatásos, akiknél kimondottan korlátozott a májfunkció. Egy időre szüneteltetik a szteroidokat, melyek tulajdonképpen krónikus májgyulladásoknál a gyulladás megakadályozására szolgálnak, mindezt azért, hogy a test ki tudja fejleszteni immunerőit. Mivel a szteroidoknak immunkorlátozó hatásuk van, szedésükkor a testben a vírusokkal szembeni ellenállás megszűnik és a tünetek enyhülnek. A vírusok oldaláról megerősödik a reaktiválódás. Amint a szteroidokat leállítjuk, hevessé válik a küzdelem, miközben a vírusokat hatástalanítani lehet. Végül így koncentrálják az erőket a támadásra. Interferon adagolása eközben a test saját immunerőit rendkívüli módon fokozza.

Amennyiben le akarnánk arról mondani, hogy a szteroidokat ökölcsapásszerűen alkalmazzuk, az erős antioxidáns erővel rendelkező MANJU-t is be lehetne vetni, hogy megsemmisítsük az aktivált oxigént. Így értékelhetjük a MANJU hepatitiszrel szemben kifejtett hatását. A C típusnál és a májráknál az interferon különösen hatásos, meggondolandók azonban a mellékhatások, melyek különösen a kombinált hatóanyagok használatakor szinte előre láthatók. Az interferon és interleukin a test által termelt anyagok. Minden kívülről bevitt hormontartalmú szer erős mellékhatásokkal jár, a testben termelődtek ezzel szemben nem. Ezért kell a testet arra ösztönözni, hogy ezeket az anyagokat

maga termelje, hogy az esetleges mellékhatásokkal ne legyen gondunk. Itt ismét megmutatkozik a MANJU erőssége.

Mivel a MANJU az aktivált oxigén károsításait kiküszöböli antioxidációs erejével, a test kibontakoztatja ősi immunerejét, ami az interferon és interleukin testben történő termelését ismét ösztönzi.

A MANJU-nak a rák, cukorbetegség és a reuma esetén kifejtett hatása az általános közérzet javulásában is megmutatkozik. Ne feledjük, hogy végül is a betegség oka az aktivált oxigén. A MANJU kiváló antioxidációs erejével egészében hat az emberre, a beteg szervre, és a speciális betegségekre egyaránt.

Másként fogalmazva a MANJU képes kimosztítani a modern orvostudományt abból a megrekedt helyzetből, amibe a szervspecifikusság és a betegségek klasszifikációja miatt került.

### **MANJU, mint a vírusok és a bakteriális mikroorganizmusok elleni fegyver**

A modern orvostudomány jelenleg heves harcot folytat a vírusok és a különféle bakteriális mikroorganizmusok ellen. Mindenki tudja, hogy születtek sikerek, azonban azok a mikroorganizmusok, melyek az ember megjelenése előtt benépesítették a földet, még ellenállónak bizonyulnak.

Amikor a múlt század negyvenes éveiben le tudták győzni a penicillinnel a tüdőgyulladás kórokozóit, a hatóanyagot az emberiség megmentőjének nevezték. Korábban úgy tartották, streptomycinnel, a tuberkolózis elleni szerrel hamarosan eltűnik majd ez a betegség. Napjainkban a tuberkolózis azonban ismét terjed. Ugyanez a helyzet sok más baktérium törzssel is. Amikor azt hiszi az ember, hogy már győzött, röviddel később be kell látnia, hogy a harc mégis tovább folytatódik.

Az utóbbi időben egy új ellenség lépett fel a kórházi fertőzésekkel, melyeket az MRSA rezisztens törzsek okoztak. Az 1961-es első angliai előfordulása óta az egész világon elterjedt az általa okozott fertőző betegség. A többi mikroorganizmushoz hasonlóan ez a típus is erős ellenállóerővel bír. A



világ lakosságának mobilitása és a globális méretű helyzetváltoztatás miatt nem csoda, hogy mindig találkozunk valahol ilyen „túlélőművészekkel”. Az emberiség eddig még nem tudott nekik megálljt parancsolni, így arra kényszerülünk, hogy ezeket a kórokozókat antibiotikumokkal kezeljük, miközben ezek a törzsek már védekező stratégiákat fejlesztettek ki az antibiotikumokkal szemben. A következőkben azt szeretném kifejezni, hogyan vethetünk véget ennek a küzdelemnek a MANJU segítségével.

A MANJU-t az EM-1-ből nyerték és ezáltal megakadályozza a kórokozók hatásait, tehát az aktivált oxigén tömeges fellépését, de magukat a kórokozókat nem. Mivel nem fejlődik ellenállóerő, az ellenséget nem semmisíti meg, hanem csak az általa okozott károkat akadályozza meg, ezért remélhető, hogy az emberiség végül is győzni fog.

A rezisztens MRSA kórokozók kórházi fertőzéseinek jelenlegi problematikáját csak a MANJU és az alapos higiénia segítségével lehet megoldani. Ezért az utóbbi időben különös figyelmet szentelnek a megelőzésnek, úgyhogy nálunk alig vannak MRSA által megfertőzött betegek. A MANJU-t vízzel keverve permetezik ki.

A rezisztens MRSA kórokozók mindenütt jelen vannak, gyakran a testünkben és a környezetünkben is. Egészséges embereknél nem okozhatnak kárt. Egy operáció következtében legyengült szervezet és egy ágyban fekvő beteg esetén azonban életveszélyes helyzetek fordulhatnak elő.

A következőkben egy 88 éves beteg MANJU-val folytatott klinikai kezelését szeretném bemutatni.

1995.07.21.      Beszállítás bronchiális asztmával, angina pectoris, többszöri agyi infarktussal; állapota annyira javult, hogy már elbocsátását készítették elő, de belázasodása után elhalasztották. Antibiotikumok szedése a húgycső és a légzőszervek ismételt fertőzése miatt.

- 1995.12.01. A köpet vizsgálata MRSA-ra (+3); a következő napon vizeletvizsgálat (+1) intravénás antibiotikumokra való átállás, javulás nélkül.
1995. 12.16. A MANJU adagolásának kezdete. Naponta kétszer 10 ml.
- 1995.12.19. Emelés 20 ml-re.
1995. 12.21. Az antibiotikumok elhagyása.
- 1995.12.22. Emelés 30 ml-re.
1995. 12.27. 50 ml, három héten át.
1996. 01.06. Vizeletvizsgálat, kevesebb MRSA.
1996. 01.07. A MANJU adagolásának befejezése.

### **MANJU AIDS ellen is?**

A modern orvostudomány egy sor diagnosztizáló eszközzel rendelkezik, melyekkel messze felülmúlja a Kanpo-gyógyászatot. Azonban a vírusos megbetegedések még nem minden esetben gyógyíthatók, sok minden nem világos, még az influenza ellen sem találtak hatékony gyógymódot.

Az egész testet tekintetbe vevő Kanpo-gyógymód sem tud azonban kielégítő megoldásokat kínálni. Ebben az értelemben a vírusos megbetegedések az ember által létrehozott gyógyítási rendszerben gyenge pontnak bizonyulnak.

Adott körülmények között a MANJU azon hatékony készítmények egyike, melyek kitöltik a nyugati és keleti gyógyászat közötti rést. Ebben rejlik az értéke, erről szilárdan meg vagyok győződve.

Igen gyakran hallok például betegekről, akik a MANJU-nak köszönhetően nem lettek többé náthások. Nincsenek azonban még MANJU-val kezelt megfázásokról klinikai esetek. Mivel azonban a megfázás vírusos betegség, vitathatatlan, hogy a MANJU hatása vírusokra is kiterjed.

Ezután szeretném azt a nagy reményemet kifejezésre juttatni, amelyről még eddig nem beszéltem. Az a véleményem, hogy a MANJU az AIDS

kezelésénél is igen nagy jelentőséget nyerhet. Az MRSA-ról szóló fejezetben már említettem ennek okát.

A mindenütt jelen lévő kórokozók, melyek egy normális, egészséges ember testében állandóan jelen vannak és ott nem okoznak betegséget, egy operáció által legyengített szervezetben életveszélyes MRSA fertőzéshez vezethetnek. Egy beteg test csökkent ellenálló képességgel rendelkezik.

Ha a MANJU-nak csupán annyi a hatása, hogy erősíti az ellenálló képességet, akkor AIDS esetén is hasonlóképpen hatnia kellene. Ez nem csupán az én feltételezésem. Thaiföldön és Indiában már intravénásan és infúzióban is adagolják, amint arról már fentebb beszámoltam. Beszámolók vannak előttem, miszerint segíteni tudtak ezzel végső stádiumban lévő rákos betegeknek, AIDS-betegeknek és drogfüggőknek. A MANJU-nál még mindig sok olyan terület van, melyet még nem értünk teljesen. Az azonban tény, hogy a MANJU hat. Nekünk kórházi orvosoknak, patológusoknak, molekuláris biológusoknak és fizikusoknak közös erőfeszítéssel kellene általánosan elfogadott alkalmazási módszereket keresni.

A harmadik fejezet fontosabb gondolatai:

1. A MANJU diabetes mellitus esetén is hatásos. Bár nem csökkenti döntően a vércukorszintet, de felülmúlhatatlan antioxidációs ereje meggátolja a komplikációkat és mellékhatásokat.
2. A MANJU nagyon különbözően hat. Hosszan tartó hatását gyakran nem veszik észre. Ennek ellenére jó eredményeket ér el és minden esetben tovább kellene szedni a látható eredmények megjelenéséig.
3. A MANJU kiegyenlíti a test által termelt antioxidánsnak, a SOD-nak a csökkenését.
4. A fájdalom helyein nagy mennyiségű antioxidáns termelődik. A MANJU csökkenti a fájdalmat antioxidációs erejével.

5. A fájdalmakat inkább MANJU-val kellene kezelni, mint gyógyszerekkel. A gyógyszerek mellékhatásai csökkentik az ellenállóképességet, a MANJU ezzel szemben fokozza azt.
6. A MANJU a központi idegrendszer megbetegedéseinél is jótékony hatást fejt ki, Alzheimer-kór esetén éppúgy, mint demencia-nál. Az agy nagyon fogékony az aktivált oxigén okozta károsodásokkal szemben. A MANJU új működésre ösztönzi az agysejteket.
7. A MANJU fizikailag nyugtató hatást képes előidézni. Azok az állatok, melyek MANJU-t kaptak, nyugodtabbak lettek.
8. Atopikus ekcéma, valamint allergiás megbetegedéseknél is eredményes a MANJU.
9. Krónikus májgyulladások esetén a MANJU, bár nem küzdi le közvetlenül a vírust, védi azonban a testet a károsodásoktól és csökkenti annak az esélyét, hogy a máj megkeményedéséből rák fejlődjön ki.
10. Az interferon és interleukin, mint a májrák és májgyulladások esetén hatékony készítmények, gyakorlatilag a test által termelt hormonokból előállított készítmények. A MANJU elősegíti a testben történő termelődésüket.
11. A MANJU hatékony az MRSA általi fertőzéseknel. Ennek az az oka, hogy a MANJU erősíti az immunerőket.
12. A MANJU olyan vírusos betegségeknél is hat, ahol idáig sem a nyugati, sem a keleti gyógyászat nem tudott hatékonyan segíteni. A MANJU azon kevés készítmények egyike, melyeknek nincs mellékhatása.

## **MANJU megelőzés céljából**

### **A megelőző gyógyítás leghatásosabb fegyvere**

Az a véleményem, hogy a megelőző kezelésnek kell lennie minden gyógyászati tevékenység alapjának. A prevenció egy jövőbeli megbetegedés

elkerülése. Mindenesetre erre nem képes egyedül az orvos, hanem az érintett tudatos segítsége is szükséges ehhez. Hasonlóan fontos, hogy törekedjünk egy olyan környezet kialakítására, amelyben lehetővé válik az ember számára az egészséges élet.

Amennyiben nem adottak ezek a körülmények, nehéz a megelőző gyógyítás. A jelenleg nem kielégítő állapotoknak az a következménye, hogy nő a betegek száma és megnőnek a gyógyítás költségei. Mit lehet tenni, hogy változtassunk ezen a tényálláson? A betegségmegelőzésre nincs hatékonyabb fegyverünk a MANJU-nál. A következő fejezetben azt szeretném kifejtetni, milyen életmód szükséges ahhoz, hogy a MANJU szedésével egészségesen élhessünk.

Eddig arra koncentráltam a könyvemben, hogy használ a MANJU a betegeknek. A MANJU azonban nem kizárólag a betegnek való. Tulajdonképpen az a célom, hogy az egészséges emberek MANJU segítségével betegségeket előzzenek meg és továbbra is egészségesek maradjanak.

Én magam éveken keresztül a betegségek megelőzésére és egészségem megőrzésére ittam rendszeresen a MANJU-t. Környezetemben állandóan nőtt azoknak a száma, akik MANJU-t isznak és nem betegek. E tapasztalatokból kiindulva azt mondhatom, hogy a MANJU folyamatos, mindennapos szedése a következő eredményeket hozza.

1. egészség (testi és lelki)
2. alkohollal szembeni állóképesség
3. mély alvás
4. különböző betegségek esetén a gyógyulásra való hajlam, megerősödött immunrendszer, a test gyógyító erőinek az aktivizálódása
5. operációk és betegségek után gyors gyógyulás
6. vegetatív disztónia esetén javulás
7. felnőttkorban betegségmegelőzés
8. az öregedési folyamatok lassítása – feszes bőr, sötétebb haj

9. az agyi funkciók újra felélednek – javulás demencia esetén, megelőzés

Mindenesetre a MANJU folyamatos szedése szükséges. Vannak olyan emberek, akiknél közvetlenül a szedés kezdete után mutatkozik a hatás, amely más esetekben alig észrevehető. Rendszeres alkoholfogyasztás esetén például a mértéktelen alkoholfogyasztás csekélyebb mértékben vezet ittassághoz. Alvászavarral küszködő embereknél problémamentes mély alvás alakul ki. Ez aztán feltűnik az érintett személyeknek és a hatást a MANJU-nak tulajdonítják.

Gyakran hanyagoljuk el egészségünk megőrzését és sokan az orvos segítségével bíznak. A jelenlegi kezelési rendszer azonban túlzottan a konkrét betegségre koncentrálnak. A szűrővizsgálatokat sem veszik komolyan. A megbetegedés előtti fázisban kellene tennünk valamit. A legfontosabb, hogy MANJU-t igyunk. Az egészséges embereknek napi 10-20 ml MANJU-t kellene inniuk egészségük megőrzésére. Aztán mindenkori egészségi állapotuknak és életmódjuknak megfelelően kellene a mennyiséget meghatározni. Kis mennyiségekkel is el lehet kezdeni, bár a hatás az alkalmazott mennyiségtől függ.

Amennyiben azt akarjuk, hogy a MANJU valóban hasson, legjobb, ha kis mennyiségekkel kezdünk és a szedést sokáig folytatjuk. Minél nagyobb a mennyiség, annál erősebb a hatás. Sok MANJU-t nagy mennyiségben fogyasztó rákos betegeknél eltűnnek a foltok a bőrén, őszülő haja sötétedett stb.

Rákos betegek a napi 200 ml-es mennyiséggel a tízszeresét szedik annak, amire az egészséges embernek van szüksége. Mivel a rákos sejtek hihetetlen mennyiségű aktivált oxigént termelnek, kis mennyiségben hatástalan maradna a MANJU. E magas mennyiség esetén a már említett megfiatalodási hatás mutatkozik ráadásként.

Az első fejezetben ismertettem erre egy jó példát. A 86 éves hölgnél nem csupán a rákos daganat tűnt el, hanem a CT- vizsgálatnál agysejtjeinek állapota olyan volt, mint egy 40 évesé. Ha egy nagyon idős és még rákos betegségben is

szenvedő betegnél ilyen hihetetlen eredmény mutatkozik, milyen lehet akkor a megfiatalodási hatás egy egészséges embernél!

Én személyesen csak 60 éves koromban kezdtem MANJU-t inni. Amint említettem, beállt az alvásigényem 4-5 órára. Kiegyensúlyozottnak érzem magam, testi és szellemi tartalékaim vannak. Az az érzésem, hogy 40 éves vagyok. Napi átlagos szedési mennyiségem, mint már említettem, 30 ml. Amennyiben egy egészséges emberről van szó, aki nem akar megbetegedni, a mennyiség megállapítására a kort kell tekintetbe venni.

Igaz-e az, hogy az egészséges embernél szemmel láthatóbb a hatás? Amennyiben rövid idő alatt akarunk egy bizonyos megfiatalodási hatást elérni, ajánlatos sok MANJU-t inni. Amint azonban az egészségmegőrzésről van csupán szó, 10-20 ml elegendő. A megfiatalodási hatás eljön idővel, ha nem áll fenn betegség.

Természetesen óvni szeretném attól a felfogástól az olvasót, hogy mindent megengedhet magának, ha MANJU-t iszik. Mégha sokat is szedünk, akkor is könnyen megtörténhet, hogy az életmód, illetve a külső körülmények által előidézett aktivált oxigén mennyisége rendkívül megnő.

Amennyiben a MANJU-nál biztosra akarnak menni, néhány dolognak különös figyelmet kellene szentelnünk. Helyesen alkalmazva jelentősen nő a MANJU hatása, és kellemesen élhetünk anélkül, hogy nagyobb betegséggel kellene számolnunk.

### **Fogyasszunk több magasértékű fehérjét**

A MANJU-val összefüggésben nagy figyelmet kellene a táplálkozásunknak szentelni. Minden nélkülözhetetlen tápanyag egyformán fontos, de a fehérjénél különösen lényeges a minőség kérdése, ugyanis más tápanyagokkal ellentétben káros aminosavak képződésére kerülhet sor, melyek a testünket károsíthatják. Mivel túl magas a fehérje molekulatömege, aminosavakra bomlik le a testben.

20 féle aminosav létezik, melyek közül a test nyolcat nem tud előállítani. Ezeket kívülről kell pótolni. E fontos aminosavak komponensei okozzák a problémát. Amint ez a nyolc aminosav megfelelő mennyiségben van jelen, úgy azonnal képződik a szükséges fehérje. Amennyiben nincs egyensúly, használhatatlan fehérje jön létre.

A fehérje a test építőanyaga. Ezenkívül a fehérjéből hormonok, gének és a betegséget leküzdő immunsejtek képződnek. Amennyiben akár egy is hiányzik ezekből az építőanyagokból, attól lehet tartani, hogy nem elegendő a betegségekkel szembeni ellenállóerő. Vegyük például a P 53-as gént. Ez termeli a szupresszorokat, a ráksejteket elnyomó fehérjéket. Alkotóelemek hiányában ezek azonban nem képződhetnek, aminek következménye a rákkal szembeni hiányos védekezés. A hiányzó fehérje egyet jelent az egészség romlásával. A jó egészséghez elengedhetetlen a jó minőségű, magasértékű fehérje. Mi tulajdonképpen a magasértékű fehérje? A fehérjénél van egy úgynevezett proteinpontszám, ez alapján állítják fel a ranglistát az élelmiszerekben a fehérje minősége szerint (jó aminosavképzés). Az összes fehérje közül 100-as proteinpontszámmal a tojásnak van a legjobb eredménye. Ez tökéletes a tiszta aminosavak képzésében.

A következő összeállításban az egyes élelmiszerek, mint hal, hús, gabona stb. átlagos értéke van felsorolva. Ebből megtudhatjuk, mit tartalmaz a jó fehérje és hogyan alakítsuk ennek megfelelően étkezési szokásainkat.



Proteintartalom (fehérje) mg/100 g

<b>Gabona</b>		<b>Húsok</b>	
kenyér	44	vesepecsenye, zsírtalan, japán	
udon (japán tészta)	41	marhahús	100
kínai tészta (nyers)	38	vesepecsenye zsíros	76
soba (pohánka nyers)	65	csirke, bőr nélkül	100
		csirkecomb, bőr nélkül	100
<b>Burgonyafélék</b>		sertés szüzérme zsír nélkül	100
édesburgonya (nyers)	88	sertés szüzérme zsírral	68
burgonya (nyers)	68	sonka	100
		<b>Tej</b>	
<b>Magok</b>		tehéntej (kezeletlen)	100
szezám (száraz)	50		
		<b>Tojás</b>	
<b>Babok</b>		tyúktojás (egész, nyers)	100
tofu	82		
nattó (erjesztett szójabab)	84	<b>Zöldség</b>	
miszó (erjesztett szójabab paszta)	82	káposzta (nyers)	50
		uborka (nyers)	56
<b>Gyümölcsök</b>		paradicsom	48
földieper	82	póréhagyma	68
kiwi	66	paprika	68
banán		szójababcsíra	77
		<b>Gombák</b>	
<b>Tenger gyümölcsei</b>	100	shiitake	73
szardínia (nyers)			
makréla (Scomber japonicus, nyers)	100	<b>Algák, fűszerek, késztermékek</b>	
makréla (Colabis saira, nyers)	100	nori (algaféle)	
tonhal filé	95	óriáslevelű moszat levesekbe	91
kagyló (Cotbicula japonica, nyers)	71	szójaszós	100
tonhal (nyers)	74	gyoza (kínai töltött tészta batyu)	22
garnéla (Penaeus japonicus, nyers)			76

A következő kérdés az, milyen mennyiségben fogyasszuk az egyes élelmiszereket? Egy embernek naponta testsúlyának 1/1000 rész fehérjére van

szüksége. Ez 60 kg testsúly esetén 60 gr naponta. Egy tojásban 6-7 g fehérje van. Naponta tehát 10 tojást kellene enni ahhoz, hogy megkapjuk a szükséges mennyiséget. Ez azonban nem lenne ajánlatos és valójában nehezen tartható.

Különbéle élelmiszerek tartalmazzák a nélkülözhetetlen tápanyagokat. Amennyiben csak egy bizonyos termékhez ragaszkodunk, felborulna a táplálékegyensúly. Ehelyett lehetőleg változatosan kellene élelmiszereket fogyasztanunk, melyeknek magas a létfontosságú fehérjetartalmuk.

A tojás mellett a sertéshúsnak is magas fehérjetartalma van. Emellett ajánlott halakat fogyasztani, mint például makrélát. Így kerülhetjük el annak a veszélyét, hogy fehérjehiányban szenvedjünk. Az Okinawa szigetén lakók Japánon belül a leghosszabb életűek, ők sok disznóhúst fogyasztanak. Kell hogy legyen a két dolog között összefüggés.

A húshoz zsír is tartozik. Ezért sok ember a hússal együtt túl sok zsírt is fogyaszt. Így jó az, hogy Okinawán a hagyományos konyha mellőzi a zsírt, amíg másutt a túlzott húsfogyasztással ez problémává vált. Hogy a napi étrendben meg tudjuk tartani a szükséges fehérje mennyiséget, állandóan tojást kell az ételbe tenni. Ezen a ponton azonban utalni kell a koleszterin problémájára. A „koleszterin-mítosz” széles körben elterjedt. A koleszterin a tojássárgájában bőségesen megtalálható zsírféleség. Mivel azonban a magas koleszterin értéknél eltömődnek a vérerek és keringési betegségek alakulnak ki, a koleszterinnek nincs jó híre.

A koleszterin a sejtmembránok építőanyaga, amelyek nélküle elvékonyodnának. Semmiképpen nem beszélhetünk tehát arról, hogy a koleszterinszint süllyedése veszélytelen lenne.

Minden a kutató orvosokkal kezdődött, akik nyulakkal etettek tojást, és azután meg akarták mérni a koleszterin-érték változást. Megemelkedett értéket mértek. Értelmes dolog azonban tojást etetni növényevőkkel?

Legutóbb több száz embernek adtak enni napi 10 tojást, hogy ezt követően megmérjék a koleszterin-értéket, ami azonban így sem emelkedett.

Meghökkenítő felfedezés! 10 tojást megenni a koleszterin szempontjából túlzás, de a butaság netovábbja lenne gondot csinálni abból, hogy túl sok tojást fogyasztunk.

Éppen idősebb emberek nem fogyasztanak elegendő mennyiségű, hosszan tartó hatású élelmiszert, mint húst, halat, zsírt és fehérjét. Így igen könnyen fehérjehiányos helyzetbe kerülnek. Ez az idős emberek megbetegedésének egyik oka. A tojás aminosav képzőként a legfontosabb fehérjeszállító, ráadásul még olcsó is, és sokféleképpen el lehet készíteni. Emellett nagy mértékben hozzájárul az egészség megőrzéséhez és a betegség megelőzéséhez. Fogyasszon napi 3 tojást és ne törje fejét a koleszterin miatt!

### **Vitaminok és ásványi anyagok**

Ezenfelül azt javaslom, hogy a fehérjék mellett tudatosan fogyasszanak ásványi anyagokat és vitaminokat. A testben mintegy 100.000 féle fehérje fordul elő. Az ásványi anyagok és a vitaminok katalizátorként tevékenykednek a fehérjék aminosavvá alakításánál és ezáltal létfontosságúak.

Különbéféle vitaminok léteznek. A táplálkozástudomány azt tanítja, hogy minden nap szükségünk van valamennyire belőlük. Nagyon helyes, ha a táplálkozásban kedveljük a változatosságot. Japánban a fogyasztást mutató táblázatból az derül ki, hogy a Showa-kor (1926) kezdete óta nem sok minden változott. Nem régóta néhány vitamint, mint pl. az E-vitamin, nem sorolják az életfontosságú vitaminok közé.

A mai ismeretek szerint túl kevés az elfogyasztott mennyiség, de hogy mennyi kell valóban, az nem világos. A vitaminhiány felelős a testben kialakult hiányjelenségekért. Mindazonáltal nem tudjuk még, mennyi vitamint kell magunkhoz venni, hogy a katalizátorok valóban működjenek.

Amerikában orvosi körökben az a nézet uralkodik, jobb lenne inkább többet, mint kevesebbet fogyasztani belőle. Japánban például, amint korábban említettem, a napi C-vitamin szükséglet 50 mg/fő. Bár ez megakadályozza a

skorbutot, az egészség megtartásához azonban nem elegendő. Kórházamban betegeimnek napi 2 g-ot adok, a szükséges mennyiség negyvenszeresét. Amerikai orvosok éppen ennyit adnak. Legalábbis a C-vitamin esetében az a véleményük, hogy abból nem lehet túl sok. Számos más fontos vitaminból a 2 g elegendő. Emellett vannak szintetikus vitaminok is, melyek nem mindig nagyon hatásosak. A szintetikus A-vitaminnál a hatás lassan mutatkozik, hasonlóképpen az E-vitaminnál is. Mindkét zsírban oldódó vitaminnál, de különösen az E-vitaminnál káros a szintetikus eredet. A japán megbiztosító pénztárok azonban csak a szintetikus vitaminokat térítik meg. Japánban alábecsüljük a vitaminok jelentőségét. Az A- és az E-vitamint inkább természetes formában kellene fogyasztanunk, minthogy orvossal írassuk ki.

A zsírban oldódó vitaminok esetében félő a túlzott vitaminellátás. Egy felnőtt férfi esetében a szükséges A-vitamin mennyiség 2.000 IE. (nemzetközi egység). Azonban a tízszeres mennyiség, 20.000 IE sem árt, csupán ne vigyük túlzásba. Az E-vitaminnál nincs megállapított mennyiség. A kívánatos mennyiség ebből a napi 10 mg. A természetes vitaminok közül az E-vitaminnak van a legerősebb antioxidációs ereje. Az Egészségügyi Minisztérium véleménye szerint Japánban a kívánatos mennyiségben fogyasztják, én azonban ezt túl kevésnek tartom.

Eddig nem hallottam olyan esetről, ahol túl magas E-vitamin adag károkat okozott volna. Talán itt is az a szabály, minél több, annál jobb? Az iskolában tanítanak már a vitaminokról, mégis nagyszámú hiányjelenségek okozta megbetegedés fordul elő. Ehhez járul még az is, hogy nemzetközi összehasonlításban alacsonyabb az átlagos mennyiség Japánban a vitaminok vonatkozásában. A felesleges C-és B-vitamin vízben oldódó anyagként távozik a vizelettel.

Térjünk vissza az ásványi anyagokhoz. Ezek azok a katalizátorok, melyek nem hiányozhatnak. Különösen az amerikaiak ügyelnek a vitaminok és ásványi anyagok fogyasztására. Ezért az étkezés után ennek megfelelő italokat

fogyasztanak. Kizárólag ezen a ponton kellene őket követnünk. A vírusokat és a rákot leküzdő interferon és a vércukor értékét irányító inzulin mindkettő fehérje, előállításukhoz elengedhetetlenek az ásványi anyagok és a fehérjék. Hasonlóan érvényes ez a SOD szintézisére, amely az aktivált oxigén szempontjából scavengernek számít. Legjobb, ha a vitaminokat és ásványi anyagokat az étellel együtt fogyasztjuk el. Ezért sok különféle ételt kell fogyasztani.

### **Az alkohol és cigaretta fogyasztás**

Az alkohol testben való felszívódásakor mérgező anyag keletkezik, az acetaldehid, amelyet a MANJU segítségével megsemmisíthetjük. A következő napon nem leszünk másnaposak, mert a MANJU megkönnyíti a máj munkáját. Állandó, túlzott alkoholfogyasztás azonban megnehezíti a máj helyzetét. Növekszik annak a valószínűsége, hogy egy alkohol okozta májgyulladásból rák alakuljon ki.

A MANJU rendszeres szedésével csökkenthető ez a veszély. Azonban a MANJU ellenére is veszély marad a túlzott alkohol mennyiség. A határt 2 pohár szakénál (rizsbor) vagy 2 pohár sörnél kellene meghúzni. Mindaz, ami ezt meghaladja, elősegíti a zsír-illetve a alkoholmáj kialakulását.

Hogy a komoly károsodásokat megelőzzék, a rendszeres alkoholfogyasztóknak hetente egyszer egyáltalán nem kellene alkoholt inniuk, mintegy pihenőnapként a máj számára. A máj végzi ugyanis a méregtelenítést a gyógyszereknél és a vegyi anyagoknál. Az alkohol előretolakodik ennél a munkánál, ami a mindennap alkoholt fogyasztó emberek esetén mérgező mellékhatásokhoz vezet. Emellett fennáll az alkoholfüggőség problémája. Erről férfiak esetén 10 év, nőknél 6 év túlzott alkoholfogyasztás után beszélünk. Sajnos megvan a veszélye annak, hogy akik már nem érzékelik az alkohol okozta testi leromlást, a MANJU beszedése után ismét nagyobb mennyiségű alkoholt fogyasztanak. Én személyesen az alkohollal szemben érzékenyebb lettem a MANJU-nak köszönhetően.

Különösen a terhes anyáknak kellene kerülniük a nagyobb mennyiségű alkohol fogyasztását. Állandóan nő azon újszülöttek aránya, akik alkohol okozta agykárosodással, deformációkkal és fejlődési rendellenességekkel jönnek a világra.

Egy további probléma a dohányzás. A dohányzás következtében hidrogénperoxid keletkezik, az aktivált oxigén egy formája. Ha ez károsítja a tüdő sejtjeiben lévő géneket a méregtelenítéshez használt hidrogénperoxid-oldattal, akkor rák alakul ki. Ezért ne dohányozzunk!

Globális keretek között kell a dohányzás ellen fellépni. A túlzott dohányzás rendkívül kellemetlen káros következményekkel jár. Erős dohányosoknak ezért legalább erős antioxidánsokat kellene fogyasztaniuk. Mivel a dohányzás ezenkívül sok C-vitamint vesz el, ezt is pótolni kell. Napi 2000 mg szükséges hosszabb időtartamon keresztül. A MANJU akkor is segít, ha nincs meg a szükséges C-vitamin szint.

Az utóbbi időben azt ajánlom kórházam betegeinek, akik ki akarják próbálni a MANJU-t, hogy egyidejűleg fogyasszanak több vitamint, mert egy szinergetikai hatás lép fel. A C-és E-vitamin például hosszan tartó antioxidációs erőt fejleszt ki, amire egyedül nem képesek. Szedjenek ebből a lehető legtöbbet egyszerre. Erős alkoholfogyasztás és dohányzás esetén a MANJU mellett feltétlenül szedjenek C-és E-vitamint.

Még egy szót a dohányosokhoz. Ha nem tudják elérni azt, hogy abbahagyják káros szenvedélyüket, nagy adag stresszt éreznek és büntudat alakul ki, és ez még jobban erősíti a dohány okozta károkat. Vigasztalásul azt mondhatom, a cigarettában van valami jó is. Dohányzáskor a nikotin hatásaként tiszta lesz a fej, mert a tüdő véredényeiből az agyba került nikotin meggyorsítja az acetylcholinak, ennek az átvivő anyagnak a felszabadulását.

Ezért néhány kutató azt állítja, hogy a dohányzásnak demenciát megakadályozó hatása van. Mielőtt dohányosként ezzel a bizonytalan kilátással vigasztalódna, gondoljon arra, hogy a dohányzás elősegíti az aktivált oxigén

keletkezését, hosszú távon károsítja a géneket és megnöveli a tüdőrák esélyét. A dohányosoknak bőségesen kellene C-vitamint és minden nap 10 ml MANJU-t fogyasztani. Vásároljanak a gyógyszertárban jó minőségű C-vitamin készítményeket, hogy naponta 2000 mg C-vitaminhoz jussanak.

### **A MANJU megtisztítja a szennyezett tavakat és folyókat**

Az ember egészsége szempontjából nincs nagyobb kincs, mint a víz. A kisgyermek teste 80 %-ban vízből áll, a felnőtteknél ez már csupán 65 %. A szennyezett víz az oka annak, hogy miért nem maradhatnak az emberek egészségesek, mert az anyagcserénél a víz vivőanyagként szerepel. A kívülről felvett tápanyagok vízben oldva szállítódnak. A hulladékanyagokat a vizelet, a széklet és az izzadság távolítja el. Amennyiben hiányzik a víz, vagy rossz minőségű, bizonyára károkat okoz az egész testben.

Az utóbbi időben rosszul áll a helyzet a vízzel. Szülővárosom 7 kútjának a vizsgálata azt mutatta, hogy közülük egynek meghaladta a 0,03 %-ot a triklóretilén-értéke. Ezt az anyagot használják a félvezetők tisztítására és egyéb tisztítási folyamatoknál. Ennek az anyagnak a molekulatömege igen magas, idővel egyre mélyebbre hatol a talajban, összekeveredik a talajvízzel, kútvízként pedig ismét a felszínre kerül. Rendkívül rákkeltő hatása van, ezért a kutat le kellene zárni.

Igen sokáig tart, amíg a talajvíz természetes folyamatok következtében megtisztul és ihatóvá válik. 100 évig, sőt 1000 évig is eltarthat, amíg a felületi víz vagy esővíz átfolyik a különböző rétegeken, eközben megtisztul és talajvízként vagy forrásvízként felszínre kerül.

Az emberiségnek ezt az évek folyamán felgyülemlett természeti örökségét a környezetkárosítás és a termelési hulladékok számtalan vegyi folyamatban elszennyezték.

Senki nem fejlesztett ki mostanáig biztos módszert arra, hogyan kerülhetjük el a szennyezett talajvíz által okozott károsodásokat.

A vízvezetékekben található klór sem tesz jót az egészségnek, fertőtlenítőszerként a mikroorganizmusok megölésére szolgál. Hatása abban áll, hogy igen sok aktivált oxigént termel. Az a szokás, hogy ilyen óriási mennyiségű klórral dolgozzanak, a háború utáni időkből származik, amikor a higiéniai viszonyok valójában nagyon rosszak voltak Japánban.

Bár ma már nem lenne szükség rá, mégis Japán lett a legnagyobb klórfelhasználó ország. Sajnos így alkalmatlan lett a víz az ivásra. A klór okozta károsításokat újra kell gondolni, hogy új, jobb megoldásokat alkalmazzanak.

Ezek a veszélyek amerikai példákon igen jól láthatók. A vietnami háború alatt az amerikai katonáknak csak klórral tisztított vizet adtak a háborús területeken. Sok katona betegedett meg a mellkasi aorta belső falának károsodásában. Az elesett katonák esetében a fiatal háborús áldozatok boncolásánál (autopszia) az derült ki, hogy az aorta intimájának (sima belső véredényréteg) az állapota olyan volt, mint egy öreg emberé. Ebből látható, hogy milyen hatalmas károkat okozhat a klór.

Még ma is sok klórt használnak Japánban az uszodákban. Ezért ezek a medencék az aktivált oxigén forrásai. A középkorúnál idősebb emberek esetében nem lehet eldönteni, hogy nem árt-e többet, mint használni, ha ezekben a medencékben úsznak.

Az uszodák vizeit azonban EM-el is lehetne tisztítani. Higa professzor azt írja, hogy a klórt EM-el lehetne helyettesíteni. Mivel a klór használatát törvényileg kötelezően írják elő, még csak a kezdeteknél tart, hogy a MANJU kerámiát a víz szűrőjébe helyezték, ami által a klór negatív hatásait – szem-és bőrirritációk, valamint az allergiák – messzemenően csökkenteni lehetne.

Az utóbbi időben a források szennyezése olyan nagymértékű, hogy a klór használata kikerülhetetlen lett, hogy biztosítsák a háztartások ivóvízellátását. Gushikawa-ban, Okinawa prefektúrájában a könyvtár házi víztisztító



berendezésében EM-et alkalmaznak, miáltal a víz ismét ivóvíz minőségűvé válik. E példa a legjobb bizonyíték arra, hogyan képes az EM klór nélkül tisztítani a vizet. A törvényi helyzet azonban a klór használatát teszi kötelezővé. Miért tisztítja az EM az uszodák medencéjét? Az EM olyan mikroorganizmusokat tartalmaz, amelyek olyan időkből származnak, amikor még a Földön nem volt oxigén. Hulladékaink, szennyvizeink az ő táplálékaik, az ő végtermékeik ezzel szemben az oxigén és antioxidánsok.

Ha EM-et adunk a vízhez, a mikroorganizmusok örömmel falják fel hulladékainkat, és hasznos anyagokat bocsátanak ki számunkra. Így egy csapással két legyet ütünk.

Ebből a tapasztalatból kiindulva szennyezett tavakat, patakokat és végül víztisztító berendezéseket tisztítanak EM-el. Az EM fokozott elterjedésével közeledik a tiszta folyók és tavak, iható klórmentes forrás-és vezetékes vizek korszaka.

EM-kerámiával is lehet a vezetékes vizet tisztítani. Az EM-kerámiát használó vízművek, valamint az ahhoz csatlakozó háztartások száma az utóbbi években folyamatosan emelkedett. Minél több EM-kerámiát használnak, annál kevésbé fenyeget a vezetékes víz okozta veszély.

A víznek nagy jelentősége van egészségünk szempontjából és tápanyagként. Ne igyanak azonban tisztítóberendezésekből jövő vizet, mivel az nagy mennyiségű aktivált oxigént szabadít fel.

### **Miért nagyobb a hatékonysága az EM-nek a fejlődő országokban?**

Az EM-1-et és a MANJU-t a világ néhány tucat országban használják, Thaiföldön és Indiában gyakran gyógyszerként is. Amint már említettem, ezekben az országokban a hatás küszöbértéke sokkal alacsonyabb, mint Japánban. Higa professzor szerint egy indiainak tized annyi mennyiségre van szüksége ebből, mint egy japánnak. Ennek oka az antioxidációs erő, amely ezen ország emberinél még sokkal magasabb.

Az úgynevezett fejlődő országokkal összehasonlítva a mi egészségügyi rendszerünk, higiéniai viszonyaink és az étel-miszer ellátás helyzete tekintetében sokkal jobban áll a helyzet. Könnyen megmagyarázható azonban az is, hogy az antioxidációs és immunerő vonatkozásában rosszabb helyzetben vagyunk és a környezetrombolás egyre tovább halad. Nagyon nagy a valószínűsége annak, hogy az iparilag fejlett országokban egyre több káros vegyi anyag keletkezik. Ezért arra kell ügyelnünk, hogy saját antioxidációs erőnket lehetőleg tovább növeljük.

Hogyan is néz ez ki konkrétan: Az egyik lehetőség a MANJU szedése. Egyidejűleg azonban ügyelnünk kell az életvitelünkre.

1. Rendszeresen, naponta háromszor együnk!
2. Akkor kell abbahagyni, amikor a legjobban ízlik, kerülni kell a túlzott evést.
3. Ne táplálkozzunk egyoldalúan!
4. Étkezzünk változatosan!
5. Étkezések között és éjszaka ne együnk!
6. Lassan együnk és a falatot jól rágjuk meg!
7. Kerüljük a túl sok kalóriát!
8. Korlátozzuk a sófogyasztást (NaCl)!
9. Zöld és világos színű zöldséget egyenlő arányban fogyasszunk!
10. Naponta 2 étkezés alkalmával fogyasszunk fehérjét!
11. Minden nap együnk tejtermékeket, apró halakat és tengeri algát!
12. Rostban gazdag ételeket fogyasszunk!

A rák megelőzése céljából így kellene az átlagos étrendnek kinézni. Így elkerülhetjük ezenkívül az öregkori betegségeket, a magas vérnyomást, cukorbetegséget és a szívinfarktust. Ezzel erősítjük még az antioxidációs erőket is. Amennyiben ezekhez az utasításokhoz tartjuk magunkat, el is érhetjük ezeket a célokat.

Tegyük rendszeressé a napi háromszori étkezést, hogy a gyomor-és bélműködést szabályozzuk. Így elegendő kalóriát is veszünk magunkhoz. A változatos étrendnek két előnye van: elkerüljük az egyoldalú táplálkozást és kevesebb káros anyag jut szervezetünkbe. Mindenesetre sok élelmiszer tartalmaz ilyen káros anyagokat. Lehetséges azonban a kockázat csökkentése a táplálék kiválasztásával. Köztes étkezések, éjszakai evés, sütemény az étkezések között, ezek a sok kalória okozói. A köztes étkezések szokása okozza főként az elhízást. Ennek további oka a meg nem emésztett éjszakai étel.

A köztes és éjszakai evés kettős szokása azt jelenti, hogy alig lehet elkerülni, hogy túl sok hár rakódjon le. Ez azonban a betegség kockázatát növeli. Sok nő túlzottan reménykedik a diétákban, melyeknek a test szempontjából jelentős hátrányai vannak. Inkább egyen lassan és jól rágja meg az ételt. Így megfelelő keretek között tartható a tápanyagbevitel és az emésztőszervek sincsenek túlterhelve. Az alapos rágással a szürke agysejtek felélednek. A túl sok kalória nem csupán a túlsúlyt okozza, hanem az aktivált oxigén képződését is elősegíti. A gének megtámadásával lipidperoxidot is képez a telítetlen zsírsavakkal való kötésen keresztül, mintegy a test rozsdáját. Amint ez a rozsdá a test belső szerveiben leülepszik, működési zavarok lépnek fel, ami az agy esetében demenciához vezet. A sóhasználatot (NaCl) a magas vérnyomásra való tekintettel korlátozni kellene. Az ásványi anyag-és vitaminhiány elkerülése céljából arra van szükség, hogy sok zöldségfélét fogyasszunk. A megfelelő mennyiségű fehérje fogyasztását az a tény támasztja alá, hogy a testet felépítő összes anyagot fehérje alkotja.

A tej és a kishalak a kalciumot szolgáltatják. A kalciumhiány oda vezet, hogy a test a csontokból vonja el a kalciumot, a fel nem használt kalcium bekerül a véráramba és érlemezésedet, valamint bevérzéseket okoz. A felnőttkor keringési betegségeire korábban kerül sor.

Amennyiben a fent említett pontokra lelkiismeretesen ügyelünk, egy átlagon felüli antioxidációs hatást érhetünk el, ha pedig még MANJU-t is iszunk, tökéletes antioxidációs védelem épül fel.

### **Az öröm és a nevetés erősíti a testet**

A kedélyállapot nagy jelentőségű az antioxidációs erők megőrzése szempontjából. Erős stresszhatás alatt a test kortisol nevű hormont termel. Ez a hormon megöli az NK-sejteket és így csökkenti az ellenállóképességet. Ezzel szemben az öröm és a nevetés az emberi szervezet számára növeli az aktív NK-sejteket. Dr. Nisabuo Itami alkalmazta rákos betegeknél az úgynevezett „élet értelme- módszer” és nagy eredményeket ért el vele. Rákos betegek számára a Mont Blanc megmászását tervezte, és hasonlóan nehéz élethelyzetben lévő külföldi sorstársaikkal való találkozást. A komédiák és bohózatok csökkentették a stresszt, erősítették az immunerőket és fokozták az ellenállóképességet.

Az emberi agy három területre osztható: az értelem, az érzelem és a vitális funkciók területére. Működésükhöz nagy mennyiségű oxigénre van szükség. A test teljes oxigén igényének ez a 18-20 %-a. Nagy mennyiségű oxigén felhasználás esetén az aktivált oxigén termelődése is emelkedik. Az agy oxigén felhasználásának pontosabb megfigyelésekor azt fogjuk tapasztalni, hogy az agy érzelmi és vitális funkcióinak több oxigénre van szükségük, mint az értelmi funkcióknak. A problémák és elméleti feladatok megoldásához csak kevés oxigénre van szükség. A stressz, a bosszúság és a gondok növelik a fogyasztást.

Amennyiben az agyról van szó, gyakran az agy jobb-és bal féltékéről beszélünk. Mindkettő az értelmi folyamatok színtere, mégpedig a nagyagykéreg, amely egy bal-és egy jobb féltékére osztható. Általában azt mondjuk, a bal féltéke irányítja a beszédet, a számolást és a logikus gondolkodást, azonban mindkettő egyformán fontos. Bármelyik felét is használjuk kiemelten, az oxigén felhasználás csekélyebb, mint a vitális vagy az érzelmi agyfunkciónak.

Amennyiben a bosszankodással aktiváljuk az érzelmi agyfunkciót, nem csak a oxigén felhasználás emelkedik meg és aktivált oxigén termelődik, hanem a mellékvese antistresszhormonokat termel. Ezek közül a legfontosabb a kortisol nevű szteroidhormon. Mivel a rákot leküzdő NK-sejtek a kortisol számára receptorok, felveszik azt és aztán elpusztulnak. A MANJU azonban erősíti az NK-sejtek életerejét és ezáltal csökkenti a szteroidok által okozott kárt.

Szteroidokat manapság sok betegség esetén írnak ki, mint például az asztma, reuma, polimiositis és gyulladáisos betegségek. Hamarjában mintegy száz betegség jut eszembe, melyekre szteroidokat írnak ki.

Szedésükkel azonban megindul az NK-sejtek gyengítése és a rákos sejtek szaporodása. Ezen felül egy sor mellékhatás is fellép, mely huzamosabb szedés esetén veszélyessé is válhat.

### **A természetben nem előforduló anyagok ártalmassága**

Orvosként világosan látom, mennyire megváltoztak az utóbbi években a betegségek és azok lefolyása. A rákos betegségek előfordulása olyan mértékben megnövekedett a fiatalok körében, amit korábban nem tapasztaltam. Pollen-és másféle allergiák alakultak ki. Mindez húsz évvel ezelőtt nem volt ilyen mértékű.

Az emberiség története a környezetrombolás története. Ez már a földműveléssel kezdődött az ősi időkben. Az utóbbi időkben ez a folyamat felgyorsult és meghaladja a természetes regenerációs képességet. Ez a központi probléma.

Legfőképpen a környezetszennyezés károsítja a természetet, és ez az ember műve. Például a vinilklorid, a nylonzacskók alapanyaga sem bomlik le természetes úton. Habár piacra került egy komposztálható nylonzacskó, de ez sem teljesen lebomló. A dioxin a 20. évszázad legkárosabb öröklött terhe. Amennyiben nem természetes dolgokat hozunk létre, ezek nem integrálhatók a természetes környezeti körforgásba. Egy természetes környezetben nem

károsodnak azok a növények, melyek a mikrobák által a talajban lebontott anyagokat táplálékként ismét felveszik. Felhasználják a napfényt is és növekednek a fotoszintézis által. A levegőből széndioxidot vesznek fel és oxigént bocsátanak ki. Azt az állatok és rovarok hasznosítják, ugyanúgy mint a halak a plankton. Az állatokat, növényeket és halakat viszont az ember veszi táplálékként magához. Az ember és az állat elpusztulásakor a halott tetemet a mikroorganizmusok bontják le és változtatják tápanyagokká. Ezeket a növények újból felveszik – ez a természetes körforgás.

Röviddel ezelőttig a Földön nem volt sem vinilklorid, sem peszticid, csak az utóbbi évtizedekben jöttek létre nagy mennyiségben. Időközben mintegy 1.000.000 különféle, mesterséges kémiai vegyület létezik. Továbbra is fejlesztik és gyártják ezeket, habár lehetetlen, hogy mindezeknek a vegyületeknek a káros hatásait megvizsgálják.

Ezeknél az emberi kéz által teremtett anyagoknál lehetetlen megállapítani, hogy károsak-e vagy sem. Bizonyára egy részük nagyon káros. Ami ma még biztonságosnak számít, lehet, hogy 20-30 év múlva egészen másként ítélik meg. Itt maga az ember hozta magát igen bonyolult helyzetbe. Különösen az élelmiszeradalékok feltartóztathatatlanok. Konzerváló anyagokat, színező anyagokat, oxidációt gátló, színező-, élesztő-és penészgátló-, valamint aromaanyagokat használnak nagy mennyiségben az élelmiszerek finomítására.

Sokféle hatásösszefüggést ma még egyáltalán nem értünk. Bár vannak az anyagokra vonatkozó biztonsági előírások és használati korlátozások, de a tömeges termelés és felhasználás mellett nincs lehetőségünk arra, hogy e termékek fogyasztását elviselhető mértékre korlátozzuk.

Az utóbbi időben megnőtt az élelmiszerallergiák száma, amire mi orvosok sem találunk magyarázatot. Fennáll az összefüggés a megváltozott kórképekkel is. Az említett veszélyes, káros vegyi anyagok lehetőleg ne kerüljenek a testbe. Ha mégis, a leggyorsabb úton ismét távozzanak el abból. Ezért nagyon fontos az, hogy az anyagcserét megfelelően befolyásoljuk.

Ezenkívül fontos az, hogy erősítsük a természetes mikroorganizmusok túlsúlyát. Amint korábban már említettem, a bélrendszer baktériumait „hasznosakra” és „károsakra” oszthatjuk. Amennyiben túlsúlyban vannak a hasznos bélbaktériumok, rendben van a béltevékenység. Ellenkező esetben baj van a test anyagcseréjével.

Egyre több ember nyúl az EM-1-hez MANJU-val párosítva, hogy segítse a bélfloáját. Említettem már, hogy a MANJU részben a gyomorban szívódik fel és nem jut a belekbe. Amennyiben mégis oda jut – mivel nem tartalmaz mikroorganizmusokat – a bélfloára kifejtett irányító szerepe gyenge. Ezért egyre több ember szed kiegészítésként EM-1-et.

Az EM-1 elsősorban talajjavító, amelyet klinikai területen nem használtam a kórházi gyakorlatban. Higa professzor azt hangsúlyozza, hogy mindkét területen jelentős. Szedését lehetőleg 5 ml alatti kis mennyiségekre kellene korlátozni. Már 1 ml is hatással lehet a bélfloára. A közvetlen szedés helyett azt ajánlom, hogy fogyasszanak EM-el kezelt mezőgazdasági termékeket. A japán Wako-ban egyre több parasztgazdaság áll át EM-es termelésre. Innen szerezzük be termékeinket a kórházi ellátás céljára és saját szükségletünkre.

Az EM-1 –el előállított táplálék, olyan vízzel, amelyet EM-kerámiával kezelték és MANJU-val erősített immunerővel a test és lélek egészségileg egyensúlyba kerül. Ilyen teljes antioxidációs erejű életmód mellett még öregkorban is elkerülhetjük a betegségeket.

### **A MANJU a modern gyógyászatot is segíti**

A megelőző (preventív) gyógyászatnak meg kell akadályoznia a betegségek kialakulását. Ez volt és ma is ez a célja, ezt azonban nehéz elérni. Már fiatalon világossá váltak előttem a modern gyógyászat korlátai. Ezért még három évig Kanpo-gyógyászatot tanultam. Így ma abban a szerencsés helyzetben vagyok,

hogy mindkét iskola elveit alkalmazom terápiás elképzeléseimmel összekapcsolva.

Az utóbbi években egyre inkább terjed a modern terápiákkal szembeni elutasító magatartás. A Kanpo-gyógyászatban semmi hasonló nincs, ami közvetlenül egy betegségóra hatna. A nyugati gyógyászat ugyanis egyre erősebben arra koncentrál, hogy az emberi testben kizárólag csak a megbetegedett szervet gyógyítsa. Sajnos ezáltal egyre kevesebb orvos van abban a helyzetben, hogy a betegségével együtt az egész emberre figyeljen.

Éppen ezt teszi a Kanpo-gyógyászat. A betegséget széleskörben a beteg helyzete szerint fogja fel. Az orvosi szaktudás a betegségek speciális megnevezése nélkül is érvényesül, ennek megfelelően széleskörű az alkalmazott szerek hatásköre. A nyugati készítmények a betegség egy bizonyos fajtájára vannak kifejlesztve. Amennyiben ez rák, a rákot kell leküzdeni. A Kanpo-szerek ezzel szemben nem specifikus készítmények. A diagnózis felállításának módjában is nagy különbségek vannak. Vegyük például a pulzus mérését. A nyugati gyógyászat egy kézzel, a Kanpo viszont két kézzel, és egészen más kritériumok szerint méri azt. Ennek megfelelően különbözik a diagnózis is. Hasi diagnózis esetén a különbség még nagyobb. A Kanpo-gyógyászatban a tenyérrel ellenőrzik, hol van ellenállás. (A hasi diagnózis a Kanpo-gyógyászat egy ágának diagnosztikai módszere. A TCM-ben [hagyományos kínai orvoslás] ez nem létezik.) Ez teljesen eltér a nyugati orvostudomány hasi területen végzett helyi diagnosztikájától és a palpációtól (kitapintás).

Amint a nyugati orvostudományban elérték az orvosok egy bizonyos szintet és nagy tapasztalatra tettek szert, a diagnózisban hasonló eredményre jutnak. A Kanpo-gyógyászatban helye van a tehetségnek és az intuíciónak. Az alapfelfogásban meglévő különbségek növekedésével még nagyobb lesz a szakadék a két gyógyászati iskola között.

A nyugati orvostudomány a személytől független, objektív diagnózisra irányuló diagnosztikai berendezésekkel és technikákkal kétségtelenül



korszakalkotó fejlődést ért el, ezek a következők: CT (Computer-tomografia), ultrahang, endoszkópia, MRI (angol: Magnetic-Resonance-Imaging), PET (Positronen-Emissions-Computer-Tomografie). Ezzel szemben a Kanpo-gyógyászat a diagnosztizáló orvos képességeihez igazodva alapvetően nem fejlesztett ki új módszert. Ennek következtében a nyugati iskolát, amely az újításokat helyezi előtérbe, haladóbbnak tekintik. Azonban én a több mint 10 éves orvosi tapasztalatommal elismerem, hogy sok betegséget nem lehet a nyugati gyógyászattal gyógyítani. Ezért felül kell vizsgálni a Kanpo-gyógyászmódról, még inkább az alapjául szolgáló Ayurveda-gyógyászmódról (hagyományos indiai gyógyászmód) alkotott ítéletet, hogy azok elmaradtak lennének.

Én mindkét iskolát alkalmazom a gyógyításban. Hogy a megelőzésre tegyem a hangsúlyt, figyelmemet nem csupán bizonyos betegségekre irányítom, hanem éppen olyan fontosnak tartom az egész testre irányuló holisztikus gyógyítást. Ez a szemlélet orvosi-gyógyító körökben egyre több követőre talált.

A gyakorlatban nem csökkent a különbség a nyugati-és a Kanpo-gyógyászmód között. Továbbra is az egyik oldal az operációkban és speciális készítményekben bíz, a másik viszont a moxibusztióban, az akupunktúrában és a Kanpo-szerekben bíz. *[Égetési terápia moxa-val (Artemisia vulgaris), az akupunktúrával együtt a keleti gyógyászat tű-és égetési terápiájának fontos alkotó része. Egy vagy több akupunktúrás-ponton szárított és poralakú gyógynövény levelet égetnek el terápiai céllal].*

A nyugati gyógyászatban speciális szaktudást követelnek meg, hogy egy betegséget egy bizonyos hatóanyaggal kezeljenek, miközben jelentős mellékhatásokra kerül sor. A Kanpo-gyógyászmód receptjeit ezeréves, az emberi testtel szerzett tapasztalatok alapján ismeri. Arra a kérdésre, hogy ez miért hat, nem tudnak válaszolni.

Olyan új eljárásokra és módszerekre van szükség, melyekkel a nyugati-és a Kanpo-gyógyászmód közötti szakadékot át lehet hidalni. Ezen a ponton találtam

rá a MANJU-ra. Klinikai területen pozitív befolyása van, az egészséges ember számára is megvannak az előnyei. Emiatt küzdök én azért, hogy a MANJU kivezesse a modern orvostudományt a zsákutcából.

### **Idős embereknek és gyerekeknek gyakrabban kellene MANJU-t inni**

Nem csupán beteg, hanem az egészségüket megőrizni akaró emberek is szedni fogják a jövőben a MANJU-t széleskörű hatása miatt. Az idős embereknek mindenek előtt revitalizálás céljából, a kisgyermekeknek pedig a betegségek megelőzésére kellene szedniük a MANJU-t.

Az emberi élet folyamán két szakasz létezik, amikor a legkönnyebben megbetegszünk. A korai gyermekkor és az időskor. Először a betegséget kell megállapítani, hogy ennek megfelelően azt korán kezelni lehessen, illetve a kezdeti stádiumban MANJU-t lehessen kiírni. Így tudnánk jelentősen csökkenteni a betegségek mértékét.

Az idősek gyógyításánál az ágyhoz kötöttség okoz nagy problémákat. Idősebb emberek magas kort érhetnek el egészségesen és békében halhatnak meg. Amint azonban a hatvan éves kor közepétől ágytak esnek, úgy mind a beteg, mind a családja számára nehéz helyzet áll elő. Jelentősen megnőnek a gyógyítás költségei. Azért kellene az idős emberek esetleges betegségeit korán felismerni és alapos preventív gyógyítást végezni, hogy ne kerüljön sor a betegségekre.

Idős emberek ágyhoz kötöttségének sokféle oka lehet. A leggyakrabban az agyvérzés és a csonttörések. E célból szülővárosomban, Wako-ban a csonttörések megelőzésére osteoporózis-központot rendeztünk be. 18 év (!) fölötti férfiak és nők ellenőriztetik itt csontsűrűségüket. Kezükhöz adnak akkor egy brosúrát is, melynek címe: „Minden az egészséges csontokról”. Ezzel célirányosan tudják esetlegesen csontelváltozásaikat kezelteni és az osteoporózist megelőzni.

Az idősek kórházi kezelésénél van egy másik probléma is: az egészségügyi központok létesítése. A háború után Japánban is drasztikusan megváltozott a család szerkezete. Amíg korábban két-három generáció is együtt élt, ez ma már igen kivételes, mert minden generáció külön él. Az idősebb emberek egészségügyi ellátására mindent házon kívül kell rendelkezésre bocsátani. Betegség esetén idegen segítségre vannak ráutalva. Ezeket a problémákat máig nem oldották meg.

Még egy-két generációs háztartásban sem megoldott betegség esetén az ápolás. Így jöttek létre az ápoló otthonok, melyek száma messze nem fedezi a szükségletet. Helyszűke miatt sokan nem kapnak sajnos felvételt. Emiatt már tragikus esetekre is sor került. Jelenleg dolgoznak e probléma megoldásán, válasz: idősek otthona. Ez a kórház és otthon közötti időszakos áthidaló megoldás. Itt azonban nem végeznek rehabilitációt. Alapvetően legkésőbb három hónapon belül haza bocsátják a beteget. Az átlagos tartózkodási idő 65 nap. Az öregeknek csupán 25 %-át tudják egészségesen otthonukba bocsátani. A kórházat elhagyó és rövidebb később újra beutalt betegek száma már 30 %. Egy törekennyé vált test állapota már csak feltételesen és időlegesen javítható. Hogy mit lehet itt tenni, annak egyaránt van orvosi és politikai vonatkozása is. A probléma orvosi megoldására véleményem szerint széleskörűen kínálkozik a MANJU.

Megelőzés céljából már két-és három éves gyermekeknek kellene MANJU-t adni. Wakó városa a kisgyermek vizsgálatoknál a szülőknek megfelelő nevelési tippeket ad. A kétéves gyermekek szüleinek a felvilágosítása különösen fontos, mert ekkorra már majdnem kifejlett egy kisgyermek agyfunkciója.

Ami az agykárosodásban eddig felléphet, egész későbbi életükben nem hozható már helyre. Ezért különösen egy kisgyermek agyát kell megvizsgálni.

Kórházi tapasztalataimból tudom, hogy a MANJU az agy esetén nagyon hatásos (lásd 75 old). Amennyiben a kisgyermek agya nem sérült korábban, a MANJU a teljes kifejlődéséhez járulhat hozzá pozitívan.

Egy összehasonlítás: ha a földön EM-1-et vagy MANJU-t juttatnak ki a vetésre, annak ellenére pompásan fejlődnek a növények, hogy szárazság, hőség vagy hideg érte őket. Az embernek is lehetővé kell tenni megfelelő időben egy jó startot. Az én elképzelésem az, hogy adjunk a gyerekeknek MANJU-t, mielőtt még minden DNS-funkció ki nem fejlődik. Érthető módon a kormány azonban gyakorlati okokból nem tud egy ilyen a gyerekek egészségét szolgáló intézkedést támogatni.

### **Ember és természet közötti együttműködés a MANJU segítségével**

Bizonyára hallott már az olvasó az entrópiáról. A környezetszennyezéssel és a természettel történő kaotikus bánásmóddal összefüggésben az entrópia növekedéséről van szó. Az ellentéte az entrópia csökkenése lenne.

A növekvő entrópia azt jelenti, hogy a káosz és a szétesés útjára lépünk, hőmérséklet-emelkedést jelent, tehát a Föld felmelegedését, ezzel együtt az éghajlat romlását, tehát oxidációt. Az entrópia csökkenése a természetes rend helyreállítása és megtartása lenne. Az emberi testben és a természeti folyamatokban mindig kiegyenlítődés zajlik. Az entrópia erősödése rombolást jelent, gyengülése ezzel szemben növekvést és felépülést.

Mit jelentenek ezek a folyamatok az emberi élet szempontjából? Életünk folyamán szaporodik az entrópia. Ez a születéstől a halálig vezető út. Az emberi testben meglévő rend korunknak megfelelően a rendetlenség, felbomlás, szétesés irányába halad. Másként, az élet nem más, mint a növekvő entrópia tudatos lassítása. Evés, mozgás, tanulás – mindez csökkenti az entrópiát. Tehát célunk az kell hogy legyen, hogy ne hagyjuk az entrópiát túlzottan megnőni. Túlzott mértékű evés és ivás természetesen az ellenkező eredményt hozza.

Ugyanez érvényes összességében az emberiségre is. A termelési módszerek forradalma következtében azt gondolja az ember, minden elérhetővé válik, minden előállítható a kívánt mennyiségben. Az emberiség az utóbbi három évtizedben olyan kultúrát fejlesztett ki, amelyben csak a gazdagságot, a profitot és a kényelmet keresi. Az efféle emberi lét érdekében a föld energiatartalékait kifosztják, és ezzel az ökoszisztéma egyensúlyának felborulása és pusztulása vetődik előre.

Az orvostudomány sem kivétel. Az antibiotikumok kifejlesztése sok ember életét mentette meg. Eközben azonban kórokozók váltak rezisztenssé és még erősebb kórokozókká fejlődtek. Ezáltal az ember arra kényszerül, hogy még drasztikusabb antibiotikumokat fejlesszen ki. Ez is entrópia. Míg a gyógyszerek meg tudják gyógyítani az emberi test bizonyos részeit, a mellékhatások az egésznek kárt okoznak. Miközben a rákgyógyítás nagy léptekben előrehaladt, „a rákos betegségből meggyógyított ember meghalt”.

Ez ma az ember helyzete. A modern orvostudomány attól szenved, hogy maga is okozója az entrópia felerősödésének. Amíg szemben áll az ember és a kórokozó, addig életre – halálra vívott harcuk folytatódik. Ugyanezt el lehet mondani a környezetre is. Az ember szemben áll a környezettel, vagy ő teszi tönkre azt, vagy a természet talál valamit, hogy bennünket embereket a leggyorsabb úton az entrópia csapdájába csaljon. Nincs egyszerű megoldás az ember és természet együttélésének a problémájára. Nekünk embereknek kell megtanulnunk a természettel egyetértésben élni. Nekünk kell megtervezni ezt és azon dolgozni, hogy minden élőlényel, a mikroorganizmusokat is beleértve, együtt éljünk és a jövőt alakítsuk. Az ember és a természet együttélése az egyedüli lehetőség arra, hogy a Föld ökoszisztémáját megőrizzük. Ezzel összefügg az ember betegségekkel szembeni védelme is. Éppen ezeket a szükséges feltételeket teljesíti az EM és a MANJU.

A negyedik fejezet fő gondolatai:

1. Minden gyógyítás alapja a megelőzés. A prevenció azt jelenti, hogy megelőzzük a betegség kialakulását.
2. A megelőző gyógyászatra nincs jobb a MANJU-nál. Egy egészséges ember a MANJU folyamatos szedésével meg tudja a betegségeket előzni és egészségesebb életet élhet.
3. A MANJU rendszeres szedésével elérhetjük: jó közérzet, az alkohollal szembeni állóképesség, nyugodt és mély alvás, betegségek utáni gyógyulás, gyorsabb felépülés operációk után, a vegetatív idegrendszer erősödése, betegségmegelőzés, öregedési folyamatok lassítása (bőr, haj), a szellemi teljesítőképesség helyreállítása.
4. Egy egészséges embernek egészsége megőrzése és megelőzés céljából napi 10-20 ml MANJU –t kellene szednie.
5. A MANJU mennyiségével nő az antioxidációs erő. Fehérjékkel és vitaminokkal egy további fokozást lehet elérni.
6. A fehérje a test építőanyaga és nyersanyag a hormonok, gének és immunsejtek számára. Betegség esetén ezen anyagok hiányában csökken az ellenállóerő.
7. Az élelmiszerek közül a tojás tartalmazza a leghatásosabb fehérjét (eszenciális aminosavak).
8. A napi szükséges fehérjemennyiség a testsúly 1/1000-nek felel meg, azaz átlagosan 50-60 g (vagy több).
9. Kísérletek bizonyítják: még ha napi tíz tojást is ennénk, akkor sem emelkedne a koleszterinszint.
10. A vitaminok a testben található mintegy 100.000 fehérjeféle számára a katalizátor szerepét töltik be.
11. Jelenleg túl kevés vitamint fogyasztunk. Ne aggódjunk azonban a vitamin túladagolás esetleg hátrányos következményei miatt. Sok vitaminra van szükség az antioxidációs erők fokozásához.

12. A test antioxidációs erőinek a fokozására étkezési szokásainkat kell szem előtt tartani: naponta háromszor kell étkezni, akkor kell abbahagyni, amikor a legjobban ízlik, kiegyensúlyozottan táplálkozunk, lehetőleg sok különféle élelmiszert fogyasszunk. Az étkezések között ne együnk, egyébként pedig lassan együnk, és a falatot jól rágjuk meg, ne vegyünk magunkhoz túl sok kalóriát, a konyhasó mennyiséget korlátozzuk, kellő mennyiségű salátát és zöldséget, naponta kétszer fogyasszunk fehérje tartalmú ételt, minden nap együnk tejtermékeket, apró halakat, tengeri algát, rostban gazdag ételeket!
13. A kedélyállapot nagy szerepet játszik az antioxidációs erőnél. Erős stresszhatáskor a kortisol nevű hormon szabadul fel, amely megöli az immunsejteket (NK-sejteket), így csökkenti az immunerőt.
14. Kísérletekkel bizonyították, hogy az öröm és a nevetés az NK-sejteket feléleszti.
15. „Aki használja a fejét, nem meszesedik el”. Az értelmi-agynak az oxigénfelhasználása az agy más részeivel összehasonlítva csekélyebb, ezért kevesebb aktivált oxigén keletkezik.

## **Utószó**

1996 júniusában jelent meg egy japán kiadó gondozásában (Sogo Yunikomu) az „Új életet adni” című beszámoló és ezzel vált a MANJU ismertté. Klinikai eseteket mutatott be ez a mű. Ezt követően a „Yuhobika” című egészségügyi magazin és más népszerű tv-adások propagálták a MANJU-t. Azóta szünet nélkül fordulnak hozzám a súlyos betegek.

Mivel polgármesterként hivatalból nagyon elfoglalt voltam, csak a reggeli telefonos rendelési időben és a szombati diagnosztikai rendelés alkalmával tudtam tanácsot adni. Ezért sokkal jobban ismerek klinikai eseteket, és a betegségek lefolyását, mint korábban. Ezenkívül a könyvem számára is értékes ismereteket tudtam meríteni a sok konkrét esetből.

Igen nehéz dolog egy új tudományos módszert bemutatni. Higa professzor felfedezéseit az aerob és anaerob mikroorganizmusok együttéléséből nem fogadta még el a tudományos világ. Hogy ez mikor valósul meg, ma még nehéz megítélni. Ez a helyzet engem erősen emlékeztet Kao Genichi professzor esetére, aki a Keio-Egyetem híres professzora. Ő a periférikus idegek „Nem visszafejlődés elmélete”-t képviselte, amely homlokegyenest ellentétben állt orvos édesapja „Visszafejlődés elmélete”-vel. Amíg Japánban senki nem érdeklődött munkája iránt, Svédország fővárosában, Stockholmban kísérleteket hajtottak végre, melyek elméletét beigazolták. Ez számára az egész világon a fiziológusok méltó elismerését hozta. Az orvos édesapjának végül revideálnia kellett elméletét.

Amíg a szakma elismeri Higa professzor elméletét, eltelhet néhány év. Mindazonáltal számtalan országból érkeznek a híradások a MANJU-val elért sikerekről. Véleményem szerint elmélete megalapozott és következetes.

Három évig tanultam Takegiri Kitari bakterológus professzornál mikrobiológiát és bakterológiát. Ő a tetanusz felfedezőjének Shibasaburo Kitari-nak volt a fia. Takegiri Kitari éleselméjű, előre tekintő tudós volt, aki sajnos túl korán, 34 évesen halt meg. Ő bizonyára azonnal megértette volna Higa professzor elméletét. A mikrobiológia mellett Hayashi Takashi professzornál agyfiziológiát tanultam. Ez magyarázza a fiziológiai funkciók sokféle megfigyelését a könyvben.

A wakói Természettudományos Kutató Intézeténél 1997-ben megnyitott Agykutató Központ-ra összesen 100 milliárd yent költöttek. Egy 500 bel-és külföldi specialistákból álló interdiszciplináris munkacsoport dolgozik azon, hogy az agy kutatása előrehaladjon. Ennek a kutató intézetnek a vezetője Dr. Masao Ito, a japán Kutatótanács elnöke és nagy örömömre a Keio-Egyetem Fiziológiai Intézetének professzora Katsuhito Mikoshiba és dr. Med. Hitoshi Okada is részt vesz a munkában.



Ebben a könyvben megpróbállok néhány kérdést felvetni, ami a géneket érinti. A génkutatásban világszerte a több mint 3 milliárd nukleotid-szekvencia megfejtése halad előre. 2005-ig állítólag ezt teljes terjedelmében megoldják és már most hozzáférhető néhány utalás bizonyos betegségekre és gyógymódokra. A gének megfejtése kétségtelenül korszakalkotó előrelépést jelent majd a MANJU-gyógymódnak. Ezért reményteli várakozással nézek a 2005-ös év elé. Szilárdan meg vagyok győződve arról, hogy a MANJU képes a jövőben alapvetően megváltoztatni a gyógyítási eljárásokat.

Orvosként és politikusként is fontos számomra a MANJU és remélem, hogy ezzel a könyvvel hozzájárultam új gyógymódok kifejlesztéséhez.

Végül pedig szeretnék köszönetet mondani a Summark kiadónak és a Nobutaka Ueki úrnak, valamint Yoshimori Kita úrnak, a „Nippon Create” igazgatójának baráti együttműködésükért.

1998. április

[Utószó (kép alatti szöveg)]

Dr. Shigeru Tanaka, japán orvos és korábbi polgármester

## **Irodalomjegyzék**

*Hennig, E.:* Geheimnisse der fruchtbaren Böden – Die Humuswirtschaft als Bewahrerin unserer natürlichen Lebensgrundlage. Xanten 4. Auflage 2002

*Higa, T.:* Eine Revolution zur Rettung der Erde – Mit Effektiven Mikroorganismen (EM) die Probleme unserer Welt lösen. Xanten 4. Auflage 2002

*Higa, T.:* Die wiedergewonnene Zukunft – Effektive Mikroorganismen (EM) geben neue Hoffnung für unser Leben und unsere Welt. Xanten 2002

*Kretschmann K. und Behm R.:* Mulch total – Der Garten der Zukunft. Xanten 2. Auflage 2001

*Langenhorst M.:* Meine Mischkulturenpraxis – Nach dem Vorbild der Natur Xanten 1996

*Mau F.-P.:* EM – Fantastische Erfolge mit Effektiven Mikroorganismen in Haus und Garten, für Pflanzenwachstum und Gesundheit. München 2002

Internet: [www.em-effektive-mikroorganismen.de](http://www.em-effektive-mikroorganismen.de)