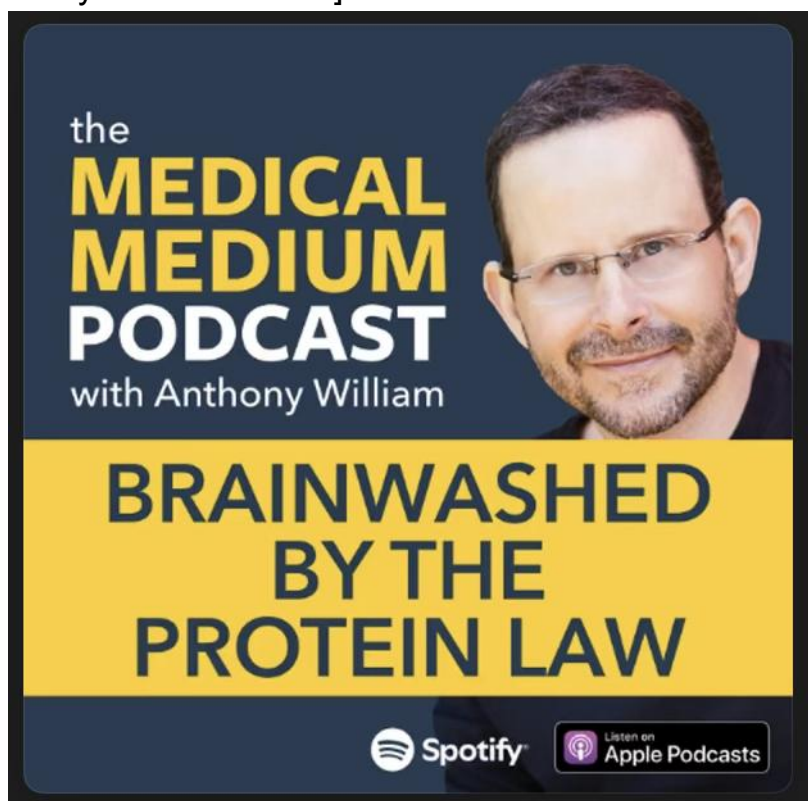




113 - Bị tẩy não bởi định luật Protein

[113 Brainwash by the Protein law]



Có bao nhiêu người mà bạn biết đang phải vật lộn với các vấn đề sức khỏe? Rất có thể – dù họ có biểu hiện ra hay không – thì hầu hết những người xung quanh bạn đều đang trong tình trạng đó. Và rất có thể, chính bạn cũng nằm trong số đó.

Dù bạn đang phải đối mặt với lo âu, trầm cảm, lạc nội mạc tử cung, mụn, chàm, bệnh tự miễn, vấn đề tuyến giáp, Lyme, sương mù não, mệt mỏi hay bất kỳ triệu chứng hoặc tình trạng nào khác – bạn không hề đơn độc. Sống chung với các triệu chứng gần như đã trở thành điều bình thường mới.

*Vì vậy, đừng tiếp tục đoán mò nữa. Đã đến lúc phải có câu trả lời. Chào mừng bạn đến với **Medical Medium Podcast**.*



Tôi là **Anthony William**.

Chúng ta đang nói về protein và sự tẩy não liên quan đến định luật protein.

Định luật protein là gì? Nó đã tồn tại qua nhiều thế hệ, từ đời này sang đời khác. Ngành y tế, ngành khoa học đã quyết định rằng protein là cách để bạn sống, để bạn tồn tại, để bạn phát triển và duy trì sự sống. Thế nhưng, đồng thời vào nhiều năm trước, và thậm chí cho đến tận bây giờ, **không có bất kỳ bằng chứng nào cho thấy protein thực hiện những điều đó bên trong cơ thể chúng ta**. Và ngày nay, nhìn xung quanh, tất cả những gì bạn thấy là mọi người đều hô hào về protein. Nào là protein thế này, protein thế kia.

Trong khi đó, những người bị bệnh vẫn ăn rất nhiều protein. Những người đang hấp hối trong bệnh viện cũng nạp rất nhiều protein. Và nếu ai đó mắc COVID hoặc cúm, khi cơn sốt và ho ập đến, điều cuối cùng họ nghĩ đến là ăn nhiều protein. Nhưng **protein không trị được vi khuẩn**. Nó không tiêu diệt được mầm bệnh (pathogen). Nó **không chữa lành một người khỏi vấn đề sức khỏe**.

Điều mà mọi người không nhận ra là: protein là một **khoảng trống vô giá trị** trong ngành sức khỏe, và là một **"hạt giống"** được gieo từ rất nhiều năm trước. Một hạt giống được gieo vào tâm trí, vào hệ thống tổ chức, để một ngày nào đó, ngành dược phẩm sẽ tung ra một sản phẩm dựa trên protein, từ đó mang lại cho họ rất nhiều tiền. Đồng thời, protein còn đóng vai trò là **"kẻ bị đổ lỗi"** cho việc tại sao mọi người lại mắc các bệnh mãn tính bí ẩn.

"Là protein đó. Đó là lý do bạn bị ốm".



"Protein là nguyên nhân khiến bạn bị ốm hoặc đang hấp hối".

"Ừ, chắc chắn là protein rồi. Đó là vấn đề".

Mọi người không hề thiếu protein. Nhưng mọi người vẫn đi khám nha sĩ, khoan răng, cấy ghép implant, chữa tủy răng và vẫn đang nạp thêm rất nhiều protein. Ngay cả bây giờ, những người trẻ bắt đầu quan tâm đến sức khỏe cũng đang đếm từng gram protein và cố gắng giữ lại từng chút protein nạp vào. Đó là xu hướng của thế giới, **được "thừa kế" và ăn sâu** vào tiềm thức qua hơn một thế kỷ nay.

Dù bạn ăn chay thực vật, thuần chay, ăn chay có trứng sữa, hay ăn thịt, thì tất cả đều như nhau. Đó vẫn là một thế giới bị ám ảnh bởi protein, nỗi sợ protein, sự tẩy não về protein, và **định luật protein**.

Tập này, dù được ghi âm cách đây gần bốn năm, thông tin của nó vẫn **hoàn toàn chính xác và đúng đắn. Thông tin này đã được tiên đoán và mang tính kinh điển.** Đây là thông tin mạnh mẽ để giúp bạn đứng vững trên sự điên rồ ngoài kia, để bạn có thể thực sự bảo vệ bản thân.

Hãy sẵn sàng, thắt dây an toàn vào. Đã đến lúc tìm hiểu về định luật protein.

Tôi đang làm gì đây? Tôi đang ngồi ở phòng khám bác sĩ. Vị bác sĩ vừa khám cho tôi xong. Vâng, anh ấy đang bước vào.

"Chào bác sĩ. Chào anh, anh khỏe không? Vậy anh nghĩ tôi bị gì?"

"Ồ, anh biết đó là gì không?"

"Ồi, nhẹ cả người, là gì vậy?"

"Cuối cùng thì... là protein sao? Xét nghiệm máu không tốt vì protein sao? Thật sao?"

"Anh biết không, điều đó thật hợp lý. Vậy anh nghĩ tôi chỉ thiếu protein thôi ư?"

Điều đó rất hợp lý, vì tôi đã cảm thấy như vậy. Tôi cảm thấy không khỏe. Tôi lúc nào cũng mệt mỏi. Và huấn luyện viên của tôi bảo tôi cần protein, bác sĩ tâm thần của tôi cũng bảo tôi cần protein. Ban đầu tôi gần như không tin họ, nhưng rồi tôi đã tin, và bây giờ tôi thực sự biết mình cần protein. Tôi nghĩ nha sĩ của tôi cũng nói tôi cần protein. Vậy tôi phải làm gì? Chỉ cần ăn thêm protein thôi sao? Được thôi, biết đâu khi rời khỏi đây, tôi sẽ đi mua vài thanh protein.



Tôi mừng quá vì cuối cùng đã có câu trả lời. Có một định luật ngoài kia. Đó là luật của mọi nhà.

Luật đó là gì? Là gì vậy?

Là protein.

"Bạn lấy protein từ đâu?"

"Ồ, tôi không biết tôi lấy protein từ đâu."

"Tôi ăn rất nhiều protein. Bạn lấy protein từ đâu?" Tôi không biết tôi lấy protein từ đâu?"

"Bạn lấy protein từ đâu? Bạn phải có protein".

Nhưng điều buồn cười là gì? Mọi người đều bị bệnh.

Mọi người đều ăn protein. Ai mà không ăn protein chứ? Mọi người trên khắp thế giới đều ăn protein liên tục.

Họ ăn sữa. Họ ăn phô mai. Protein đấy.

Họ ăn thịt. Protein đấy.

Họ ăn thịt vịt. Mọi người ăn thịt vịt đấy. Ý tôi là, bạn có thể tưởng tượng việc ăn thịt vịt không?

Tôi không có ý nói xấu bất cứ ai ăn protein động vật hay protein thực vật. Họ ăn thịt vịt. Mọi người đều ăn một loại protein nào đó, thịt thú rừng, thịt bò ăn cỏ (grass-fed beef), gà... Mọi người đều ăn protein ở khắp mọi nơi. Các loại hạt, hạt giống, bơ hạt, trứng ... Tất cả đều là protein. Nhưng kết cục thì bạn vẫn đi đến nha sĩ để khám răng, để khoan răng sâu trong khi bạn vẫn đang ăn protein. Nha sĩ sẽ hỏi, "Anh/chị có đủ protein không?" Cảm giác như, "Tôi không biết. Tôi tưởng tôi đã ăn protein. Tôi đã ăn protein cả đời rồi".

Bạn ốm trong bệnh viện: do protein, protein, protein. Cứ đi bộ qua một bệnh viện, đi ngang qua các phòng bệnh bạn sẽ thấy những người đã ăn protein cả đời. Người mắc bệnh tim đã ăn protein. Người bị suy thận đã ăn protein. Người đang chết dần vì mệt mỏi, vì một loại bệnh thần kinh nào đó. Đó là protein. Người đó đã ăn protein cả đời. Người mắc bệnh tiểu đường hay người mắc bệnh nào đó hay người đang phải cắt bỏ nội tạng, **tất cả họ đều ăn protein**. Đó là điều họ đã làm. Mọi người đều ăn protein.



Người ăn thuần chay bị mắc bệnh vì họ đã ăn protein. Ban đầu, người thuần chay ban ăn protein sau đó chuyển sang thuần chay. Và khi ăn thuần chay, họ đã làm gì? Họ tiếp tục ăn protein và sau đó bị bệnh nặng hơn, hoặc khỏe hơn rồi lại bị bệnh. Còn người ăn protein động vật thì sao? Họ đã ăn protein.

Nhưng bạn biết điều gì buồn cười không? **Sữa mẹ có rất ít protein. Toàn bộ là nước đường. Sữa mẹ là nước đường với một chút chất béo và một chút protein. Nó là nước đường ngọt. Nó không phải là protein.** Thế nhưng, bạn lại được nói rằng bạn cần protein để lớn. Bạn cần protein để phát triển. Bạn cần protein khi còn nhỏ. Bạn cần protein, bạn cần protein.

"Protein của bạn đâu?"

"Phải uống sữa của bạn".

Gì chứ? **Sữa là đường. Sữa mẹ có rất ít protein. Rất ít.**

Ở một số phụ nữ, protein chỉ chiếm 1% sữa mẹ. Những phụ nữ này có thể ăn bao nhiêu protein tùy thích, nhưng lượng protein trong sữa vẫn sẽ duy trì ở mức 1%. Ở một số phụ nữ, nó là 2%. Ở mức tốt nhất, nó là 2,5%. Phần còn lại của sữa mẹ là gì? **Phần còn lại của sữa mẹ là nước đường.** Thật thú vị. Bởi vì **bạn cần carbohydrate.**



Bạn biết **họ** đã làm gì trong những ngày xưa không? Tôi không nghi ngờ gì nếu bây giờ họ vẫn đang thực hiện điều đó theo một cách kỳ lạ nào đó ở một nơi nào đó. Bạn biết họ đã làm gì không? Khi bạn muốn tham gia một nghiên cứu, bạn phải ký một tài liệu đồng thuận có phải không? Bây giờ bạn vẫn phải làm, nhưng bạn phải ký một tài liệu.

Có một nghiên cứu mà hàng trăm người tham gia, và họ (những nhà nghiên cứu) sẽ **chỉ cho bạn ăn protein trong ba tháng - 90 ngày**. Họ sẽ chỉ cho bạn ăn protein và không có gì khác. Bất kể bạn có bị ốm và sắp chết đi nữa, họ cũng không cho bạn rời khỏi nơi nghiên cứu. Bất kể điều gì xảy ra với bạn, họ cũng không cho bạn thoát ra. Họ nhốt mọi người trong một khuôn viên. Và họ chỉ cho những người tham gia nghiên cứu ăn protein. Và những người tham gia này đã ký giấy giao phó mạng sống của mình.



"Được rồi, tôi tham gia. Có thể tẻ đến mức nào chứ? Nó chỉ là protein thôi".

"Ồ, chỉ là protein thôi. Ký giấy giao phó mạng sống. Chỉ là protein thôi".

"Đây, đây. Các nhà khoa học, đây".

Điều đã xảy ra, mục đích của nghiên cứu là **loại bỏ carbohydrate ra khỏi nguồn protein**. Nếu đó là nguồn protein từ hạt, họ loại bỏ carbohydrate và chất béo. Nếu đó là nguồn protein động vật, họ loại bỏ carbohydrate và chất béo. Những gì còn lại chỉ là protein. Các bạn ạ, họ không biết điều này sẽ gây ra chuyện gì. **Một trăm người, những người tốt, đã chết vì đói** trong khoảng thời gian ba tháng đó.

Protein không phải là thứ giúp bạn đang có thể di chuyển. Protein không phải là thứ giúp bạn có thể nói được. Protein không phải là lý do bạn có thể đi tắm. Protein không phải là lý do bạn có thể tập trên máy chạy bộ. Protein không phải là lý do một người có nhiều cơ bắp và một người thì không. Protein không phải là lý do của bất kỳ điều gì trong số đó. **Protein không liên quan gì đến bất cứ điều gì trong số đó.**

Khi họ loại bỏ carbohydrate (tinh bột tốt) ra khỏi nguồn protein, bất kể nguồn protein nào (là một loạt các nguồn protein khác nhau và được trộn lại). Những nhà nghiên cứu đảm bảo mọi người có một chế độ ăn uống cân bằng trong thí nghiệm này. Họ nói, "*chúng tôi sẽ loại bỏ carbohydrate và chất béo khỏi tất cả các loại hạt và bơ hạt. Chúng tôi sẽ chỉ cung cấp protein từ hạt cho các bạn. Chúng tôi sẽ loại bỏ tất cả (carbohydrate và chất béo) khỏi thịt và gà, và chúng tôi sẽ chỉ cung cấp protein từ thịt và gà cho các bạn. Bất kỳ ai cũng có thể chọn loại protein mà mình muốn*". Những người tham gia có thể có tất cả protein họ muốn. Có rất nhiều túi protein và nó đã được loại bỏ các chất khác. Vì vậy nó **chỉ là protein**.

Điều đã xảy ra là, bởi vì không có carbohydrate và không có chất béo để cung cấp cho những người tham gia **ít nhất** một lượng calo từ chất béo (vì có thứ gọi là calo từ chất béo), điều đó là sự thật. (Ngành công nghiệp thậm chí không nhận ra điều đó). Vì vậy, khi loại bỏ tất cả lượng calo đó, những người tham gia nghiên cứu đã **chết đói trong ba tháng**. Họ đã chết như thể họ đang nhịn ăn bằng nước, hoặc tẻ hơn cả tình huống nhịn ăn bằng nước. Họ đã chết. Nơi nghiên cứu được tiến hành trở thành một trại tập trung, và những người tham gia nghiên cứu không thể thoát ra vì mảnh giấy đồng thuận đó.

Những người tiến hành nghiên cứu không cho người tham gia rời khỏi khuôn viên. Dù cho những người này đã ốm đến độ biến thành da bọc xương và thậm



chỉ chỉ còn lại xương. Cơ thể họ rệu rã. Hông của họ rụng rời khi họ bước đi. Bởi vì không còn mô liên kết nữa. Tất cả là do mô liên kết của họ đang bị ăn sống. Về cơ bản, cơ thể họ đang cố gắng sống sót bằng cách ăn tất cả những gì nó có thể. Và các nhà nghiên cứu y tế và khoa học đã **ngồi đó và chỉ ngồi đó**, trong khi **100 người (những người đồng thuận tham gia nghiên cứu) đã chết vì ăn protein nguyên chất**.

Tại sao lại có kết cục như vậy? **Bởi vì protein không liên quan gì đến bất cứ điều gì**. Sự thật là, **các axit amin, các hợp chất phytochemical, các enzyme, glucose, khoáng chất vi lượng, muối khoáng vi lượng, khoáng chất đa lượng** - tất cả những thứ này là lý do tại sao chúng ta sống, nói và đi lại.

Nhưng một điều kinh khủng đã xảy ra vào năm 1933.

Năm 1933, là axit amin, không phải protein.

Đó là một lượng lớn axit amin có trong cơ thể. Đó là một lượng lớn chất chống oxy hóa (antioxidants). Tất cả những thứ này là lý do tại sao chúng ta có thể sống và sống lâu nhất có thể, và tồn tại lâu nhất có thể. Đó không phải là protein, không phải là protein dính, bạn hiểu ý tôi chứ? Loại protein dính, dẻo (glutinous) mà bạn cố gắng tìm thấy trong bất cứ thứ gì, vì nó có trong rất nhiều thứ.

Không ai chết vì thiếu protein. Họ chết vì mọi thứ khác trừ thiếu protein. Đó là lý do thật sự mà họ chết. Họ chết vì thiếu những thứ khác chứ không phải protein.

Năm 1933, một thỏa thuận đã được dàn xếp. Tôi đã nói với mọi người về điều này trước đây. Chúng ta đang nói về định luật protein. **Một thỏa thuận đã được thực hiện để thuyết phục cả thế giới rằng protein (cần phải có đạm) là lý do chúng ta có mặt ở đây, là lý do tại sao chúng ta tồn tại. Nó là thực phẩm chúng ta ăn và nó phải là protein (phải có đạm).** Vì vậy, **định luật từ tổ chức của các bố già (institutional grandfather law)** đã được tạo ra.

Các học giả, những người làm trong lĩnh vực học thuật được cho biết đó là protein. Hệ thống trường học, tất cả các tổ chức, tất cả các bác sĩ, tất cả các bệnh viện, ngành y tế, mọi ngành công nghiệp—ngành thể hình, ngành thể thao, mọi ngành công nghiệp trên thế giới—đã bị **tẩy não**. Họ bị tẩy não rằng bạn cần protein.

Điều đó đã được dạy trong trường học, vì vậy ông bà cố của bạn đã bị tẩy não. Nó được dạy ở đó. Ông bà cố của bạn, cha mẹ của bạn đã bị tẩy não về protein.



Ông bà của bạn đã bị tẩy não về protein. Cha mẹ của bạn đã bị tẩy não về protein. Bạn bị tẩy não về protein. Thực sự là **độc ác** khi nghĩ về nó.

Bạn không bao giờ được thấy những sai lầm đã mắc phải và các lý thuyết đã sụp đổ ngoài kia. **Bạn không bao giờ thấy bất kỳ sự thật nào ngoài kia. Bạn không thể. Đó là sự lừa dối có chủ đích. Đó là sự lừa dối của các ngành công nghiệp. Định luật được tạo ra là định luật protein.** Đó là một tài liệu nằm trong các hầm chứa, đã được ký và niêm phong.

Các chính phủ trên hành tinh và các tổ chức y tế, và về cơ bản là mọi thứ khác ở cấp độ đó, các trường đại học, **tất cả đã thực hiện thỏa thuận đó.** Thỏa thuận được thực hiện không phải do những người nhỏ bé, không phải những người nhỏ bé trong chính phủ, trong ngành y tế mà là ở cấp cao nhất. Mục đích là để đảm bảo rằng bạn sẽ bị **hành hạ và tẩy não bởi định luật protein** cho những gì sắp tới.

Bạn thấy đó, trong hành trình này, chúng ta đang chứng kiến một dịch bệnh mãn tính xảy ra trên quy mô lớn, và mức độ bệnh mãn tính đang gia tăng. Số lượng người bệnh mãn tính sẽ tiếp tục tăng cho đến “thời điểm cần đến”. Họ sẽ có thể sử dụng protein chống lại bạn theo cách mà bạn chưa từng thấy trước đây. Và bạn sẽ phải tuân theo.

"Chúng tôi sẽ tước đi quyền tự do của bạn vì bạn cần protein cho căn bệnh của mình. Và đây là cách bạn sẽ có được nó. Nó sẽ được quản lý theo cách này. Đây là những gì bạn sẽ cần."

Gì cơ? Cơ thể bạn đang rệu rã và bạn bị ốm nhưng không phải là do mức độ phóng xạ, thuốc trừ sâu, thuốc diệt cỏ, thuốc diệt nấm, hương liệu hóa học và kim loại. Dù tất cả chúng đều có trong dược phẩm. Bạn bị ốm không phải vì bất cứ thứ gì trong số đó. Bạn bị ốm vì protein. Nghe thật buồn cười.

Tình huống này được tính toán sẵn như một kế hoạch dự phòng có thể thực hiện bất cứ lúc nào. Điều mà bóng tối làm là bóng tối luôn tạo cho nó một “hầm an toàn”. Các bạn không biết về cái hầm này. Nhưng nó luôn ở đó, cái hầm an toàn đó. Và bạn đang thấy nó bây giờ (thông qua những thông tin này). Bạn đang thấy những gì đang diễn ra trên thế giới.

Hầm an toàn đó đã được tạo ra từ rất lâu cho những sự lừa dối này. Chúng ở đó để khi đến thời điểm, những “kẻ trong bóng tối” có thể rút lá bài ra. *“Đây là lá Át, em yêu, ngay đây. Và Bùm. Hãy ném định luật protein vào lũ người ngoài kia. Đã đến lúc. Chúng ta cần một sự đánh lạc hướng khác. Chúng ta đã tẩy*



não họ trong một trăm năm. Và bây giờ chúng ta đang thấy họ rệu rã ngoài kia. Họ đang tan rã ngoài kia. Hãy tung con bài tẩy của chúng ta ra."

Ngành y tế có thể đột nhiên nghiên cứu một vấn đề khoa học và những kẻ ẩn trong bóng tối luôn quan sát. Nếu đó là một nghiên cứu về protein. Bùm, hãy hạ gục nghiên cứu đó.

Bây giờ, con người sẽ cần một loại thuốc protein. Và bùm, đây là một loại thuốc protein. Cơ thể bạn đang rệu rã vì bạn cần một loại thuốc protein. Gen của bạn cần protein. Gen của bạn đang rệu rã. *"Vì vậy, đây là một loại thuốc protein cho gen của bạn. Chúng tôi đã thiết kế một loại thuốc đáng kinh ngạc tại [Blah Blah Blah] (đoạn này bác không nói rõ tên của thể chế bóng tối đó) Medical, và công ty dược phẩm và chúng tôi sẽ đảm bảo loại thuốc tăng cường protein này có thể giúp gen của bạn".*

Có lẽ tôi sẽ không còn ở đây (trên Trái đất) khi những kẻ này làm điều đó. Cũng có thể bóng tối sẽ làm điều đó khi tôi vẫn còn ở đây. Nhưng dù thế nào chúng cũng sẽ làm điều đó. **Những kẻ ẩn sau đã tẩy não con người một cách có chủ đích.** Và lũ này không quan tâm nếu phải mất nhiều đời để hoàn thành kế hoạch xấu xa của chúng. Những kẻ làm việc cho bóng tối không quan tâm đến các cổ đông hay các chính phủ hay bất cứ điều gì. Chúng không quan tâm ai là người đang thiết lập những quy tắc. Chúng không quan tâm ai trong nhóm "giác ngộ" đang dẫn dắt. Chúng cũng không quan tâm rằng ai ở trên cấp bậc đó đã đưa ra những quy chuẩn. Chúng thậm chí không quan tâm nếu chúng sống hay chết. Chúng chỉ quan tâm rằng: quy tắc chúng tạo ra vẫn sống, định luật chúng tạo ra vẫn sống và tất cả những gì chúng tạo ra được truyền lại cho các thế hệ con người tiếp theo.

Kế hoạch này luôn trực chờ ở đó như một "hầm trú ẩn an toàn cho ngành công nghiệp" để những kẻ ẩn sau có thể ném nó vào bạn khi đến lúc - **khi thế giới thực sự sụp đổ với bệnh mãn tính trong 10 năm, 15 năm hay 20 năm tới.** Nếu tất cả mọi người bị bệnh trong 20 năm tới và không biết cách chữa lành, những kẻ xấu xa có thể ném loại thuốc protein đó xuống và tất cả những gì chúng phải nói là, *"Chúng tôi đã tìm ra một khám phá mới. Mọi người đang thiếu loại protein đặc biệt này".* *"Chúng tôi chính là công ty dược phẩm phù hợp. Chúng tôi thực sự tạo ra phương pháp chữa trị bằng protein này. (Mục tiêu là khiến các bạn mất tập trung vào nguyên nhân thật sự khiến các bạn bị bệnh)".*

Và mọi người sẽ xếp hàng để mua nó, bởi vì, *"Tôi biết đó là vấn đề protein mà, chết tiệt!".* *"Tôi biết mà. Ông bà cố cố cố của tôi đã nói với tôi, ông bà tôi đã nói với tôi, mọi người đã nói với tôi, bạn bè tôi đã nói với tôi, hàng xóm của tôi đã*



nói với tôi, bác sĩ của tôi đã nói với tôi, mọi người đều nói với tôi: protein. Protein của bạn đâu? Bạn bị thiếu protein". "Và tôi đã biết điều đó. Hãy đưa thuốc đó cho tôi. Làm thế nào để tôi có thể nhận được loại thuốc đó?"

Ồ, họ có đủ mọi cách để bạn có thể nhận loại thuốc protein đó. **Các ngành công nghiệp luôn nghĩ xa hơn bạn rất nhiều. Họ nghĩ xa hơn tôi rất nhiều. Nhưng họ không nghĩ xa hơn SOC (Hồn của Lòng trắc ẩn). Hồn luôn biết điều gì sẽ xảy ra và điều gì đang xảy ra. Thông Tin từ Medical Medium chưa bao giờ bị chứng minh là sai. Nó nhất quán. Nó không mâu thuẫn với chính nó.**

Chưa từng có ai nhìn thấy sự nhất quán đó trong lĩnh vực sức khỏe. Mọi tác giả về sức khỏe, mọi người, mọi thứ liên quan đến sức khỏe, đều liên tục thay đổi lời lẽ của họ. Họ không nhất quán. Họ đã mâu thuẫn với chính họ cứ sau sáu tháng. Ngay cả những bác sĩ podcast hàng đầu cũng đã mâu thuẫn với những gì họ đã làm cách đây nhiều năm so với bây giờ, so với hôm qua. Đó là trò chơi ngoài kia. Và những người này không bao giờ biết điều gì sắp tới. **Thông Tin của Medical Medium luôn nhất quán và không bao giờ mâu thuẫn với chính nó, không bao giờ bị chứng minh là sai. Cho đến nay, nó chỉ được khoa học và nghiên cứu chứng minh là đúng.** Những kẻ đó phải đánh cắp và lấy đi những thông tin này. Họ phải làm vậy khi thông tin từ Medical Medium bắt đầu lan truyền rộng rãi. Và cuối cùng họ cũng sẽ lấy đoạn clip này ở đâu đó. Họ có thể sẽ nghĩ, "*chết tiệt, anh ta đang dạy mọi người về định luật protein mà chúng ta đã lừa đảo mọi người*".

Sự tẩy não là có thật. Nhưng liệu tôi có sai? Trung Tâm Hỗ Trợ Khách Hàng vừa nói với tôi rằng có người nghĩ tôi sai về thông tin này. Họ tin chắc rằng huấn luyện viên sức khỏe của họ nói đúng về protein và đang cho họ ăn thanh protein mỗi ngày. Tôi tôn trọng điều đó. Tôi không ở đây để chỉ trích bất cứ ai về việc họ đang làm. Nếu đó là điều bạn nghĩ mình cần, tốt thôi. Cứ dùng protein của bạn.

Sự tẩy não này rất khó phá vỡ, gần như không thể phá vỡ. Rất nhiều người ngoài kia sẽ rất khó thay đổi những gì họ đã được nhồi nào đầu. Và mọi thứ sẽ chỉ tồi tệ hơn mà thôi.

Hãy nói một chút về protein, được chứ?

Protein không tiêu diệt virus gây bệnh dịch mà mọi người đã phải chịu đựng trong thời gian qua, bị nhốt trong nhà, đeo khẩu trang và mọi thứ khác. **Protein**



không ngăn chặn được loại vi khuẩn đó. Bạn có thể ăn tất cả các loại hạt, hạt giống và tất cả các nguồn protein khác nhau. Bạn có thể ăn tất cả đậu bạn muốn, tất cả các loại hạt và tất cả đậu phụ bạn muốn, tất cả gà, và bạn thậm chí có thể ăn gan bò nếu bạn muốn. Bạn có thể ăn bất cứ thứ gì bạn muốn. Mề gà, thịt cừu, bất cứ thứ gì và **Nó không ngăn chặn được bất kỳ loại mầm bệnh nào.**

Các loại bột protein cũng không ngăn chặn được vi khuẩn. Tuy nhiên, bột cỏ lúa mạch (barley grass) thì khác. Loại bột này có tất cả các vi chất dinh dưỡng và mọi thứ. Nhưng nếu đó là một loại bột protein xấu - những loại bột protein chế biến xấu mà mọi người đang dùng, bao gồm cả những loại dựa trên thực vật ngoài kia, thì nó không ngăn chặn được các mầm bệnh mà mọi người đang phải đối phó. Bột protein không ngăn chặn bệnh tăng bạch cầu mono, không ngăn chặn tất cả những cơn đau nhức do virus gây ra, không ngăn chặn Cytomegalovirus, bệnh zona, Epsibar. **Bột protein không ngăn chặn bất cứ điều gì. Nó không ngăn chặn vi khuẩn và mầm bệnh. Nó không ngăn chặn bệnh cúm. Protein làm cho bệnh cúm tồi tệ hơn.**

Bạn bị ốm vì cúm khi bạn bắt đầu ăn thịt gà. Đừng nhầm lẫn với việc bạn ăn súp gà hay khi ăn một chút nước dùng gà. Sẽ tốt hơn nếu không có gà trong món đó.

Nếu ai đó bị cúm hoặc cảm lạnh, sẽ tốt hơn nếu không có bơ hạt trong chế độ ăn. Không nên có các loại hạt trong món ăn. Và sẽ tốt hơn nếu chế độ ăn của bạn không có bất cứ thứ gì chứa đậm đặc protein. Bởi vì **protein làm chậm quá trình chữa lành.**

Có một lý do khác khiến họ tẩy não mọi người. **Bóng tối cần bạn bị ốm.** Bạn chưa nhìn thấy điều này sao? Nhưng sự thật này ở khắp mọi nơi. Họ cần bạn bị ốm. Nó ở khắp mọi nơi. Và nó thậm chí còn ở đây. Nó nằm trong định luật protein.

Bạn nghĩ rằng họ muốn bạn bị ốm để bạn phải xếp hàng tại hiệu thuốc, yêu cầu thuốc, và bác sĩ kê cho bạn thuốc. Họ cần bạn bị ốm vì điều đó, phải không? Họ cần bạn bị ốm để bạn phải đi mua dược phẩm, mua cái này mua cái kia, phải không? **Đó là lý do tại sao họ cần bạn bị ốm. Để giữ cho ngành công nghiệp tiếp tục hoạt động.**Ồ, các bạn biết điều đó rồi. Các bác sĩ biết điều đó. Mọi người đều biết điều đó rồi, phải không? Trừ khi bạn là người mới thức dậy ngày hôm qua và bạn hỏi, "Gì cơ?" Đúng vậy, chính là điều đó: **Họ cần bạn bị ốm.**



Định luật protein là một phần của việc bạn cần phải bị ốm. Và điều buồn cười là bạn nghĩ mình hoàn toàn tự nhiên (all natural). Bạn nghĩ mình tuân theo phong trào sức khỏe thay thế. Bạn nghĩ mình là toàn diện (holistic). Bạn nghĩ bác sĩ của bạn rất toàn diện. Bạn nghĩ chuyên gia châm cứu của mình rất toàn diện. Bạn nghĩ chuyên gia dinh dưỡng của mình rất toàn diện. Bạn nghĩ chuyên viên dinh dưỡng (dietician) của mình rất toàn diện. Bạn nghĩ mọi người đều rất toàn diện, bác sĩ trị liệu tự nhiên (naturopath) của bạn và mọi người khác đều rất toàn diện, bác sĩ y học chức năng của bạn rất toàn diện. Và **họ sẽ chỉ tuân ra định luật protein với bạn - thứ không toàn diện và không tự nhiên.**

Định luật protein là không phải tự nhiên (Nó là nhân tạo). Định luật protein là do các tổ chức, ngành công nghiệp nặn hình vào năm 1933. Nó đưa ta quay về với định luật "ông tổ" (grandfather law) - thứ đã được tạo ra và bịa đặt. Protein có tồn tại, nhưng định luật protein đã được tạo ra. Nó là kiến thức chính thống. Nó là luật chính thống. Nó là lý thuyết chính thống. Nó là sự bịa đặt chính thống. Nó là **chính thống**, có nghĩa rằng **nó không phải là thay thế (alternative).** Nó không phải là hoàn toàn tự nhiên. Nó đi ngược lại những gì bạn tin tưởng.

Bạn biết điều gì buồn cười ở đây là gì không? **Những gì bạn tin vào, dù là tâm linh, tự nhiên hay tất cả những thứ đó thì đều không phải là sự thật.** Một người bạn của tôi nói với tôi rằng anh ấy đã đến một buổi chữa lành tâm linh (spiritual retreat). Anh ấy là một bác sĩ. Anh ấy đến một buổi chữa lành tâm linh. Mọi người đang ngồi quanh đồng lửa trại. Vào cuối ngày, họ đã tập yoga. Anh ấy nói họ đã tập yoga và họ đang làm một số bài tập thở. Anh ấy nói điều đó thật vui, thật tuyệt vời.

Nhưng sau đó, một người đã lên cơn hoảng loạn (anxiety attack) vì họ có một số vấn đề sức khỏe. Vì vậy, khi đang tập thở, người này đã lên cơn hoảng loạn và mọi người phải gọi dịch vụ cấp cứu để đưa người đó đến bệnh viện. Tôi nghe điều đó suốt. Bài tập thở là dành cho những người không thực sự bị ốm, không có tất cả các vấn đề thần kinh. Nhưng người lên cơn đó hoàn toàn thở gấp và ngã quỵ và họ phải về nhà. Đó là lý do tại sao tôi không khuyến nghị bài tập thở. Bởi vì, **đối với người bệnh mãn tính, các bài tập thở chỉ làm trầm trọng thêm tất cả các dây thần kinh phế vị (vagus nerves).**

Dù sao, kệ đi, anh ấy nói bài tập thở thật tuyệt vời. Anh ấy nói yoga thật tuyệt vời. Anh ấy nói mọi người cũng kể chuyện, chia sẻ một chút về hành trình của nhau, về một câu chuyện về điều gì đó thực sự. Họ đang có một khoảng thời gian tâm linh thực sự. Họ nói về chiêm tinh học.



Và sau đó là **thời gian ăn uống tại buổi chữa lành tâm linh**. Thời gian để ăn uống và chuyện tiếp theo là: Protein của bạn đâu? Protein của bạn đâu? Và người bạn của tôi đã nghĩ: *"Ôi Chúa ơi, đây là cái quái gì vậy?"*. Mọi người, người ăn thuần chay, người ăn chay, những người ăn kiêng keto, mọi thứ, họ đều ở buổi chữa lành và họ đều phát cuồng về protein của họ. Mỗi người trong số họ đều nói chuyện về protein. "Tôi cần protein. Tôi cần cái này. Đây là lý do tôi bị ốm. Đó là vì protein".

Đó là sự tẩy não protein trong suốt cuộc đời. Trong khi đó, những người đó được cho là những người hoàn toàn tự nhiên, hoàn toàn tâm linh, những người được cho là đã giác ngộ. Và anh ấy nói **họ thực sự bị tẩy não một cách sâu sắc, thật không thể tin được.**

Vậy làm thế nào để loại bỏ điều đó? Làm thế nào để nó thoát ra? Tôi cá là rất nhiều bạn xem video này trong tương lai sẽ nghĩ, *"Điều đó là không thể. Bạn cần protein"*. Vậy làm thế nào để loại bỏ sự tẩy não đó? Làm thế nào? Hay là cắt bỏ một nửa bộ não? Nó sẽ diễn ra như thế nào? Làm thế nào bạn có thể loại bỏ điều đó? Thật không dễ. Đó là những gì sự điều kiện hóa và tẩy não gây ra. Ngay cả sau video và cuộc nói chuyện khi chúng ta đang phát trực tiếp những thông tin này, một số bạn sẽ vẫn nghĩ, "Hả? Gì cơ? Sau này? Protein xấu? Không, tất nhiên tôi cần protein".

Cơ bắp được xây dựng bằng carbohydrate, muối khoáng. Đó là nền tảng cơ bản để cơ bắp có thể phát triển. Vì thế mà khi người ta bị ốm, họ thường được khuyên ăn nhiều protein — bởi khi nằm liệt giường, yếu ớt hoặc không thể hoạt động, cơ thể họ bị teo tóp lại, và mọi người cứ nói rằng "phải tăng cân, phải ăn nhiều protein." Nhưng điều mà không ai nhận ra là: càng ép người bệnh ăn nhiều protein, họ lại càng gầy đi, tình trạng càng tệ hơn — trừ khi đó là một người khỏe mạnh vốn dĩ muốn giảm cân.

Tôi có một người bạn là huấn luyện viên thể hình. Một người bạn khác của tôi cũng nổi tiếng lắm. Tôi có nhiều người bạn thể hình nổi tiếng, từng rất nổi tiếng cách đây khoảng 40 năm. Giờ họ đều đã lớn tuổi rồi. Người bạn này thường hỏi tôi: "Tập cardio sao rồi? Đạp xe sao rồi?" Anh ấy biết tôi thích đi xe đạp, thích chạy bộ.

Anh ấy nói: *"Ngày xưa, khi tôi còn tập thể hình, tôi cũng không thể chạy xa được như vậy, vì nó khác. Khi tập thể hình, cậu đang cố tình tăng khối lượng cơ mà, hiểu chứ?"*

Tôi nói: *"Sau cuốn Medical Medium cuối cùng của tôi, có lẽ tôi sẽ tập tạt vài tiếng mỗi ngày. Nhưng tôi không có thời gian."*



Anh ấy nói: “Không cần đâu, đừng lo. Cậu đã đạp xe 10 dặm rồi, tim mạch tốt rồi. Cậu muốn chạy 10 dặm lúc nào thì chạy. Cứ làm những gì cậu thích. Thế là đủ rồi vì điều đó mới là quan trọng.” Và anh ấy đúng.

Nếu muốn phát triển cơ bắp, anh ấy cũng từng nói với tôi thế này: “Cậu đúng đấy, AW. **Mỗi lần tôi cố ăn nhiều protein hơn, tôi lại bị mất cơ. Nhưng khi tôi nạp thêm chút tinh bột, cơ tôi lại to ra. Tôi không hiểu nổi lúc đó. Nhưng giờ thì tôi đã hiểu vì sao rồi.**”

Đó là lý do tôi nói với những người bị bệnh mạn tính, những người bị ốm, thật sự ốm và không thể tập thể dục, không thể xây dựng cơ bắp, không thể đến phòng tập gym, không thể tập luyện bất kỳ loại bài tập nào, không thể chạy hay đạp xe. Họ bị ốm. Họ nằm liệt giường. Tôi luôn nói với những người này rằng, **"Vấn đề không phải là về protein mà là về carbohydrate"**. Bởi vì **carbohydrate và các khoáng chất vi lượng (mineral salts)** chính là thứ giúp **giữ cho cơ bắp kết dính và ổn định**. Nếu bạn không thể vận động, bạn vẫn không muốn cơ mình bị teo đi quá nhiều. Thế nên, bạn phải đảm bảo rằng mình đang nạp đủ **carbohydrate, glucose và muối khoáng vi lượng** — chính chúng mới là thứ **duy trì cơ bắp cho người bệnh**, giúp họ không bị hao mòn dần.

Còn những người tập thể hình thì **phải nạp carbohydrate và “tăng bulk” (tăng khối)** để cơ phát triển. Khi một người tập thể hình **chuyển sang chế độ keto nghiêm ngặt**, không nạp đủ tinh bột, thì **cơ bắp của họ sẽ mất dần**. Bởi vậy, dân thể hình mới có khái niệm **“bulking” và “cutting.”** **Bulking** nghĩa là họ **nạp đủ các loại tinh bột** cùng với **chất béo**. Kết quả là cơ thể họ to lên, có thêm một lớp mỡ bên ngoài trong khi cơ bắp cũng phát triển. Rồi đến lúc họ nhận ra mình **tăng mỡ quá nhiều**, dù cơ đã to hơn, thì lại **bắt đầu “cutting”** — tức là cắt giảm lượng carbohydrate.

Thực tế là họ cắt giảm tất cả, **giảm toàn bộ lượng calo, giảm lượng thực phẩm** tiêu thụ để giảm cân nhưng vẫn cố giữ cơ bắp. Thế rồi, họ lại **bắt đầu mất cơ**. Và thế là lại quay lại bulking – rồi lại cutting. **Đây là vòng lặp mà dân thể hình làm. Cứ tăng rồi giảm.** Họ phải nạp **cùng lúc cả tinh bột và chất béo** để tăng khối cơ, vì họ **không chịu bỏ chất béo ra khỏi chế độ ăn**. Thế là họ cứ tiếp tục **bulk**, rồi lại **cut**, lặp đi lặp lại. Nhưng thực tế, **cơ bắp không thể được duy trì nếu không có đường (glucose) đi vào nuôi dưỡng chúng**.

Trong khi đó, nếu người tập thể hình **nạp đủ carbohydrate**, họ có thể **phát triển cơ to hơn, khỏe hơn, và nhiều hơn nữa**. Thế nhưng cái “định luật protein” – hay niềm tin mù quáng vào protein – lại **bị bóp méo đến mức kỳ**



quốc. Đến nỗi ngay cả **những người ăn thuần chay nổi tiếng nhất**, hay những chuyên gia dinh dưỡng, nhà làm phim tài liệu về ăn chay, v.v... — **vẫn chỉ nói mãi về “protein, protein, protein.”**

Mọi người bị tẩy não đến mức **điên rồ**. Đây thực sự là **trò lừa đảo lớn nhất** từng được thực hiện, hoặc thực sự là một trong những trò lừa lớn nhất từng được thực hiện đối với người dân trên thế giới. Và nó đã **thành công ăn sâu bám rễ vào ý thức** của mọi người.

Tôi có thể phá vỡ định luật protein ngoài kia không? Không. Không đời nào. Tôi có thể nói về điều này ngày này qua ngày khác. Tôi có thể viết một cuốn sách về nó. Tôi có thể viết một cuốn sách Medical Medium Protein. Tôi có thể đi đến cùng sự thật này nhưng tôi không nghĩ bạn có thể thay đổi hoàn toàn sự tẩy não này. **Nó đã kéo dài một trăm năm. Một trăm năm tẩy não.**

Những kẻ đó đưa nó vào hệ thống trường học. Khi còn nhỏ, bạn được dạy về protein. Thật kỳ lạ. Họ đưa nó vào mọi hệ thống, về protein. Một người bạn của tôi đã vật lộn với chứng nghiện ma túy. **Anh ấy đến một trung tâm cai nghiện và tất cả những gì họ nói là về protein.** Họ nói rằng anh ấy **bị nghiện ma túy là vì không ăn đủ protein.**

Tôi biết có nhiều người — họ có người thân đang nằm hấp hối trong bệnh viện — và bác sĩ thì ngồi đó, nói rằng nguyên nhân là vì họ **không nạp đủ protein.** Tình huống này thật giống như một phiên bản khác của bộ phim **“Invasion of the Body Snatchers”** (Cuộc xâm lăng của người nhân bản) — cứ lặp lại mãi như thế.

Thứ mà cơ thể **thực sự cần** lại là **các hợp chất thực vật (phytochemical compounds), chất chống oxy hóa (antioxidants), muối khoáng vi lượng, muối khoáng đa lượng, chất khoáng đa lượng, khoáng chất vi lượng, glucose, chất điện giải (electrolytes), enzyme, anthocyanins, và nhiều, nhiều hơn nữa.** Đó mới là những yếu tố cốt lõi giúp con người tồn tại, vận động, vui chơi, tư duy và làm việc. Nhưng trớ trêu thay, những yếu tố này **lại bị bỏ qua.** Thay vào đó, người ta **chỉ ném vào bạn cái nhãn “protein”** — lúc nào cũng chỉ “protein, protein.”

Tôi biết, ai cũng thích **súp gà** khi bị ốm. Và điều đó... cũng không sao cả. Khi bạn bị ốm, nếu muốn ăn súp gà — cứ ăn đi. Không vấn đề gì. Nhưng sự thật là: **khi bạn bệnh, protein và chất béo không phải là lựa chọn tốt nhất. Điều này cũng đúng với những người ăn thực vật (plant-based).** Nếu bạn nấu súp với **dầu dừa, hay bột hạt, bơ hạt, dầu thực vật, hoặc thậm chí là đậu**



phụ, đậu nành — và nghĩ rằng “mình đang nạp protein đây,” thì thực ra, **khi bị bệnh, những thứ đó không phải là câu trả lời.**

Và lý do khiến bạn **cảm thấy khá hơn một chút sau khi ăn súp** không phải vì có protein hay chất béo gì trong đó cả. Mà đơn giản là vì bạn đang ăn súp — tức là bạn **đã cắt giảm lượng thức ăn nặng nề khác**. Đó là lý do tại sao bạn uống súp. À vâng, ngày hôm nay, tôi không thể ăn chiếc pizza mà tôi thường ăn, không thể ăn món mac and cheese, không thể ăn kem, không thể ăn bánh sô cô la. Vì vậy, tôi sẽ chỉ ăn súp gà và nhấm nháp nước dùng vì tôi buồn nôn. Tôi bị ốm. Tôi bị nghẹt mũi. Tôi sẽ không cảm thấy khỏe.

Đó là lý do tại sao bạn bắt đầu khỏe hơn một chút, bởi vì bạn đã giảm tất cả lượng calo của mình. Tôi không ăn chiếc bánh mì kẹp thịt phô mai xông khói tại nhà hàng thức ăn nhanh nữa. Vì vậy, tôi chỉ nên ăn một chút súp gà của dì tôi và nhấm nháp nó. Điều tương tự cũng xảy ra với người thuần chay khi họ thực sự bị ốm. Bạn đột nhiên không thể ăn quá nhiều, và sau đó bạn sẽ không ăn hai quả bơ và bánh mì nướng bơ của mình khi bạn thực sự bị ốm. Bạn thực sự sẽ chỉ nhấm nháp một ít trà thảo mộc hoặc thứ gì đó, hoặc uống nước dùng. Đó là lý do tại sao bất kỳ ai cũng nhận được lợi ích, bởi vì: **Họ giảm tất cả lượng calo thông thường khi họ bị ốm, bị cảm.** Không ai nạp cả đồng thức ăn khi họ đang không ở trạng thái bình thường, dù đó là trạng thái gì như bị bệnh hoặc các tình huống khác.

Điểm chính yếu là — khi nói đến việc chữa lành, một trong những **sự phá hoại lớn nhất trong thế giới chữa lành** — đến từ **ngành công nghiệp** — chính là **huyền thoại tẩy não về “protein”**. Đó chính là sự phá hoại. Hãy cảnh giác. Nó ở ngay đây này — **trong đầu ta, trong niềm tin tập thể**, và thật sự, **gần như không thể gỡ bỏ nó ra.**

Liệu bạn có thể là người gỡ bỏ được nó không? Liệu bạn có thể thoát khỏi niềm tin đó không? Bởi vì niềm tin ấy đã được gieo vào từ rất sớm, rất sâu. Và có lẽ, tôi cũng không nên quá bận tâm hay lo lắng về điều đó. Kiểu như — “thôi, kệ đi, ai quan tâm chứ.” Nhưng rồi... những kẻ đó sẽ tiếp tục dùng lại các thông tin này. Và thực ra họ đã dùng nó rồi. Đúng thế — họ đã và đang dùng nó. Thế nên, tôi không biết nữa. Nó giống như một thử thách vậy.

Tôi từng nói chuyện với một bác sĩ quen, vào năm ngoái. Chúng tôi bàn rất lâu về vấn đề protein này. Tôi phải ngồi đó hàng giờ liền, cố gắng giúp anh ấy hiểu ra. Và anh ấy nói: “Thật khó để gỡ bỏ niềm tin đó khỏi đầu.” Anh ấy cứ hỏi tiếp: “Hỏi thêm một câu, rồi thêm một câu nữa, rồi lại thêm nữa, và thêm nữa...” Và cuối cùng, anh ấy nhận ra một điều: Không có bất kỳ bằng chứng khoa học nào



cho thấy protein mà bạn ăn trong thực phẩm — thực sự rời khỏi đường ruột, đi đến một cơ quan nào đó, rồi sửa chữa, tái tạo hay chữa lành thứ gì trong cơ thể.

Điều khiến anh ấy bực mình — sau nhiều giờ trò chuyện, là khi anh ấy nhận ra rõ ràng: **Không có bất cứ nghiên cứu hay bằng chứng cụ thể nào ở bất kỳ cấp độ khoa học nào, chứng minh rằng protein từ thức ăn — khi bạn ăn vào, nuốt xuống dạ dày — thực sự biến thành thứ gì đó hữu ích hay làm được điều gì cụ thể trong cơ thể, dù là chữa lành hay tái tạo bất cứ thứ gì đi nữa.** Anh ấy nói: **“Không có bằng chứng nào cả.”** Bởi vì đó chính là điều xảy ra — anh ấy tìm mãi, tìm mãi, rồi nói chuyện với một người bạn là nhà khoa học. Sau đó, anh ấy lại trao đổi với một chuyên gia khác mà anh ấy quen.

Anh ấy làm việc trong **một trung tâm y khoa lớn**, nên anh ấy cũng hỏi **tất cả các bác sĩ ở đó**. Và họ đều nói: **“Tôi cũng không biết nữa.” Không ai trong số họ tìm được một nghiên cứu nào** chứng minh rằng **protein thực sự đi vào cơ thể rồi làm được điều gì cụ thể cả.** Và lúc đó, anh ấy nói: **“Tôi đã bị lừa rồi.”** Chính lúc đó, tất cả những gì tôi từng chia sẻ với anh ấy — bỗng trở nên có ý nghĩa hơn bao giờ hết.

Còn với bạn thì sao — tôi không biết cần điều gì để bạn nhận ra điều đó. Với anh ấy, phải qua nhiều giờ thảo luận mới đến được bước đó. Còn bạn thì có thể chỉ cần nói rằng: **“Anh nói đúng. Mọi người đều ăn protein, nhưng ai cũng bệnh.”** Có lẽ, chỉ vậy là đủ rồi.

Dù sao đi nữa, tôi thật sự rất vui khi được trò chuyện cùng các bạn hôm nay. Yêu quý các bạn rất nhiều, và hy vọng sẽ gặp lại sớm.

Có rất nhiều phần trong buổi nói chuyện này mà tôi rất thích, và một trong những phần tôi yêu thích nhất là điều này: **Protein không ngăn được virus. Nó không ngăn được zona thần kinh (shingles), Epstein-Barr, cúm, COVID, RSV, Herpes simplex 1 và 2. Protein không thể chặn được mầm bệnh. Nó không thể ngăn ai đó bị viêm họng do liên cầu khuẩn. Nhưng kẽm (zinc) — một loại khoáng chất — lại có thể. Protein không thể ngăn ai đó bị cơn hoảng loạn (panic attack), nhưng vitamin B12 lại có thể ngăn được các cơn hoảng loạn trong tương lai.**

Một phần khác mà tôi cũng rất thích là **protein không tạo nên cơ bắp.** Đó là lý do vì sao nếu ai đó ăn keto thật sự, chỉ ăn toàn protein và chất béo, thì họ sẽ mất cơ. Cơ thể bắt đầu teo lại, không thể xây dựng khối cơ mà họ mong muốn. Và đó chính là lý do phong trào ăn thịt (carnivore) sau này phải bổ sung đường trở lại, rất nhiều đường, bao gồm mật ong và trái cây. Vì họ nhận ra rằng, dù



họ có tập luyện hằng ngày trong phòng gym nhiều giờ, họ vẫn không thấy kết quả khi chỉ ăn thịt, thứ mà họ tưởng là protein tinh khiết. Họ cần carbohydrate, cần đường tự nhiên để xây dựng, duy trì và bảo vệ cơ bắp.

Một điều khác khiến tôi xúc động mỗi lần nghĩ đến là những người bệnh nằm trong bệnh viện, họ được nạp rất nhiều protein. **Cả đời họ đã ăn đầy đủ protein. Vậy mà họ vẫn chết vì đủ loại bệnh, kể cả ung thư.** Và điều đó thật đáng suy ngẫm. Bởi vì protein rõ ràng chẳng có vai trò gì trong việc ngăn ngừa hay chặn đứng ung thư cả. Thế nhưng, khi ai đó bị ung thư, người ta lại bảo họ ăn thật nhiều protein, càng nhiều càng tốt.

Điều mà mọi người cần hiểu là: Những ngành công nghiệp lừa dối luôn đi trước một bước. Họ luôn dẫn đầu trò chơi, và họ đã sắp đặt mọi thứ từ rất, rất lâu rồi. Sự tấy náo về protein đã bắt đầu hơn một trăm năm trước, và từ đó, nó được truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác.

Vì vậy, hãy giữ tỉnh táo, và hãy tự bảo vệ mình

Bảo vệ thông tin của Medical Medium

Thông tin gốc của Medical Medium được công bố bị đánh cắp và chiếm đoạt (stolen and poached) bởi các bác sĩ podcast, bác sĩ truyền thông xã hội, những người có ảnh hưởng và các phòng khám y tế. Thông tin của Medical Medium chưa bao giờ bị khoa học y tế và nghiên cứu chứng minh là sai. Thay vào đó là điều ngược lại, chỉ được chứng minh là đúng và sau đó bị lấy từ tài liệu đã xuất bản của Medical Medium và được sử dụng trong cộng đồng sức khỏe thông thường và thay thế.

Thông tin của Medical Medium liên tục đặt nền tảng cho khoa học y tế hiểu rõ hơn về bệnh mãn tính. Nếu bạn chọn chia sẻ hoặc sử dụng nội dung độc đáo gốc từ Podcast, sách hoặc truyền thông xã hội của Medical Medium, vui lòng trích dẫn (cite) thông tin này đến từ đâu, để những người khác nhìn thấy và biết về thông tin này có cơ hội biết nguồn gốc của nó, để họ cơ hội chữa lành, để họ không bị mất nhiều năm cuộc đời để tìm kiếm câu trả lời như rất nhiều người đã từng.

Thông tin Medical Medium ở đây trên podcast này không đến từ khoa học bị phá vỡ (broken science), các nhóm lợi ích, tài trợ y tế có điều kiện, nghiên cứu bị sai sót, những người vận động hành lang, các khoản lót tay nội bộ, hệ thống niềm tin bị thuyết phục, các hội đồng tư nhân của những người có ảnh hưởng,



các khoản trả tiền trong lĩnh vực sức khỏe, những cái bẫy hợp thời, hoặc những mẫu vận và sự nhầm lẫn mảnh khéo được thu thập.

Bởi vì bệnh mãn tính đang bùng nổ hơn bao giờ hết trong lịch sử hiện đại của chúng ta, cần một lực lượng lớn hơn chúng ta ở đây. Cần một bàn tay giúp đỡ từ trên cao.

Thông tin Medical Medium có uy tín (street cred). Đó là một phong trào hữu cơ của vô số người trên khắp thế giới đang chữa lành. Nhiều câu chuyện chữa lành hơn về những người thực tế không được trả tiền để kể những trải nghiệm thay đổi cuộc đời của họ về việc vượt lên từ tro tàn của bệnh tật và bước vào ánh sáng của sự phục hồi hoàn toàn. Lấy lại cuộc sống của họ và cuối cùng là chữa lành khi không có gì khác trong thế giới sức khỏe có thể thay đổi được kim và giúp họ tốt hơn.

Thông tin trên podcast này không phải do con người tạo ra. Nó đến từ trên cao, từ một nguồn cao hơn. Bất kể bạn tin vào điều gì, dù là Đức Chúa Trời, vũ trụ, ánh sáng, hay đáng tạo hóa, hoặc nếu bạn không tin vào điều gì cả, rằng chúng ta chỉ đang trôi nổi trong không gian cùng nhau trên tảng đá này.

Hãy biết rằng thông tin bạn nghe trên podcast này hoàn toàn tách biệt khỏi tất cả những tiếng ồn lẫn lộn khác ngoài kia.

Nó đến từ một nơi khác, một nguồn cao hơn, cấp tiến, thuần khiết, không bị can thiệp, sạch sẽ, không bị hỏng hóc, nguyên bản, nguồn sơ cấp, một nguồn cao hơn,

Hồn của lòng trắc ẩn.