

РАЗЯСНЕНИЯ ЗА АЛКАЛНАТА ВОДА И OPR

Или заслужава ли си да отделим 20 минути за четене,
за да живеем 5 години повече?

От Ян Блеър Хамилтън

Въпросът е реторичен. Всички знаем отговорът. Но от опит знам, че той придобива някаква важност само за хора, на които им остават по-малко от пет години живот. Често казват, че през последните две години от живота си хората харчат за здраве толкова пари, колкото през целия си останал живот. Опитът ми показва, че това е самата истина.

Няма да губя време да ви обяснявам, колко лошо сте постъпвали, като не сте се интересували от здравето си. Бог знае – всички сме толкова “заети” да оцеляваме в този смахнат свят, че много често здравето ни остава на заден план до момента, когато го загубим. Става, като с колата на сина ми – той не ѝ сменя маслото, защото смята, че нещата траят вечно. Когато бях на 26 години, аз също мислех така.

Много пъти са ме молили да напиша своите виждания за равновесието между киселинността и алкалността и неговото отражение върху здравето. Това обикновено ставаше след един час обяснения за н-ти път! Е, сега ще изложа пред вас великата си теория – всичко за равновесието между киселинността и алкалността. Ако наистина се вслушате в думите ми, ще разберете и ще се захванете да работите по тази основна тайна на здравето.

Защо равновесието между киселинността и алкалността е толкова важно? Защото засяга ставащото на микроскопично ниво в нашите тела. Не на клетъчно ниво, а на ниво атоми. Става дума за електричеството и за начинът, по който в телата ни се произвежда енергия на атомно ниво; за това, което не става, но би трябвало да става; и за това, което ще стане, ако последват съветите ми. Повечето хора, с които разговарям, вече знаят, че сме прекалено киселинни заради киселинните храни и напитки, замърсяването, начинът на живот, стресът. Почти всичко ни “подкиселява”, включително гледането или слушането на новините.

Казват, че трябва да се алкализирате. Но какво, всъщност, означава това? Мнозина смятат, че киселинната вода е просто вода с повече киселинни минерали, а алкалната вода е с повече алкални минерали, като калций, магнезий, калий и др. Ала се оказва, че киселинната вода съдържа и киселинни, и алкални минерали, просто киселинните преобладават. Очевидно, нещата не са толкова прости, колкото си мислите.

Защо обяснявам всичко това? Защото, ако наистина го разберете, ще започнете да мислите по нов начин за своето здраве и за здравето на своите близки. Обичайният начин, нещо да се алкализира, е да налеете вода от чешмата (в нея има и киселинни и алкални минерали) и да ѝ добавите алкални минерали. Какво лошо има в това? Ами, че пиете химически коктейл.

През следващите 20 минути, ще стигнем доста по-далеч. Да приемем, че имаме вода без никакви минерали, например, дестилирана вода. Добавяме калций. Получаваме алкална вода. Неутралният рН на водата (рН 7) става алкален (рН 8), т.е.

десет пъти по-алкален от pH 7. Сигурно си спомняте това от часовете по химия в училище, ако не сте зяпали през прозореца, като мен.

Знаете ли, какво е pH? Съкращението pH идва от френското "peur Hydrogène", което означава "за водорода", т.е. мярка за количеството водород в течността. Забележете, говорим не за алкализиращи или киселизиращи химикали в течността, а за количеството водородни атоми. Химикалите или минералите просто влизат в реакция с водата и създават водородни атоми.

Защо това е толкова важно? Водородът е нашето гориво. Водородът ни лекува. **Водородът е най-важното хранително вещество за нас.** Водородът осигурява нашата жизнена сила! pH показва количеството водород в течността, затова pH измерва жизнената сила, която можем да получим от съответната течност.

Обратимост на стареенето

Санг Уонг, чудесен американски учен и изобретател от корейски произход, прекрасно обяснява явлението в новаторската си книга „Обратимост на стареенето“. Той казва, че водата има памет. Доказателство за това са смайващите кристали на д-р Масару Емото и ранните трудове на хомеопатите. Санг Уонг обаче отива още по-далеч – той казва, че тази памет е във вид на измерима електрическа енергия. Тя може да се измерва във волтове или по-точно милivolтове, защото е много малка, и с времето може да се изгубва. Когато водата е заредена с такова електричество, тя придобива способността да кара атомите на водорода в себе си да приемат две различни форми. Книгата на Санг Уонг описва неговото откритие на йонизирана алкална вода. На 75 години той изглежда и звучи толкова добре, че се надявам и аз да изглеждам така на неговата възраст! Останете с мен – става дума за съвсем технически въпрос!

Когато във водата има електрическа енергия, тя кара водорода да приема една от двете форми – **водород с положителен електрически заряд (киселинна вода)**, и водород, който се съединява с атома на кислорода и получава отрицателен електрически заряд. Това е основният градивен елемент на самия живот. На химичен език той се изписва така: **OH⁻**. Един атом кислород и един атом водород с отрицателен заряд. **Това е йонизирана вода.** Тя е заредена с енергия и иска да я "дари" на всеки съответен атом във вашето тяло. **Тя се нарича "алкална вода"**.

Въпросните йони или атоми имат способността да ускоряват химическите реакции на другите минерали във водата. Това какво общо има с вашето здраве и дълголетие? Нищо в телата ни не може да се случи без химична реакция, а химичната реакция може да възникне, само когато "електричеството" между два атома е съвместимо. Следователно, можем да кажем, ние сме химичен организъм.

На молекулярно ниво – далеч по-малко от клетките – през всяка минисекунда от живота ни се извършват трилиони електрически обединения и отблъсквания – истинска оргия на единението. Тя се извършва в тялото ви и в този момент, винаги се е извършвала и ще се извършва, докато не бъде нарушено равновесието на киселинните и алкалните реакции, т.е. докато не приключи битката между тях.

Кой печели тази битка между йоните? Всеки път киселината. Всички знаем, че телесните ни киселини превземат и унищожават тялото след смъртта ни. Но, позволете да ви кажа, те правят това много, много години преди да умрем. Даже сега! Разяждат, разрушават, разлагат, изгарят, окисляват. Всичко това е естествена част от равновесената обмяна на веществата.

Тогава? Животът, който познаваме е вътрешна “битка” между положително заредени атоми (йони) и отрицателно заредени атоми (йони). Със същия успех, но с по-малка точност, можем да кажем, че животът е битка между киселината и основата. Точно за това се отнася рН.

$pH = \text{равновесие киселина/основа} = \text{йонизиране} = \text{ОРП (ORP)}$

Да се върнем на водата. Когато **H+** йоните в нея са повече от **OH-** йоните, тя се смята за киселинна, а когато **OH-** йоните са повече от **H+** йоните, тя е алкална.

Тук искам да спра за малко и да обобща обсъдените вече въпроси.

- Киселинността и алкалността на една течност се измерва с рН;
- рН е мярка за количеството водородни йони (атоми);
- Колкото повече **H+** има в една течност, толкова е по-киселинна;
- Колкото повече **OH-**, толкова е по-алкална;
- От гледна точка на електричеството, киселината и основата могат да се разглеждат, като йони на водорода с положителен или с отрицателен заряд;
- Всички химически процеси в нашето тяло започват и се извършват, когато правилният електрически заряд си намери съответстващ заряд у друг атом. Без електричество нищо не става. Следователно, електричеството и химията в нашето тяло са едно и също нещо.

До тук ясно ли е? Ако не, моля, отделете още пет скъпоценни минути и прочетете всичко отначало, защото то е основа за следващите редове и е ключът към тайната на здравето и неостаряването, която ви разкривам.

Така. Водата, значи, може да съдържа водородни йони. Нали не ви пречи, че използвам думата “йони”? Йонът е атом с електрически заряд.

Можем да измерим рН с лакмусова хартия или с електронен рН тестер. Той ще покаже число от едно до 14, като рН 7 е неутрално (нито киселинно, нито алакално). Можем да използваме и уред за измерване на **ОРП**, който дава много повече информация. Той ни показва **O** = оксидиране, **P** = редукция, намаляващия или отдаващия Потенциал на течността. Това е значението на ОРП.

Оксидирането означава способност да оксидира. Да изгаря. Да разяжда. Да разлага. По-горе използвах пример с разлагането на труп. Много е подходящ – трупа оксидира.

Не е лесно да се разбере намаляването (отдаването). В науката то означава да се отдава, т.е. ако една течност има “отдаващ потенциал”, тя отдава енергия на тялото.

Уредът, който измерва ОРП, всъщност измерва електрическият заряд на водата и ако показателят е над нулата (**+**), тя е оксидираща (киселинна, “крадец” на йони). Ако волтажът е отрицателен (**-**), тя е отдаваща (алкална, отдава)!

Сега вече можем да видим, че става дума не просто за избор на алкални храни и напитки, а за избор на начин за алкализиране, т.е. снабдяване с енергия, която да добавим към нашия запас от йони с отрицателна енергия, и за неутрализиране на положително заредените киселинни атоми в нашето тяло.

Сега стигаме до самата основа – използваме водата, за да доставим тази енергия в тялото си.

Защо това е толкова хубаво за вас? Да хвърлим един бърз поглед на кръвта. Както знаем, в кръвта има много вода, следователно и тук двата вида вода – киселинната и алкалната – са в определено съотношение, както вече стана дума. Когато алкалните йони под формата на **ОН-** са повече, в кръвта има повече кислород, т.е. повече мигновено гориво за живот. Всъщност, ако кръвта ви е съвсем малко по-алкална (от 7.3 до 7.45), ще съдържа около 2/3 повече кислород!

Не е ли възможно, летаргията, която усещате, да се дължи просто на неспособността на кислорода да се пренася с кръвта ви? Можете ли да си представите ефектът от правилното количество кислород в организма на един спортист?

Тази информация звучи фантастично, нали? Толкова съм благодарен, че разбрах за киселинността/алкалността! Всички търсим трескаво най-новата добавка или чудодейно лекарство, за да подобрим състоянието си, а всъщност, истинската подкрепа може да дойде от веществото, от което сме направени!

Кое е то? Водата!

Ние сме 70% вода. Но пренебрегваме този факт. Затова сега ще погледнем, как водата би могла да ни промени из основи. За целта трябва да ви покажа, какво става в киселинното тяло. Имайте предвид, че става дума за вас, освен ако не сте онзи един от всеки 100, който е алкален по рождение!

Да си представим, че сме изгълтали голям бъргър и още по-голямо пълно със захар безалкохолно. Още докато дъвчем, нервите изпращат сигнал на стомаха. Химикалите в устата определят рН на храната и – не ме питайте, как – нервната ви система съобщава на стомаха, каква част от чудовищното ястие “тръгва надолу”.

Повечето хора мислят, че стомахът им е торба, пълна с киселина, където “духовете-разрушители ще го разпльокат”. Това не е вярно! Стомахът е съд с точно определено количество киселина, изчислено от устата (а подозирам, и от очите, защото всички знаем старата приказка за лакомите очи), нито повече, нито по-малко. Ако надникнете в стомаха си, ще видите, че той не е голяма торба и е пълен не с киселина, а със стриктно контролирана смес, която в процеса на еволюцията е постигнала оптимална концентрация, за да разгради храната и да я подаде по-нататък по тракта, за усвояване. Вътре няма да видите и содата бикарбонат. Тя се отделя от кръвта и покрива стомаха, за да го предпази от киселината. Между другото, в стомаха постъпва киселина и от резервите на кръвта, известни като “киселинен буфер”. Ако имам време, ще обясня и защо на хората не им достигат киселини. Но всичко по реда си.

Така, глътнали сте огромната дажба. Тялото ви е успяло достатъчно добре да разбере, че току-що е погълнало нещо, способно да убива. То (тялото) знае, че ако рН на кръвта падне до неутралната стойност 7, вместо нормалната 7.35, вие ще изпаднете в кома и ще умрете. Точно сега, благодарение на фирмите за бързо хранене и безалкохолни напитки, тялото ви е задръстено с киселина и рН на кръвта ви започва да спада. Надбъбречните ви жлези крещят и ви съобщават страшни неща. Можете ли да познаете, какви? Приемате съобщението като “удар”. Винаги получавате такъв удар, даже ви харесва!

Надбъбречните жлези са нашата система за ранно предупреждение. Те заповядват на всичките ни системи да оставят всичката си друга работа и да доставят алкални минерали или отрицателен водород, за да неутрализират киселинната храна. Основните ни органи и системи са длъжни да отговорят, защото от това зависи нашето оцеляване. Това става още от времето на палеолита. Когато те преследва динозавър,

нямаш време да си “храносмислаш” обядът. Не ти се и налага, защото знаеш, че и в двата случая настъпва смърт.

Но, какво става в стомаха ни? Ами, “тревогата към всички системи” първо стига при панкреаса. Едно от неговите задължения е да отдели алкален хранослилателен сок, за да неутрализира киселините, които вече са се смесили с храната в стомаха ви.

Лошото в цялата работа е, че сте свикнали да бъде така и не само ядете бъргър, пържени картофи и безаколколно за обяд, но пропускате и по някоя бира, ядете много плодова захар, защото някой ви е казал, че трябва да ядете много плодове, а в работата непрекъснато ви стресират. Така непрекъснато крадете от панкреаса и той най-накрая се изтощава – в един момент просто няма какво да отдели.

Следващата спирка на сигнала за тревога са тъканите. “Алкали? Алкали? Някой да има алкали?” – “Извинете, тук няма такива.” Следват костите и зъбите. Излиза, че за да задоволим киселинния си навик, разрушаваме собствения си скелет.

Междувременно, pH на кръвна застрашително намалява и стомахът получава нареждане да спре работа. Налага се, тялото да използва ограничената си налична енергия за алкализиране на смъртоносната киселинна храна. Какво прави то? Праща полу-смления макдоналдов товар в червата.

Товарът е киселинен, не е смлян изцяло и е на буци. Горкият стар панкреас, пазител на портата към червата, не може да промени нищо, само изпълнява задължението си да ги пази. Сцената прилича на филм – камион с токсични отпадъци се промъква покрай безпомощната охрана. Товарът се просмуква в червата. А те са, както казват докторите, “лениви”, защото вие от много време сте киселинен (запекът е вторичен продукт от повишената киселинност на кръвта – водата от изпражненията се задържа в стомашната кухина, за да подпомогне изхвърлянето на отпадъка). Червата се движат бавно, защото са задръстени с твърди изпражнения. Тези изпражнения са киселинни и при преминаването си изгарят чувствителните всмукващи власинки по чревните стени. Понякога даже пробиват стените и се изливат в коремната кухина заедно с гадния, загнил, киселинен отпадък, който само до преди няколко часа е бил на рафта до шибъра на заведението за бързо хранене.

Стигаме до момента, когато всички поражения на излишната киселина се обръщат против нас и нашето здраве, сега и особено в бъдеще.

Но преди това, знаете ли, какво, всъщност, е свободен радикал? Това е положително зареден кислороден атом или йон. Както вече разбрахме, той причинява оксидиране. Разгражда нещата, изгаря, разлага.

В съвършеното тяло всичко е съвършено. Свободният радикал има съвършено предназначение да се движи като малък разсилен, да влиза в реакция с отпадъка, токсините и гнилостните процеси, да ги оксидира и да ги разгражда на съставните им компоненти.

Отбележете, казах, че това се случва в съвършената система. Киселинната система обаче не е съвършена. Както вече стана дума, практически всяка система в киселинното тяло е под обсада и работи с много по-малка мощност, от проектната. Затова нещата се объркват. Системите или преработват, или недоработват, или правят нещо, което не трябва. Същото става и със системата на свободните радикали. В състояние на обсада, т.е. киселинност, тя произвежда прекалено много свободни радикали (е, по-добре повече, отколкото недостатъчно!). Малките трудолюбци щъкат насам-натам и оксидират не само разложената храна и отпадъците, но и здравите

клетки. С една дума, карат наред! Затова учените казват, че **свободните радикали ни състаряват**. Те са киселинни, т.е. имат положителен заряд и действат в отговор на киселината в една киселинна система.

А как е предвидено да действат? Какво да правим с цялата тази каша? Виждаме лъскавите реклами за антиоксиданти на капсули, таблетки, във вид на екзотични сокове и всякакви други подобни и харчим, за да се тъпчем с тях.

Какво всъщност има в малките капсули? Има химически клетки с това, за което вече говорихме - **H** водородни йони, големите дарители, отдаващите спасители на живота! На хората се внушава, че трябва да приемат антиоксиданти на хапчета, вместо да пият алкална вода, заредена с отрицателен водород, по ± 10 ст. литъра! Каква постановка! Големите компании печелят милиони!

Ала действат ли наистина водата? Преди три години три дни стоях на нашия щанд на една изложба за здравни системи. След три дни непрекъснато говорене някой ми каза, че на един щанд можело да се провери антиоксидантната способност на организма. Отначало ми се стори, че не съм разбрал правилно. Бях прекалено уморен. Но процедурата беше безплатна, моментът беше спокоен и аз отидох да видя, за какво става дума. Нищо необичайно – един човек, един компютър и резултат от теста, отпечатан на принтер. Човекът се опитваше да продава антиоксиданти на хапчета. Зарадва ми се.

- От три дни не съм спирал да говоря, - казах аз. – Дали ще стане нещо?

- Говоренето няма значение, - отвърна той. – Апаратът измерва каротина в кожата. Това е най-добрият показател за антиоксидантната способност на организма.

- Кой резултат е добър? – попитах.

Той обясни, че най-добрият резултат е 30 по компютърната скала и че много малко хора са се доближили до него.

Аз протегнах китка, той ми постави сензора и след минута резултатът излезе на принтера. Човекът се озадачи.

- Сигурен ли сте, че не пиете никакви антиоксидантни добавки? – попита ме той с леко подозрителна въздишка.

- Сигурен съм, никакви, - отговорих аз. – Защо?

- Защото вашият резултат е най-високият измерен за цялата седмица. Вие сте над максималния показател. Имате 40! Как го постигате?

- Пия алкална вода, - отговорих и го погледнах в очите, за да видя реакцията.

През годините след този тест ми се обаждаха много клиенти от най-различни места. Явно, където и да отидеше човекът с апарата, все попадеше на някой от нашите клиенти.

- Знаете ли, какво стана? Измерих антиоксидантната способност на организма си. И... – обикновено започваха клиентите.

- Вашият резултат надхвърли максималният, нали? – отговарях аз.

- От къде знаете? – смаяно питаха те.

Така се уверих, че алкалната вода е силен антиоксидант. Всички алкални храни имат определен принос, но е толкова логично, когато си 70% вода и тя е навсякъде в тялото ти, водата да е много по-действен антиоксидант. Според мен, антиоксидантът под формата на вода е и много по-икономичен в парирането на свободните радикали, от храната и хапчетата.

Спирам да говоря за себе си. През последните години сме получили стотици истории за въздействието на водата от нашите йонизатори. Това са истински истории на живи хора като вас, спортисти, домакини, бизнесмени, лекари, природолечители, цели семейства, млади и стари. В нашите брошури и на нашата уеб страница ще намерите някои от тези истории. Всяка седмица пристигат нови, също толкова смайващи.

Знаете ли, кое за мен е най-хубавото от всичко това? Водата! Тя е страхотна и ми действа страхотно всеки ден. Но тя е и умна – разделя се на кисела вода, която използвам за почистване и отстраняване на бактериите от храната, кухнята, банята, кожата и косата си, и алкална вода, която вече описах.

Има и още едно страхотно нещо. Струва ми два цента за литър и не ми се налага непрекъснато да купувам вода в пластмасови бутилки за еднократна употреба.

Бързо сравнение на здравните системи, използващи вода

Сега, като знаете, какво става с **йонизираната алкална вода**, имате добра представа за другия вид т.нар. йонизирана вода. Много филтри за вода съвсем искрено искат да са йонизатори.

Разликата с тях е в основния принцип на отрицателните водородни йони, за който говорихме. Именно тези йони дават висшата антиоксидантна сила на водата. Алкализаторът за вода работи толкова добре, единствено защото разделя водата на две оптимизирани форми:

1. Алкалната вода, за която вече говорихме, йонизирана, заредена отрицателно, наситена с кислород, с микрострупване на водород.

2. “Другата” вода, която се отделя от нея, е киселинна, запичаща, антимикробна. Тя е чудесна добавка за поддържането на вашия дом. Използва се като нехимически почистващ препарат за храна, растения, работни повърхности, прозорци, за коса и кожа. С такава цел я използват всеки ден за почистване на огромния Рибен пазар в Токио, както и в много японски и корейски болници и клиники.

Само йонизаторът, в който процесът протича на принципа на електричеството, разделя водата по този начин. Може би, сте чели и за други подобни уреди, но всички те използват магнит, поставен във водния поток. Това създава малко по-малко положителна йонизация във водата. Тя не е достатъчна за да се превърне в отрицателна и, щом излезе от обхвата на магнитното поле, водата бързо се връща към нормалното си състояние, H₂O. С една дума, няма нито дълготраен поток от **ОН-** молекули, както бе споменато по-горе, нито изход за киселинния поток.

Откакто работя с Алкализатора за вода, съм чувал много разкази на други производители с измислени обяснения, защо техната система е по-добра. Всички те се свеждат до един прост факт – не могат да алкализират, като системите, за които говорим ние. Точка.

От друга страна, непрекъснато чувам едни и същи въпроси и по-долу ще ги споделя с вас:

В.: Отстранява ли флуорида?

О.: Флуоридът е кисела момекула и по-голямата част от него излиза с киселинния поток. Имам направен тест на подобна система в Лабораториите “Секвоя” в САЩ. Той показва пълно отстраняване. Но Флуоридът е прикрита молекула, може да се съединява с други молекули във водата, затова не можем да обещаем пълно отстраняване.

В.: Може ли да се преалкализирам?

О.: Алкалната вода е заредена не с алкални минерали, които продължават да се алкализируют, независимо че са попаднали вече във вашето тяло, а с жертвоготовни водородни йони, които се съединяват с положително заредените молекули в тялото ви. С това работата им приключва. До сега не съм виждал прекалено алкален човек. Тялото ни се справя с алкалността чрез незабавно отстраняване, за разлика от киселинността. Но ако имате здравни проблеми, както винаги, трябва да се консултирате с вашия лекар.

В.: Сравнете филтърът в този уред с нормалните филтри.

О.: Повечето филтри за вода пропускат номинално един микрон вещества. Клетката на водния филтър "Юпитер Биостоун" в алкализатора пропуска 0.1 или 0.01 микрон, т.е. нашият филтър е от десет до сто пъти по-ефективен.

В.: Възвратната осмоза не е ли най-добрият филтър?

О.: Да. Той е толкова добър, че отстранява абсолютно всичко, включително минералите, и прави водата "празна". В това състояние тя започва да се съединява с CO2 от въздуха и се превръща в киселина. Системите на принципа на Възвратната осмоза днес не са много разпространени защото за получаването на 1 литър вода изразходват 9 литра.

В.: Ами дестилаторът? Той не хаби вода.

О.: Точно така. Дестилаторът не хаби вода, но гълта много енергия и се сблъсква със същите трудности, като възвратната осмоза – пречиства до такава степен, че се окислява. Ако погледнете собствената ни история, ще разберете, че никога не сме имали достъп до чиста вода, затова телата ни не са пригодени да я преработват. На нас ни трябва минерализирана алкална вода, защото сме направени от нея – физиологичен разтвор, т.е. солена, минерализирана, алкална вода! Като вземем предвид, че тялото винаги уравновесява всичко, пиенето на чиста вода означава да принудим тялото да тегли минерали от резервите си, за да минерализира водата, а вие сте платили толкова скъпо, за да я пречистите!

В.: Много системи твърдят, че алкализируют.

О.: Да, но те просто добавят към водата алкални минерали, обикновено калций, при филтрирането. Заедно с него обаче си получавате и всички киселини.

Ян Блеър Хамилтън е Управляващ директор на "ЙонЛайф" Австралия – най-големият международен дистрибутор на здравни системи за алкална вода. Освен това е изследовател, журналист, чете лекции по алтернативна медицина.

От 2013 г. компанията "ЙонЛайф" INC, U.S.A. е с ново име AlkaViva LLC, U.S.A.

