

# LA ELECCIÓN ES CLARA

El sorprendente descubrimiento que te voy a revelar empezó hace unos 40 años. ¿Por qué no sentí su impacto entonces? Nunca lo sabré. Hace apenas pocos meses que la verdad me fue revelada espontáneamente, en su totalidad. Al principio me fue difícil comprenderla, pero poco a poco, las pruebas evidentes comenzaron a acumularse; hasta que vi todas las cosas en conjunto. *La elección es clara.*

## **¿Hay Una Sola Causa Posible Para Todas Las Enfermedades Que Contribuyen A Envejecernos?**

¡Imagínese usted que haya una causa común para todas las enfermedades! Puede ser que la artritis, las piedras de los riñones, las piedras en la vesícula, arteriosclerosis (endurecimiento de las arterias), agrandamiento del corazón, enfisema, obesidad, estreñimiento, cataratas, glaucoma, diabetes, y otras afecciones más vengan todas de una sola causa común. ¡Parece increíble, pero es verdaderamente posible!

## **¿Puede Ser Esto Verdad?**

Todos la usamos diariamente, desde el primer grito del niño, hasta el último aliento del hombre, ¡Agua! El único elemento que usted necesita más, y el que menos sospecharía ser el responsable de muchas anomalías. Si esto le admira, no se sorprenda mucho, ya que millones de americanos todavía no se han dado cuenta de "este proceso de envejecimiento"; y consumen el agua sin limitaciones y sin examinarla adecuadamente. Las multitudes sufren de todas las enfermedades ya mencionadas y (sin saberlo) contribuyen a causarlas diariamente. De algún modo las inyecciones, las píldoras, las vitaminas y las dietas balanceadas, crean solamente momentos de bienestar. La artritis se puede empeorar un poco; las arterias se pueden endurecer un poquito más, las piedras de la vesícula y de los riñones pueden agrandarse aún más; los ojos comienzan a apagarse otro poquito, la facultad de oír se hace más compleja; comienza a aparecer azúcar en la orina; la digestión comienza a dilatarse otro poquito, más . . . y más; el estreñimiento necesita laxantes más fuertes y la línea de la cintura se va expandiendo; es un círculo vicioso que nunca termina; síntomas un poquito peores hoy, que el día de ayer.

## **Hay Esperanza Más Adelante**

Déjame alegrarte un poco, tengo "buenas noticias" que darte; días más felices se acercan para ti mientras avanzamos más y más en los años noventa. Tus coyunturas pueden empezar a ser más elásticas, la presión de la sangre se te puede normalizar, el movimiento de tu corazón se puede hacer más firme y más potente; tus pulmones pueden volver a expandirse con aire más fresco, las piedras de tus riñones se pueden disolver sin volver a aparecer más, y esos molestos dolores de estómago, de alguna manera desaparecerán para siempre.

## **El Doctor Landone, Y El Capitán Diamond Lo Comprobaron**

Déjame citarte también algunas cosas autenticadas de algunos casos históricos. Voy a referirte (específicamente) dos casos históricos verificados, para probarte solamente que estas cosas han sucedido ya en la vida de dos individuos famosos. Uno de ellos fue un asociado nuestro que lleva por nombre Dr. Brown Landone; quien vivió vigorosamente hasta la fantástica edad de 98 años. Su paciente el Capitán Diamond vivió vigorosamente hasta la edad de 120 años. El Dr. Landone tuvo una afección del corazón a la edad de 17 años. Esto hubiera traslucido hoy en una candidatura para un trasplante de corazón, u otra cirugía peligrosa. Su doctor le asignó tres meses de vida a lo sumo. Las válvulas y compartimientos de su corazón estaban forrados de depósitos de minerales, muy semejantes al depósito que quedaba en la vasija de hacer el té de su mamá. El Dr. Landone se había propuesto vivir un poco más. Después de diseñarse un tratamiento especial (volveré a los detalles luego) a los dos años volvió a hacerse un examen del corazón. El doctor le pronunció un diagnóstico *perfecto*. Todo fragante, y con mucha vida, el Doctor Landone se matriculó en una universidad, y llegó a recibir el título de Doctor en Neurología. Ejerció la profesión 50 años, y luego dedicó su talento a la escritura. El promedio de su trabajo diario era entre dieciocho veinte horas. ¡A la edad de 98 años podríamos confundirlo con un hombre de cincuenta!

## **La Edad Sorprendente Del Capitan Diamond**

Durante sus años de práctica, el Dr. Landone conoció al Capitán Diamond; quien a la edad de setenta años ya no podía levantarse de la cama, plagado de artritis y endurecimiento de las arterias.

El Dr. Landone le sugirió que siguiera el tratamiento que él se había diseñado. Cinco años después el capitán Diamond enseñaba clases de cultura física; y a la edad de 103 años caminó desde Sacramento hasta New York. A la edad de 110 años bailó toda una noche con una jovencita de dieciséis abriles. El Capitán Diamond murió a la fantástica edad de 120 años.

### **El Secreto De La Longevidad**

"*Agua*", éste será el tema de lo que voy a escribir, desde la primera página, hasta la última. Trataré también de demostrarte cosas factibles del agua, que te dejarán sorprendido, y de ahora en adelante, hasta el último día que respires, recordarás las cosas escritas en éstas páginas.

### **Todas Las Aguas No Son Iguales**

Hay por lo menos nueve clases diferentes de agua. Algunas pueden endurecer las arterias, formar piedras en los riñones, causar senilidad, y todas las otras enfermedades ya mencionadas. Otras clases de agua pueden trabajar a la inversa. Un tipo de agua corre dentro del sistema, otro tipo sale del mismo. Déjame clasificar éstas nueve diferentes clases de agua: *Agua dura, agua cruda, agua hervida, agua blanda, agua de lluvia, agua de nieve, agua-filtrada, agua desionizada, y agua destilada*. Éstas son clases diferentes, pero recuerda esto, solamente una de estas nueve es buena para ti. Te las describiré brevemente ahora.

*Agua dura*, ésta contiene sales calizas en exceso, sodio, que son carbonatos y sulfatos de calcio y magnesio; sodio, hierro, cobre, silicio, nitratos, cloruros, virus y bacterias, químicas y otras cosas más como minerales inorgánicos y otras sustancias químicas nocivas. Casi toda el agua que tomamos proviene de sistemas públicos, o de pozos privados. Éstas son aguas duras. Toda clase de agua que corre a través, o encima de la tierra, es agua dura, hasta cierto grado. Mientras más tiempo pasa filtrándose en el terreno, más dura se vuelve, y puede ser más nociva para usted.

Algunas ciudades usan el agua de ríos y lagos, o reservas de montañas. Ellos la llaman agua blanda; pero el agua blanda de esas fuentes, solamente lo es si se compara con agua que es más dura.

Recuerdo que cada año los ríos de la tierra llevan al mar cinco mil millones de toneladas de minerales disueltos; y otros millones de toneladas de compuestos de carbonos de los contaminantes de

las fabricas. "La vida del océano está disminuyendo", así opinó Jaques Cousteau.

### **Un Tipo De Agua Falsa**

Tenemos también las aguas duras que llamamos "aguas minerales", que vienen de ciertos manantiales y son conocidas por sus efectos medicinales. Prácticamente todas las aguas "embotelladas" son aguas duras.

La razón de que el agua mineral tenga un efecto llamado medicinal es por el contenido de sus minerales excesivos que el cuerpo trata de expulsar cuando lo invaden como cuerpos extraños. En realidad, es una forma de desinteria que ocurre cuando el organismo trata de eliminar, y desarraigar esta condición poco usual. Subsistir en este tipo de agua, puede ser en detrimento de la salud.

*Agua cruda* es aquella que no ha sido tratada en ninguna forma. Puede ser dura o blanda, tan dura como el agua caliza, o tan blanda como el agua de lluvia. El agua cruda contiene millones de virus y bacterias y esta densamente poblada en cada gota. Las sustancias químicas desechadas en nuestros ríos pueden causar cáncer; así opina la "Agencia de Protección del Medio Ambiente".

Es verdad que el agua debidamente clorada mata casi todos los gérmenes y virus; pero también mata las células de nuestro cuerpo del mismo modo. La única forma segura (individualmente) es destilar el agua, la destilación elimina ambas cosas: el cloro, y los organismos patógenos.

### **El Agua Hervida No Es La Respuesta**

El Agua hervida es recomendada por algunas autoridades de la salud. Hirviendo el agua no eliminamos los minerales *inorgánicos*; aunque sí se matan las bacterias cuando hervimos el agua unos veinte minutos.

Pero los cadáveres de éstos gérmenes son acarreados dentro del organismo cuando usamos el agua hervida. Éstos cuerpos muertos forman un terreno de fermentación rápida e invitan a la propagación abundante de gérmenes que ya están dentro del organismo. Al tomar agua hervida podríamos evitar enfermedades de gérmenes vivos; pero aún estamos tomando terreno bacteriano que ayuda a otros gérmenes a crecer.

Mientras el *agua cruda* es un acuario lleno de microorganismos mortíferos, el *agua hervida* es el cementerio de gérmenes muertos.

## **La Impureza Del Agua De Lluvia**

El agua de lluvia, que ha sido destilada por el calor del sol, no debería contener materia mineral ni gérmenes; pero mientras atraviesa las nubes, pasa por aire lleno de bacterias, polvo, humo, sustancias químicas, lodo, y minerales. Cuando llega a la tierra, está muy saturada de materias putrefactas, sucia, y con sustancias químicas que con el calor, se tornan blanco-amarillentas.

Si el agua de lluvia se deja reposar, se convierte en agua sucia, porque la materia animal está presente. Trato el tema solamente porque algunos "naturalistas noveleros" son tan ignorantes del asunto, que recomiendan usarla, basándose en que es agua "natural".

## **La Nieve No Es Limpia**

Agua de nieve es nieve derretida. Ésta también recoge minerales, químicas, y radiactividad, que cae luego en forma de estroncio 90. La nieve es agua de lluvia congelada. La congelación no destruye bacterias. La nieve parece blanca y limpia; pero contiene muchos gérmenes, minerales, y contaminantes; lo mismo que el agua de lluvia. ¿Recuerda la mugre que quedó, al derretirse la nieve en la Primavera? ¡Cómo se ve la mugre arriba de la nieve que se ha derretido comparada con la que no se ha derretido! Tratemos de derretir un poco de nieve de la que está más limpia; notemos ahora la suciedad que se ve en ésta agua. Cada copo de nieve contiene alguna contaminación que recoge del aire.

## **El Agua Filtrada Puede Ser Peligrosa**

Agua filtrada es la que ha pasado por un colador o pasador muy fino, carbón activado, u otra clase de barrera mecánica. El uso de agua filtrada es todavía bastante popular. Algunas personas piensan que el agua pasada por un filtro es agua purificada. Están en la creencia de que el filtro impide que los muchos desperdicios, y los gérmenes que causan enfermedades, pasen a través del filtro. Por un lado es verdad que el cloro y otras sustancias suspendidas y muchas otras químicas sintéticas, se eliminan al filtrar el agua. Sin embargo no hay filtro alguno que se haya fabricado que pueda impedir que las bacterias y los virus pasen por el material de que están hechos. Cada poro del filtro más fino que se haya inventado, aun los que contienen plata, es bastante ancho para que pasen millones de gérmenes.

Además, en el fondo del filtro se acumula materia descompuesta. Esto crea una situación propicia para que se multipliquen las bacterias aún más. Después que usamos el filtro algunos días, el agua que filtramos contiene más gérmenes que la que pasa de nuevo por el filtro. Las bacterias se multiplican por millones con la mugre acumulada en la base de algunos filtros, y pasan con el agua que filtramos, de acuerdo con el Doctor Brown Landome.

### **Agua Desionizada Puede Causar Infecciones Virulentas**

El agua procesada por el método de desionización elimina los minerales muy efectivamente; la podemos comparar con el agua destilada, en cierto sentido. Sin embargo se convierte en terreno de multiplicación de bacterias y materias piretogénicas, y otros virus. La falla de este sistema está en la capa de resinas que se acumula, que puede convertirse en terreno notorio de multiplicación de bacterias. No sería, pues, muy inteligente de nuestra parte dejar así el agua que tomamos.

Además, la desionización del agua no elimina minerales sintéticos tales como: herbicidas, pesticidas, insecticidas, y otros disolventes industriales.

### **¡Agua Destilada, El Milagro De Todas Las Aguas!**

Agua destilada es la que se ha convertido en vapor, dejando atrás virtualmente todas sus impurezas. Luego, al condensarse, se convierte en agua "pura". La destilación es el único método, y el más efectivo, para la purificación del agua. Es el agua que Dios ha dado a la raza humana.

La destilación es obra de la naturaleza. Los cambios de tiempos en los hemisferios son creados en el trópico, donde la mitad del calor que alcanza al globo, cae en tierra convertido en grandes masas de agua. Allí la energía del calor es reservada dentro del vapor de agua, a través del proceso de la evaporación: la gran destilería de la naturaleza. Cuando el chorro de las corrientes del océano vuelve el agua a las áreas de tierra adentro, éstas corren sin sales marinas, ni minerales; todo ha quedado atrás.

Hoy en día se oye hablar de osmósis reversible. En este proceso el agua se purifica forzando una porción de agua cruda a través de una membrana semi-permeable. La osmósis reversible elimina un alto porcentaje de sólidos disueltos, así como también otros contaminantes; y cuando es nuevo el proceso, el resultado se asemeja a la pureza del agua destilada. El grado de pureza varía

ampliamente en cada caso; dependiendo de los tipos y de la condición del equipo usado. Mucho tiene que ver también con el filtro que se usa; y la efectividad disminuye con el uso que se le dé, ¡a veces drásticamente!

### **Planta Natural De Destilación De La Naturaleza**

El agua destilada se vuelve vapor, y luego a través de la condensación, se convierte de nuevo en agua pura. El vapor que sube no puede acarrear minerales y otros sólidos disueltos, tampoco acarrea gérmenes de enfermedades: ni muertos ni vivos. ¡El secreto es que el vapor sube entre todas las partículas suspendidas! y también entre las sustancias químicas que están presentes en el aire. Cuando ocurre la condensación esta agua recoge los contaminantes del aire. No ocurre así en el agua destilada ventilada, donde casi todas las impurezas son eliminadas.

Si el agua pura destilada se hierve en una tetera, no se acumularán calcio o minerales en el interior, aunque usted use el mismo recipiente diez años.

### **El Secreto Más Grande Del Mundo**

El agua destilada es, pues, la clase de agua más pura de todas. No tiene olor, ni color, ni sabor.

El divino propósito del agua es de regular la temperatura, y de actuar como disolvente. En la naturaleza el agua en evaporización resulta ser tan fina que el ojo humano no puede percibirla coleccionándose en las nubes; Luego cae en forma de lluvia, impidiendo de este modo que la tierra se agriete y se queme.

Como disolvente el agua disuelve rocas y terreno. Interviene también en la transportación de nutrientes en la vida de las plantas.

En el cuerpo humano el agua desempeña funciones similares. Regula la temperatura del cuerpo, ayudando a sacar el calor extra que resulta cuando ingerimos 3,000 calorías de alimentos diarios. El agua impide que el cuerpo se queme. El agua acarrea también afuera del cuerpo los productos de desperdicio.

### **La Función Mayor Del Agua Destilada**

El agua destilada actúa como solvente en el cuerpo humano. Disuelve las sustancias de los alimentos para que éstos puedan ser asimilados y usados por cada célula. Disuelve también minerales inorgánicos que se alojan en los tejidos de las células para que

las toxinas puedan eliminarse durante el proceso de purificación del cuerpo.

El agua destilada es el mayor solvente en la tierra; es el único líquido que puede tomarse sin hacerle daño a los tejidos.

Por el uso continuo del agua destilada es posible disolver minerales inorgánicos, cristales de ácidos y todos los otros productos de desperdicio del cuerpo, sin hacerle daño a los tejidos.

### **Los Depósitos Minerales Inorgánicos Deben Ser Eliminados**

El agua destilada es el solvente de preferencia para purificación. Después que se hallan disueltos los depósitos minerales; los ejercicios musculares lentos pueden forzar los venenos disueltos; y los desperdicios de los tejidos a entrar en la sangre, para que ésta lleve los desperdicios a los órganos de excreción. Entonces es cuando estos órganos pueden exprimir y verter los desperdicios fuera del cuerpo.

Recuerda que los grandes científicos contemporáneos no solamente advierten sino también aseguran, que el envejecimiento y hasta la muerte (a menos que sea causada por un accidente) se deben a residuos de venenos que no se han podido eliminar del cuerpo. El legendario Dr. Alexis Carrel hizo el tejido del corazón aparentemente inmortal, lavando regularmente los desperdicios de las células.

Ahora usted tiene nociones de las nueve clases diferentes de agua; pero déjeme repetir las para que no las olvide: *agua dura, agua blanda, agua cruda, agua hervida, agua de lluvia, agua de nieve, agua filtrada, agua desionizada, y agua destilada*. Sería bueno recordar estas nueve diferentes clases de agua; pero hay una sola clase que usted debe recordar siempre: ¡*Agua destilada!* El Dr. Paul Bragg fue un defensor de por vida del agua destilada; y vivió 94 años, una larga vida de la que solamente oímos hablar a otros. El Dr. Bragg, y otros con carrera de deportes como él, abogaban por esta forma de vida para lograr alcanzar años felices, y sin preocupaciones.

### **Nuestro Enemigo Secreto En Acción**

El agua dura es nuestro enemigo más grande. Ésta destruirá toda esperanza que abriguemos, hasta destruirnos cuando deberíamos estar gozando del fruto de nuestras labores. Coyunturas impedidas, repetidas operaciones, corazones agrandados, arterias endurecidas, piedras de la vesícula, piedras de los riñones, problemas para oír, y mente olvidadiza; todos estos síntomas, y otros



más, nos privan de las actividades al aire libre, y nos confinan a ruidosas mecedoras; y finalmente nos inmovilizan en cama, en asilos de los ancianos! Por qué todo esto cuando el cuerpo y la mente fueron diseñados divinamente para vivir para siempre! El Dr. Alexis Carrel lo comprobó. El Capitán Diamond vivió una larga vida muy alegre y feliz.

Sigamos ahora el curso del agua dura, la causa de nuestras enfermedades. Todo comienza en las nubes. Mientras la lluvia cae, colecciona minerales y sustancias químicas venenosas. Ésta es agua buena, excepto por las cosas que recoge en su trayectoria. Cuando llega a la tierra, está divinamente designada para hacer una sola cosa: recolectar minerales. Estos minerales son buenos, pero solamente para las plantas. El agua recoge minerales, y al mismo tiempo los distribuye equitativamente en la vida de las plantas. Las plantas nunca crecerían si estos minerales no fueran llevados hasta sus raíces. El agua, entonces, actúa como depósito de algunos minerales a saber, de los aniones nutritivos. ¡Pero sorpresa! las sustancias químicas ahora han ensuciado el aire puro. Para limpiar el aire, y hacerlo apto para respirar, la naturaleza designó el agua, para absorber todos estos venenos.

### **La Falta Está En Los Minerales Inorganicos**

No habíamos caído en cuenta antes que los minerales que se colectan en el aire y en el terreno, son todos minerales inorgánicos; de este modo no pueden ser asimilados por el cuerpo, a menos que no estén quelados en moléculas orgánicas. Los únicos minerales que el cuerpo puede utilizar son los minerales orgánicos. Todos los demás son minerales extraños al cuerpo, y tienen que ser depositados en alguna forma dentro del mismo, o ser expulsados inmediatamente. He aquí entonces la respuesta al gran dilema; el problema que nunca hubiésemos sospechado ser el causante de casi todas las enfermedades que nos envejecen.

### **Solamente Las Plantas Necesitan Minerales Inorgánicos**

El agua, como vehículo de minerales es buena para las plantas. Éstas a su vez convierten los minerales inorgánicos, en orgánicos. De este modo nuestro cuerpo puede asimilarlos. Nosotros hemos invertido este proceso. Consumimos agua dura saturada de calcio, magnesio, hierro, cobre, y silicio; sin percatarnos de que el cuerpo no es capaz de asimilar estos nutrientes eficientemente. Por eso la naturaleza los deposita en las coyunturas, y en las paredes intesti-

nales en forma de estreñimiento; y a lo largo de las arterias, causando el endurecimiento. Los riñones y el hígado enrollan los depósitos minerales en forma de piedrecitas, que cuando crecen, no pueden pasar por los conductos normales. A veces los "filtros" de los riñones están tan obstruidos, que se hace necesario el trasplante del órgano.

### **Las Afecciones Del Corazón Resultan De Los Depósitos Minerales**

Los depósitos de calcio en las válvulas y compartimientos del corazón se forman tan cementados con depósitos de minerales, que se hace necesaria la cirugía. Depósitos de calcio en el oído interno causan sordera. Cirujanos bien adiestrados pueden quitar ahora éstos depósitos; y en muchos casos llegan a restaurar la facultad de oír. Si estos depósitos ocurren en los nervios del oído, puede resultar una sordera total.

Ya que el agua acarrea los minerales inorgánicos que hacen daño a las funciones del cuerpo, nosotros sabiamente ahora eliminamos virtualmente toda traza de minerales, sustancias químicas y partículas extrañas; a través del proceso de la destilación. Entonces, y solamente entonces, es cuando el agua es inodora, incolora e insípida; y es apropiada para el consumo.

Ahora me doy cuenta de que ha habido muy pocos resultados de estudios universitarios que hayan negado estas observaciones. Y es posible —en raras circunstancias— que el agua pueda contener orgánicamente minerales complejos que son asimilables. Pero éstas son situaciones raras; especialmente ahora en nuestro planeta, tan lleno de contaminantes. También estoy muy conciente de un estudio que tiene tendencia a correlacionar la salud del corazón, con áreas que consumen agua dura. Sin embargo, un escrutinio completo de este detallado estudio, nos deja con más preguntas, que respuestas. Algo que se ha quedado atrás, y sin contestar del todo, es porqué la gente no adquiere agua sin contaminar, en primer lugar.

### **El Agua Pura Debe Ser Su Forma De Vivir**

Ya hemos aprendido ahora que el agua acarrea minerales inorgánicos y *substancias químicas tóxicas de síntesis orgánica*. Pero a través del proceso de la destilación el agua se separa (virtualmente) de todo lo que acarrea; convirtiéndose entonces en agua pura. Al entrar en el cuerpo otra vez, recoge minerales que se han

depositado en las coyunturas, paredes de las arterias, o dondequiera que estos depósitos ocurran y empieza a arrojarlos fuera. Las piedras de los riñones se hacen más y más pequeñas, hasta que pueden pasar por los conductos sin riesgo alguno. Poquito a poquito los dolores artríticos se reducen, hasta que las coyunturas se hacen más blandas y movibles. Gradualmente las arterias se vuelven más elásticas, hasta que la presión de la sangre tiende a normalizarse. Entonces es cuando una nueva actitud hacia la vida empieza a retornar; y la ruidosa mecedora se va dejando a un lado, sustituyéndola por el equipo de jugar golf.

La maravillosa realidad que debemos recordar es que el agua atrae sutilmente los minerales inorgánicos. Los minerales se retienen en los tejidos que les corresponden. Ésta es una proeza de razonamiento divino; ¡Nosotros no nacimos para morir, sino para vivir! Este hecho es fácil de probar. Los rayos X de las arterias no se podrían ver claros sino fuera por los depósitos de calcio que se van acumulando a lo largo de sus paredes. ¿No prueba ésto que tenemos depósitos de minerales hasta en los canales más delicados de la circulación de la sangre?

Debemos recordar, pues, que el agua dura acarrea minerales inertes dentro del cuerpo; y que el agua destilada los elimina. Todo ésto es muy simple de entender.

Hay un solo medio en que podemos purificar nuestro cuerpo, y eliminar las enfermedades crónicas que nos envejecen; y es mediante el milagro del agua destilada. Un motor lleno de suciedad no puede operar eficientemente si no se limpia. ¡Tampoco el cuerpo humano puede funcionar bien (ni es apto para envejecer) si los conductos, coyunturas, arterias, células, y nervios no están libres de depósitos de minerales!

### **Una Verdad Desoladora**

La persona promedio toma un galón de agua diarios. Añadiendo las tazas de café, de té, gaseosas, y comidas; un galón de líquidos no sería tanto. Muchos hombres toman una cantidad mayor. A razón de un galón por día la persona promedio se toma 450 vasos de sólidos durante su vida. Estos mismos sólidos los encontramos en el humidificador, y en la vasija de hacer el té de la abuelita. Piense en ésto: 450 vasos de minerales sólidos en nuestro sistema durante curso de nuestra vida.

¿Qué hace el cuerpo con éstos minerales extraños? La Naturaleza hace lo que usted está precisamente pensando. Trata de eliminarlos. ¿Usted recuerda las manchas de agua que quedaron adheridas a la ventana al usar el surtidor del patio? ¿Ha tratado de quitarlas? Se necesita mucho vinagre y fricción para disolver estos depósitos.

Esta misma situación ocurre en nuestro cuerpo. Se comienza poniéndose una película de estos sólidos en nuestros intestinos. Después que se ha acumulado una capa, es fácil que se adhiera otra... y otra más, hasta que producen estreñimiento, que aflige a millones de personas. Otros depósitos se van formando cuando la sangre circula muy despacio; tal como en las coyunturas; formándose así la artritis, u otras inflamaciones. Capas de depósitos se forman a lo largo de las arterias dando lugar al endurecimiento. Si este endurecimiento es en las venas, se formarán las varicosas; y si es en los pulmones, el enfisema. También se forman acumulaciones en el cristalino de los ojos, formando las cataratas. El glaucoma, la temida enfermedad del globo del ojo, puede ser el resultado del consumo de agua dura. Los pequeños vasos de sangre de los ojos se tapan con esta capa fina de sólidos, haciendo presión en ellos. Nunca se ha sabido la causa del glaucoma, pero creemos que puede ser causado por los depósitos de minerales acumulados poco a poco.

En todos mis años de experiencia como optometrista practicante todos mis pacientes con glaucoma tomaban agua muy dura. El agua destilada puede ser el mejor programa a seguir como tratamiento preventivo.

### **Ataques De Corazón Desconocidos**

La tribu Africana Bantu es conocida por tener las arterias más limpias, así como también las más elásticas. Ellos no cavan pozos; mas bien recogen el agua de la lluvia. A pesar de que esta agua está contaminada de bacterias es casi libre de minerales. La contaminación del agua y del aire (como la tenemos aquí) todavía no los ha afectado. Éste es un tremendo testimonio para el agua libre de minerales. Hasta los Europeos tienen menos colesterol en sus arterias, que nosotros. Ellos por supuesto beben mas vino que nosotros. El vino esta compuesto de agua destilada. Toda agua que pasa por las raíces de las plantas, convierte los minerales inorgánicos en minerales orgánicos; y al mismo tiempo el agua se destila.

Cuando los jugos contienen minerales, éstos son concentrados como moléculas orgánicas complejas.

### **La Función Verdadera Del Colesterol**

El colesterol es muy importante para nuestro sistema. Lo obtenemos de ciertos alimentos. La porción mayor tiene su origen en grasas saturadas, este colesterol puede ser dañino. El hígado también fabrica su propio colesterol. El colesterol es un aceite o lubricante que mantiene la sangre aceitosa, para que pueda correr fácilmente por las venas y las arterias. Si no fuera por el colesterol, la fricción que ocurre en las arterias pronto se agotaría. La naturaleza no es tan tonta. Todas las cosas son planeadas para el buen funcionamiento del cuerpo para que todo opere bien. Pero así como los depósitos de minerales inorgánicos se adhieren a las paredes de las arterias, el colesterol se acumula, haciendo más y más estrecho su diámetro y arriesgándose así a una obstrucción. Los Bantu Africanos no tienen este problema. El mejor tiempo de evitar estos depósitos de minerales es a temprana edad. Creo que este modo de razonar es lógico.

### **Mi Experiencia Personal**

Hace unos 40 años que sentí el impacto de los efectos del consumo del agua dura de un pozo profundo. No le di mucha importancia entonces, porque en ese tiempo no estaba interesado en los asuntos de la longevidad.

Hubo un agricultor en particular que tenía el más desconcertante problema de salud. Dudo mucho si en aquel entonces pesaba cien libras. Él perdía el apetito con frecuencia. Y cuando comía algo, eructaba, vomitaba, y se doblaba de dolor. Llegué a pensar que el amanecer de un nuevo día sería el último para él. Finalmente su doctor le ordenó abandonar su hacienda. Al llegar a California, un bondadoso vecino le sugirió que tomara agua destilada, con varios vasos de vino a intervalos. Un mes después los síntomas que tenía le desaparecieron, y volvió a comer apetitosamente. Hoy en día, a la edad de 88 años, está sano y salvo, gozando de buena salud. El hierro y el magnesio que contenía el agua del pozo que bebía, lo estaba llevando rápidamente a la sepultura.

### **Yo Seguí Los Mismos Pasos**

Recuerdo todavía, como acostumbraba tomar (muy gustosamente) agua congelada de aquel pozo profundo; sin darme

cuenta de que estaba consumiendo tres vasos de minerales sólidos por año. Yo también era candidato al endurecimiento de las arterias, artritis, cataratas, piedras de la vesícula, diabetes; y otras enfermedades más que envejecen, que nunca me pasaban por la mente en aquel entonces. También recuerdo otra experiencia de aquellos días, cuando era apenas un adolescente. Nací y crecí en un pequeño pueblo de Dakota del Sur. En aquellos tiempos teníamos un pozo que nos daba el agua del consumo diario. Ésta era agua dura, buena y fría; y hacía muy bien su trabajo de corroer la tetera de mi madre. La planta eléctrica de la ciudad estaba ubicada muy cerca del pozo; pero yo notaba que el encargado de la planta tomaba agua destilada. Siendo yo curioso por naturaleza, le pregunté porqué bebía esa agua sucia teniendo el agua del pozo tan buen sabor y teniéndola tan cerca.

Todavía puedo sentir el impacto y la indignación que le causé con mi fastidiosa pregunta. Entonces él suavizando y escogiendo sus palabras, me contestó: "Algún día, cuando crezcas un poco más encontrarás la razón". De alguna manera su respuesta siempre me molestaba, y me daba que pensar. Sé que él no quería tomarse el tiempo en explicarle a un niño como era yo en aquel entonces. Mientras tanto yo sabía que él tenía sus razones. ¡Me costó tanto tiempo descubrirlas!

La idea —tan verdadera—, de tomar agua destilada, no es cosa nueva. Lo lamentable es que el público nunca ha sido informado debidamente. Hoy en día los doctores más avanzados prescriben agua destilada a sus pacientes. Todas las máquinas que se usan para lavar los riñones operan con agua destilada; y de la más pura. Es tiempo ya de despertar de nuestro letargo, y de nuestra languidez; y que advirtamos a nuestra población dormida. Miles de ciudades americanas tienen peligros en el agua que toman y que proviene de los millones de pozos que hay en sus haciendas. No cabe duda alguna de que estos pozos deben ser condenados.

### **Se Juntan Las Nubes Negras**

No solamente estamos preocupados por los minerales que circulan en nuestras aguas; a éstos se les añaden nitratos mortíferos, y antracenos que se están colando en los lagos, ríos y pozos. Los desperdicios de las cloacas, y la contaminación de las fábricas (incluyendo los detergentes) es llevada por las corrientes que

circulan por debajo del terreno, a una velocidad de media milla cada seis meses.

### **Nuestro Consternado Presidente**

Nuestros presidentes ya se han dado cuenta de la temible verdad de que la contaminación de nuestras aguas podría destruirnos en pocas décadas. Solamente dando apoyo a nuestro gobierno e invirtiendo millones de dólares, podríamos empezar a allanar éste problema de proporciones gigantescas.

Lo que nuestros presidentes no han podido ver es que el primer paso debe ser la purificación del agua que tomamos. De acuerdo con las estadísticas del gobierno: *10 partes por millón de nitratos* en el agua, puede matar a un recién nacido. ¡Este es un asunto serio! Poner plantas filtradoras de agua en nuestras ciudades, implicaría el gasto de millones de dólares. La solución más rápida al problema sería destilar y embotellar el agua, y hacerla llegar hasta las puertas de nuestras casas.

### **Mi Problema Personal Resuelto**

Hice una investigación de las destiladoras, y de cómo se vendía el agua destilada hace unos años. Encontré que costaba unos cincuenta centavos por galón. Claro que ahora cuesta un poco más. Me dediqué a la búsqueda meticulosa de una destiladora para el hogar. Encontré que había varios modelos en el mercado para el uso de los laboratorios; pero los trabajos de plomería y el mantenimiento resultarían muy costosos, y serían un problema de limpieza. Averigüé que la destilación que se le daba al agua, no la dejaba apta para tomar. Por suerte encontré finalmente una destiladora eléctrica (y toda automática) que resolvía el problema para el uso que quería darle. Al comprar una destiladora tenemos que pensar en los galones de agua que necesitamos usar. Hay destiladoras automáticas y muy atractivas, que operan con unos pocos centavos por día; y se pagan por sí solas en nueve meses. Creo que resolví mi necesidad inmediata para el consumo del agua, para mí y mi familia. ¡Ahora puedo gozar del agua más pura, y de la más sabrosa!

### **Nosotros Somos Nuestros Peores Enemigos**

Estoy en condiciones de pelear ahora en contra de la contaminación. Puedo también ahora penetrar en los programas del gobierno; y levantar mi voz en las reuniones en contra de la

contaminación del terreno, del aire, y del agua. Hoy en día el niño que acaba de nacer tiene poca oportunidad de vivir, si se encuentran nitratos en su primera botella de agua. Los niños lloran hoy de malestares, cuando la razón está escondida en el agua que les damos a tomar en los alimentos y en el aire que respiran. Cualquier madre sacrificaría su vida por la de su hijo, sin embargo sin saberlo, a través de la contaminación, ella se convierte en la peor amenaza para la salud de su propia familia.

### **Debemos Declararle La Guerra A La Contaminación**

La lucha contra la contaminación nos llama a combinar nuestros esfuerzos a todo hombre, mujer, y niño. El campesino debe hacer más caso de los insecticidas, y las sustancias químicas tóxicas que están en el terreno de su uso. El fabricante debe embotellar los desperdicios, y eliminar el mortífero gas monóxido. El aire debe mantenerse limpio, y libre de todas las partículas que nos hacen daño. Hoy en día los contaminantes son un asunto tomado con mucha seriedad.

Aunque he resuelto mi problema personal (por ahora) en cuanto a la contaminación del agua saturada de minerales también me preocupan los millones de personas en nuestras ciudades, quienes sin saberlo están tomando agua saturada de sustancias químicas tóxicas, y minerales inorgánicos. ¿Y qué hay también de nuestras gentes de las zonas rurales, quienes consideran los pozos profundos como el epítome del agua buena para tomar? ¿No están ellos tomando en cuenta que la cirugía, y las enfermedades que nos envejecen les esperan más adelante?

### **El Agua No Es Siempre La Misma**

Es muy cierto que nuestros oficiales inspeccionan y prueban las aguas de nuestras ciudades periódicamente; pero el agua no es siempre la misma todo el tiempo; tampoco los pozos están en las mismas localidades. El agua puede variar cada día. A veces las sustancias químicas que están en el agua pueden ser excesivas; y otras veces despreciables; pero en todo tiempo están presentes. Nosotros estamos buscando agua que esté libre de sustancias químicas y minerales, en todo tiempo. Ésta es la única clase de agua que nuestro cuerpo requiere. Solamente a través del proceso de destilación podemos alcanzar esta pureza.



## Agua: Vehículo De Enfermedades

Recuerdo al Dr. T.R. Van Dellen, quien declaró que el agua acarrea gérmenes de hepatitis. En un lapso de diez años, mientras practicaba mi profesión hubo 1,700 casos de hepatitis debido a la contaminación del agua. La vida es muy preciosa para hacer víctimas de esta situación a tanta gente inocente.

La revista "*House Beautiful*" una vez hizo ésta declaración: "Usted puede tomar agua del grifo, pero corre riesgos al hacerlo, porque no es tan limpia como parece y como debiera serlo. Los contaminantes de muchas de nuestras aguas incluyen sustancias químicas de industrias; tales como clorinantes letárgicos, ofensivos fenoles y taninos, y además fertilizantes químicos comerciales, fluidos para matar la mala yerba, venenos de pesticidas que se cuegan por las corrientes de las aguas; o por descuido al fumigar sin criterio.

Los materiales radioactivos podrán ser un día nuestros peores enemigos contaminantes. Si volvemos a las pruebas atmosféricas, su efecto llegará a ser una gran amenaza. Está ya presente el Cesio 137, radioactivo, y hasta la bencina-5, un conocido cancerígeno.

"¿Qué podemos hacer nosotros al respecto? No hay duda de que podemos mejorar el consumo de nuestra propia agua. El agua de nuestros sistemas municipales ha sido tratada para evitar un contagio, pero todavía no es apetitosa. Proviene de ríos y lagos llenos de contaminación de cloacas, y además es agua turbia. Ésta es una clase de agua tan dura que es difícil hacer espuma de jabón con ella; lo que hace es formar películas, como la que se acumula alrededor de la bañera; también al lavar la ropa blanca con esta clase de agua, se torna de un color grisáceo Si nuestra agua proviene de un pozo, tiene las cualidades ya mencionadas y aún más. Si usted tiene un pozo, puede ser que esté flotando en un río de inmundicias.

"Pronto llegará el día (para algunos está aquí ya) cuando tendremos que enfrentarnos a la situación, y preguntarnos si es verdad que queremos continuar consumiendo el agua que sale de la llave o la que sacamos del pozo; o poner el pie firme en tierra y tomar medidas firmes para corregir estos males. Aunque solamente podremos corregir *algunos*. La respuesta inequívoca se encuentra en nuestros ríos, en nuestros lagos, y en nuestro suelo; y lo que podemos entonces para protegerlos de estas contamina-

ciones. Si no hacemos nada, un legado de azotes de mayores proporciones nos seguirá más adelante". Así lo escribió David X. Manners.

¡Todo lo escrito aquí te dará una idea de cuán serio es el problema del agua! Limpiarla nos costaría años. La solución a este dilema sería saber qué podríamos hacer *ahora*, para nuestra *propia* protección. Cuando yo estaba a mitad de mi carrera en La Vista, Nebraska, había un problema muy serio. El agua que salía de la llave tenía un color lodo rojizo, y era muy turbia. La Sra. Carol Peterson (una nativa del lugar) nos dijo durante una reunión: "Nosotros tenemos vecinos que hubiesen querido estar aquí esta mañana, pero no pudieron presentarse, porque tuvieron que quedarse en sus casas con sus hijos, que están con diarrea por el agua que toman".

Ya que sabemos ahora que el agua es vehículo de minerales y sustancias químicas, permítame hacerle una lista de las cosas que encontramos en nuestra propia agua al analizarla:

cloro	cobre
sodio	zinc
magnesio	plomo
azufre	selenio
calcio	cesio
potasio	uranio
bromo	molibdeno
carbono	torio
estroncio	cerio
boro	plata
silicio	vanadio
flúor	lantano
nitrógeno	itrio
aluminio	níquel
rubidio	escandio
litio	mercurio
fósforo	oro
bario	radio
iodo	cadmio
arsénico	cromo
hierro	cobalto
manganeso	estaño

Nuestros cuerpos necesitan los elementos arriba mencionados, pero solamente en su estado orgánico. Éstos tienen que pasar primeramente por las raíces de las plantas, antes de que nuestro cuerpo pueda asimilarlos. He aquí el gran error humano que no entendíamos. La naturaleza tiene su tremenda planta destiladora. Mientras los vapores suben, todas las impurezas se quedan atrás, y al recondensarse el vapor de las nubes y caer en forma de lluvia, ésta va recogiendo otra vez las impurezas de la atmósfera; entonces el agua vuelve a ser dañina para los humanos, pero beneficiosa para las plantas. No tenemos que ser químicos de profesión para notar esta diferencia.

### **¿Por Qué Tenemos Que Envejecer?**

El cuerpo humano fué diseñado para que nos sintamos jóvenes a cualquier edad. El sentido de encontrarnos cada día más viejos, es algo que ha plagado siempre el pensamiento de la humanidad; y también nos añade preocupaciones cada día de la vida. Arrugas nuevas se añaden a las líneas ya acentuadas, y el pelo comienza a ponerse blanco, mientras la muerte está ocurriendo a edades más tempranas cada día. Estas cosas no deben acontecer. El joven debe quedarse joven; la vejez es algo que debería ponerse a un lado, y nunca acontecer. El gobierno propone entrenar 10,000 doctores adicionales, para tratar las enfermedades de las cuales ya tenemos la curación natural. ¡Lo que debemos atacar es el problema del agua! previniendo en esta forma una ola de enfermedades, sin tener la necesidad de doctores adicionales, quienes morirán de las mismas enfermedades que trataban de curar. No tenemos necesidad alguna de tener corazones tan forrados de depósitos de calcio, que sería indispensable la cirugía.

### **Pagamos Un Precio Muy Alto**

Cierta mañana dos pacientes llegaron a mi oficina. Uno tenía una ruptura arterial (a consecuencia de los depósitos de calcio) también padecía de catarata polar. El otro paciente padecía de severos derrames de sangre de la nariz, que le hicieron perder una pinta de sangre. Cuando llegó al hospital el doctor le diagnosticó arterioesclerosis; o endurecimiento de las arterias. Si el derrame de la nariz no le hubiese aliviado la presión sanguínea, le habría resultado un ataque al corazón. Los dos pacientes viven en una hacienda donde bebían demasiada agua de un pozo de agua dura. ¿Es éste el precio que tenemos que pagar?

## **¿Qué Nos Depara El Futuro?**

¿Habría sido posible evitar estas enfermedades que nos debilitan y envejecen? ¿Qué nos depara el futuro? ¿Habría sido posible evitar también los ataques masivos del corazón, y la invalidez de las coyunturas? ¿Permitiremos que el alto costo de medicamentos y médicos nos absorban los ahorros que hemos hecho de por vida? ¿Qué habrá más adelante para nosotros?

## **La Remuneración De La Prevención**

Ahora es el tiempo de gritar a pleno pulmón desde la cima de las montañas. Ahora es el tiempo de que la prensa, la radio, la televisión, y otros medios desplieguen en sus pantallas, en sus primeras páginas, en el aire, y todas partes el posible secreto de la longevidad. Permitamos que cada hombre, mujer y niño, esté enterado de este glorioso 'secreto' de la humanidad. Dejemos que nuestras escuelas médicas y sus protectores enfoquen su atención a la prevención. ¡Los órganos vitales no son para amputarse, sino para que funcionen! Prevención, no drogas, es la única respuesta que tenemos a nuestros problemas de envejecimiento.

## **El Agua Puede Ser Engañosa**

Lo que hay en un vaso de agua burbujeante puede parecer pura, tener buen sabor y buen olor pero usted lo tonará corriendo el riesgo de que le haga daño.

He aquí algunas sugerencias oportunas:

- 1) El agua debe brotar de la fuente más pura. Medidas adecuadas deben evitar la contaminación de esta fuente.
- 2) Deben hacerse revisiones frecuentes para detectar posibles peligros para la salud.
- 3) Un sistema efectivo de medidas y reglamentos debe prevenir posibles peligros para la salud.
- 4) Deben tomarse medidas de protección desde la fuente hasta nuestros hogares.
- 5) Solamente un personal capacitado debe manejar el sistema que suministra el agua.
- 6) Las reservas del agua deben ser suficientes para garantizar las demandas del consumidor.
- 7) Se hace necesaria una vigilancia continua de posibles bacterias existentes en el agua.

8) Solamente pruebas específicas y científicas pueden determinar la calidad del agua.

9) El agua con niveles bacterianos por encima de los límites debe considerarse peligrosa para el consumo del público.

Considere por ejemplo la ciudad de Cleveland, que depositó miles de libras de nitratos y fosfatos en el Lago Erie que es parte de su ecosistema. Estos desperdicios provenían de los hogares, hoteles, lavanderías, y oficinas. Estos mismos desperdicios incluyeron entre otras cosas: fenol, hierro, zinc, ácido sulfúrico, amoníaco, y ácido fluorhídrico el cual, además, corroe el cristal. Todo esto creó problemas complicados para el agua potable de esa ciudad; y para casi todas las demás ciudades industriales.

### **Es Tiempo De Que Nos Alarmemos**

Nosotros no sabemos día por día que clases de contaminación existen en nuestra agua. Hay sin embargo una forma segura de defendernos; y ya sabemos que es la destilación de nuestra propia agua. Entonces es cuando estaríamos seguros de tener el agua más pura posible.

### **El Problema De Las Ciudades Gemelas**

Yo recuerdo haber leído sobre una ama de casa de Coon Rapids, Minnesota; quien telefonó al "Departamento de Salud" porque el agua del pozo de su casa tenía cierta "espuma" peculiar. Éste fué el primer signo alarmante, que después vino a ser una preocupación para millones de personas en el área de las Ciudades Gemelas.

La "espuma" venía de los agentes superficiactivos, que son el ingrediente activo de los detergentes. Estos agentes no ocurren en la naturaleza. De modo que cuando los encontramos en las aguas que corren por debajo de la tierra, podríamos sospechar que provienen de los desechos de las cloacas.

Los nitratos pueden ser peligrosos para los infantes que son alimentados con fórmula. Hervir el agua no la hace menos ofensiva al contrario, aumenta la concentración de los nitratos.

### **Nitratos, Un Problema De Nebraska**

Los nitratos inyectados en el terreno de Nebraska, para aumentar la producción de alimentos, a lo largo del Valle Platte, se han convertido en una amenaza para la salud de la gente que vive más

tiempo en la nación. Aunque el agua de mesa viene de las alturas, los nitratos se han filtrado en el sistema de suministro del agua potable. Ya que 10 partes por millón puede ser fatal para un niño recién nacido, es tiempo de que nos interese en este problema. Nuestros deleitables valles, con sus altos y vibrantes maizales, se están convirtiendo rápidamente en trampa mortal.

Hoy en día la humanidad ha destruido nuestros suelos, nuestras aguas, y aun el aire que respiramos. El afán por las riquezas ha hecho sombra al legado de la vida. A través de nuestros suelos hemos abierto las puertas a portadores de nuevas enfermedades de insectos y plantas. A través de nuestras aguas contaminadas estamos matando la vida silvestre y a nuestros niños en su cuna. El aire ya no es apto para respirar. La vida ya no da gusto vivirla. Estamos apenas existiendo. ¿Cuándo terminará todo esto? ¿Es esta situación concerniente a una sola persona? ¿O nos implica a todos?

“Si nuestros suelos están enfermos, nuestras plantas están enfermas. Si nuestras plantas están enfermas, nuestros animales están enfermos, y si nuestros animales están enfermos, los humanos se enfermarán también”; ésto lo dijo Paul Brinkman.

### **Detrás De La Cortina**

Los americanos consumen anualmente millones de libras de carne de res que han tenido “cáncer del globo del ojo”, u otros desórdenes de tumores similares; y otras enfermedades. Miles de reses muertas que son inspeccionadas por autoridades federales, son detenidas en las plantas de carnes hasta que les quiten las partes dañadas por los tumores. El resto de la carne se pone en el mercado.

Millones de reses muertas son detenidas brevemente en las plantas, mientras se les remueven secciones con otras enfermedades, u otras contusiones; comenzando con los rastros de tuberculosis. El resto del animal es “apto” para el consumo.

Mientras tanto, los reglamentos federales continúan permitiendo a los procesadores de carne sacarle las partes dañadas a los animales; condenando las partes cancerosas, y poniendo en el mercado el resto de la carne.

Ya que los procesadores de carne no quieren perder ganancias prefieren venderle a los consumidores poco sospechosos sus carnes llenas de cáncer, con el sello “Selección EE. UU.” (“U.S. Choice”).

## **Eco-Agricultura**

Tengo el gusto de notificar que una forma limpia de agricultura está ganando terreno en los Estados Unidos. Se llama eco-agricultura, auspiciada por *Acres U.S.A.*, una publicación que deben leer los agricultores profesionales, así como también los no profesionales; su información está basada en principios científicos y en la experiencia personal de los cultivadores de productos orgánicos.

La ciencia ha comprobado que las plantas con hormonas balanceadas, y con sistemas de enzimas, proveen su propia protección contra los insectos y hongos destructores de cosechas. La sede de este balance es la fertilidad del terreno, empezando con el pH que se obtiene manteniendo el equilibrio de calcio, magnesio, potasio y sodio. Figuran también vestigios de minerales, ya que ésta es la clave del funcionamiento propio en las enzimas de las plantas.

El paquete completo que ofrece eco-agricultura puede en verdad producir más 'arcas y fanegas'; y lo hace mientras mejora la calidad de los nutrientes en las comidas, tanto para el consumo humano, como para el animal. Este paquete que se ofrece sirve de gran estímulo a la agricultura, y a la salud de nuestra nación.

La gente de La Hunza no usa sustancias químicas tóxicas. Ellos siembran solamente dos o tres veces por año. No tienen insectos a su alrededor, ni enfermedades. ¿Porqué no encauzar entonces nuestra investigación, y nuestros dólares educacionales en hacer algo más meritorio?

### **La Rueda De La Salud**

Nosotros vivimos por la ley de la transformación. Transformación del terreno a la planta, de la planta al animal, o al ser humano; y luego de nuevo al terreno; formando así un ciclo de salud que dura para siempre. El polvo de la tierra se hace células en nuestro cuerpo. Vivimos por la ley de la interdependencia. Ningún cuerpo o alma es una isla por sí misma. Es parte de algo más, siempre.

Entonces debemos considerar primero el terreno, que es la madre de todos nosotros. Debemos preocuparnos por el aire que está encima de nosotros, al que nos apegamos para "el aliento vital". El agua que nos rodea debe ser pura y libre de minerales inorgánicos, y de sustancias químicas. Cada célula de nuestro cuerpo debe bañarse en el agua más pura. La vida es pureza. No podemos vivir "solamente de pan". Aire, agua, y sol, son los

elementos responsables de la vida y el crecimiento. Cada uno le da algo al otro.

Paul Brikman, quien fué presidente de "La Escuela de Cosmología Queen Ann", se expresó muy hábilmente con estas palabras: "¡El agua no puede destruirse, pero sí se le puede enfermar! El hombre, con sus aditivos ha desafiado las leyes de Dios. Usted puede esperar algo innatural siempre que viole lo natural".

Mr. Brikman, llegó a interesarse en el agua destilada, (especialmente) porque estaba preocupado por su condición diabética. Imagínese la sorpresa que tuvo cuando al hacerse un examen, después de consumir ésta agua y saber que no tenía azúcar. El sorprendió a su doctor del mismo modo. De acuerdo con cualquier edición del *Manual Merck*, la causa exacta de la diabetes es desconocida. El problema estriba en la inadecuada producción de insulina por las células beta de los islotes de Langerhans. Las células están vivas; el dilema es que no funcionan. Mi maestro inspirador, el Dr. Landone, dijo categóricamente que los depósitos minerales acorralan las células con una tela muy fina, y por eso no pueden funcionar. Me inclino a creer en sus acertadas conclusiones; porque tiene que haber una causa. Si es el agua destilada que cura la diabetes, no soy yo quien deba decirlo. No es mi especialidad diagnosticar; sin embargo, derivando algo del conocimiento que tengo del agua destilada, me siento muy inclinado a creer en su virtud.

Hay tantas cosas que aprender sobre el agua. He tocado solamente algunas que son pruebas pertinentes a este líquido, en su relación con la salud vibrante y el envejecimiento. Las pruebas que he acumulado se han hecho convincentes por sí mismas. Cuando aprendí que el hombre podía vivir hasta 120 años ¡me puse en actitud de alerta! y me dije: tiene que haber una causa. Yo creo que los minerales inorgánicos y las sustancias químicas, son una amenaza para cada hombre, mujer, y niño. El cuerpo tiene que limpiarse de 'suciedades' para poder operar eficientemente. Los órganos de eliminación no pueden expulsar los depósitos minerales, de modo que la naturaleza hace lo mejor que puede para ponerlos a un lado; guardándolos en algún lugar. Ya que el agua es el solvente mayor que conocemos; éste sería el mejor medio para arrojar fuera todo lo que ponemos adentro.



Se puede hacer una prueba muy sencilla. Pongamos un vaso debajo de un grifo y dejemos que le caigan umas gotas de agua. Dejémoslo secar, y observemos las manchas que quedaron. Haga luego lo mismo con agua destilada, y vea cómo se disolvieron las manchas. Esta es la historia completa de la causa de todas las enfermedades que nos envejecen y que nos acortan la vida. El Dr. Landone curó por sí mismo sus afecciones del corazón. El Capitán Diamond curó su artritis, y vivió hasta la esplendorosa edad de 120 años. ¿Puede ser el agua destilada la solución? Si lo es ;cuán diferente podría ser éste Mundo que habitamos! Ya que vivimos solamente una vez; ¿porqué no vivir sabiamente? La elección es clara; el resto depente de usted.

Las enfermedades no existen sin tener una causa. Éstas empiezan adonde empieza la causa; y persisten, mientras persiste la causa. Enfermedades crónicas, quiere decir provocaciones crónicas. Las curaciones no pueden efectuarse hasta que no se quite lo que las causa. Los síntomas pueden apaciguarse; podemos usar paliativos para detener temporalmente las afecciones; una crisis puede pasar, pero las enfermedades persistirán, mientras la causa sea ignorada, o no reconocida.

A continuación las numerosas preguntas que pueden formularsenos:

## **PREGUNTAS Y RESPUESTAS**

Durante mis años como practicante de la optometría, muchos de mis pacientes me hicieron las preguntas que enumero a continuación. Pero antes debo decir que no soy un médico en ejercicio de la profesión, ni nos corresponden las normas de nuestro código de ética; antes bien dentro de las reglas de la profesión marcamos una línea estricta entre observación y referencia. Por lo tanto haré mención de autoridades médicas, junto con mis observaciones. Una sola cosa le pedimos a usted, y es que acepte únicamente las cosas que considera creíbles, y que deje a un lado las demás. Las preguntas y respuestas se relacionarán con el 'agua dura' sola-

mente, y la relación que ésta tiene con las enfermedades que nos envejecen.

P. *Con referencia a su visita a Hunza, en su opinión ¿cuál es el secreto que ellos tienen de longevidad?*

R. ¿No creo que existe secreto alguno de longevidad, sin embargo yo observé en su modo de vivir algunas cosas muy particulares. Primero, ellos comían casi todas sus frutas y vegetales en estado natural, es decir crudo; segundo, cultivaban sus frutos en terreno orgánico. Recuerde que las frutas y los vegetales están compuestos en un 90 por ciento de agua natural de alta calidad y pureza excepcional. Además ellos consumían agua de glaciares que es muy baja en minerales inorgánicos. Su bebida principal era el vino (que está también hecho con agua natural de alta pureza) de modo que el porcentaje de agua destilada que ellos consumen es un 90 por ciento mayor que el nuestro. Considero todo esto muy significativo, y creo que es el secreto que casi me pasó inadvertido.

P. *¿Está usted a favor del consumo de frutas y vegetales en su estado crudo natural?*

R. Ciertamente lo estoy. ¡Un cuerpo vivo debe consumir alimentos vivos! Siembre usted una zanahoria y verá como crece. Cocínela y después plántela; no crecerá. ¿Por qué? porque su principio de vida ha sido destruido. Ponga ahora una célula cancerosa en un medio que ha sido cocido al fuego, ésta se multiplicará. Haga lo opuesto ahora. Ponga una célula cancerosa en una materia cruda (o viva), ¡desaparecerá! Este hecho pasmoso es conocido por "La Sociedad del Cáncer" pero no se le ha comunicado al público. El jugo de vegetales es alimento vivo. Haga lo que esté a su alcance por comprarse un extractor para hacer jugos naturales. Con mucho interés de mi parte conseguí uno muy práctico. ¡Qué gran diferencia ha causado en mi salud! Seguiré haciendo estos jugos todos los días de mi vida.

P. *¿El consumir agua destilada cura la artritis?*

R. De acuerdo con la ciencia médica no hay cura segura para la artritis, ésta es causada parcialmente por depósitos de minerales en las coyunturas. Los rayos X enseñan los depósitos muy

claramente. Estos depósitos se cristalizan e irritan las coyunturas, y cuando éstas se mueven causan un dolor intenso e hinchazón. Ya que la persona promedio consume 450 vasos de minerales sólidos que se encuentran en el agua dura (durante el curso de su vida) es muy lógico pensar que estos minerales inorgánicos se van depositando paulatinamente en las coyunturas a través de los años; causando la artritis. El agua destilada (dándole debido tiempo para que trabaje) disuelve estos minerales depositados. Hace algunos años yo también estaba artrítico. Y ahora, a la edad de 70 años, puedo aún levantar la pierna, y con la punta del pie llegar cerca de la cabeza. Le aseguro que se siente uno maravillosamente bien siendo ágil y libre de dolores. Paavo O. Airola, N.D., en uno de sus primeros libros declaró: "Hay cura para la artritis". El reportó éste notorio caso acontecido en una clínica de Suecia: "Alvin Vistrand, un campesino sueco estaba tan impedido por la artritis que apenas podía mover brazos y piernas. Doce años de tratamiento con aparatos prostéticos, drogas y rayos X, no le valieron de nada. Sin embargo, después de un mes solamente en la Clínica Brandals, sus dolores de desaparecieron, sus extremidades volvieron a mobilizarse, y volvió a su hogar, y a trabajar en su finca; completamente curado".

P. *¿Cuál fué el método que usaron para curar?*

R. El consumo de frutas frescas y jugos naturales, ayunos, y baños tibios acompañados de masajes suaves. Repetimos: jugos de frutas en su estado natural, son agua destilada. El punto principal que debemos recordar es que el agua dura acarrea minerales inorgánicos para adentro de nuestro sistema; mientras el agua destilada los echa para afuera. Tenemos que invertir éste proceso. Eso es todo.

P. *¿Cuál es su opinión sobre el Dr. Javis y su tratamiento de miel y vinagre para la artritis?*

R. Éste tratamiento es maravilloso. Sólo que él debió sugerir agua destilada en vez de agua dura. El vinagre de sidra de manzana es un solvente tremendo. Junto con el agua destilada, usted tendría una pareja invencible. Añada una o dos cucharadas de vinagre de sidra de manzana (la puede conseguir en las tiendas de Productos Naturales) a un galón de agua destilada (para

darle sabor) así tendrá usted una bebida hecha para los dioses. El vinagre remueve las manchas de agua en las ventanas, esto prueba que es un excelente solvente. Y por lo que toca a la miel, ésta es azúcar natural predigerida. La miel mitiga el deseo insaciable de cosas dulces; y ayuda en los incontrolables deseos por los dulces sintéticos. A propósito, la miel cruda es excelente para las alergias. El Dr. W. Peterson, de Ada, Oklahoma, dijo que la miel cruda es cura efectiva para el 90 por ciento de todas las alergias, siempre que se consiga dentro de las 10 millas de radio en que vivimos. ¡Este hecho, es de gran importancia! El Dr. Peterson tuvo 22,000 pacientes a través de la nación, quienes usaban miel cruda. La miel cruda sólo tiene valor en su estado natural. Se puede conseguir en los centros de apicultura más cercanos; también en las tiendas de productos naturales; y en los supermercados. Si la miel se cristaliza es signo de que es pura. ¡Ahora usted puede decir adiós a sus alergias!

P. *Yo tengo endurecimiento en las arterias. ¿Hay cura alguna para ésto?*

R. La ciencia médica contestaría con un rotundo "no". Ellos la clasifican como una enfermedad del "envejecimiento". Las arterias son invisibles a los rayos X, a menos que haya depósitos de minerales a lo largo de sus paredes. Entonces es cuando se ven claramente. Esto prueba un punto muy importante, y es que los depósitos minerales ciertamente ocurren en las paredes arteriales. Ésta es la razón por la cual éstas se "endurecen"; y es otra razón también por la cual pierden elasticidad y se revientan al hacerse esfuerzos muy violentos. ¿Sería posible que esta temible condición nunca existiera, haciendo el cambio a agua destilada en una edad temprana? El Capitán Diamond pensó que sí; y vivió hasta la edad bíblica de 120 años. Un íntimo amigo mío estaba en espera de hacerse un transplante de una arteria coronaria. Cuando el cirujano lo examinó por primera vez encontró "que sus arterias estaban sólidas como cemento", según sus propias palabras. No había probabilidad alguna de atarle una arteria elástica, o una "cementada", como lo requeriría el caso. ¿Hubiese sido posible que el agua destilada (consumiéndola en sus años de juventud) le hubiese evitado todo esto? La experiencia del Doctor Landone dice que "sí" categóricamente.

P. *¿El agua dura afecta a todo el mundo de igual manera?*

R. ¡Definitivamente no! De las ciento seis sustancias químicas y minerales diferentes que encontramos en el agua, cada persona puede tolerar una, o más de una, o una combinación de éstas. Los depósitos minerales se acumulan en diferentes partes del cuerpo; causando diferentes síntomas. Si estos depósitos cubren las paredes de los intestinos, podría resultar el estreñimiento; si obstruyen las paredes filtrantes de los riñones, el resultado puede ser un trasplante del órgano, o piedras en el mismo. Si corroen los compartimientos o las válvulas del corazón, un trasplante del órgano sería imperioso. El agua que corre pobremente por una tubería todavía podría corroerla; la velocidad que tenga no cambia nada. ¡Un vaso de agua puede lucir clara y burbujeante, pero derrámelo en un espejo espere a que se seque y note la capa fina que se acumuló!

P. *¿Cómo determina usted el endurecimiento de las arterias?*

R. ¿Cómo determinaría un médico cuando una persona tiene endurecimiento de las arterias? Los vasos de la retina del ojo pueden verse con un oftalmoscopio. Los vasos arterioscleróticos tienen la apariencia de un tirabuzón. Cada vez que una arteria endurecida cruza una vena suave, la última parece estar endentada o tarjada. Un diagnóstico de arteriosclerosis es acertado en esta situación. Los rayos X del pecho, del abdomen, y de las extremidades, ofrecen pruebas muy seguras. En la película los vasos sanguíneos se ven ensanchados y deformes, demostrando así que hay calcificación en sus paredes. El doctor supone que la arteriosclerosis existe en las personas de edad; y que la mayoría de las personas tienen una que otra placa. En exumaciones de cadáveres de niños y de adolescentes se han encontrado indicios de arteriosclerosis. En las paredes de nuestras arterias se han encontrado depósitos de calcio. "Casi todos los ataques de corazón provienen de bloqueos de arteriosclerosis en las arterias coronarias. Esto es cierto especialmente en personas que sufren ataque de trombosis coronaria. Estos síntomas son prueba evidente directa de que la enfermedad existe. Nosotros sabemos con gran seguridad que las arterias coronarias son más susceptibles al endurecimiento; dando por

resultado que éstas sean atacadas primero antes que las del cerebro, los ojos, los riñones y las extremidades.”

P. *¿Tiene la lecitina algún mérito?*

R. La lecitina es un ácido graso que encontramos en los tejidos de los animales; especialmente en los tejidos de los nervios; en el semen, en la yema de huevo, y en cantidades pequeñas en la bilis, y en la sangre. Hemos leído que la lecitina se ha administrado en casos de raquitismo, dispepsia, neurastenia, diabetes, anemia y tuberculosis, de acuerdo con el *Diccionario Standard de Medicina*. La lecitina actúa como solvente de las piedras de la vesícula. Sería entonces apropiado combinar la lecitina con el agua destilada, para que surta mejor efecto. La lecitina puede comprarse en forma de cápsula, o en granulados, en las tiendas de Productos Naturales. Sirve de preventivo contra la formación de piedras en la vesícula. Es, pues, muy importante que usted permanezca en observación médica, para evitar un bloqueo. Su doctor es un consejero muy importante en materia de salud.

P. *¿Seguramente el agua examinada por la ciudad debe ser bastante buena para tomar! ¿Qué piensa usted?*

R. Grand Island, Nebraska, tuvo severos problemas con el agua cuando yo era un practicante en esa área. La tienda de empaquetar carne tuvo que cerrarse debido a que la carne venía manchada de hierro y magnesio; la severidad de éste problema le llamó la atención a las autoridades de la ciudad. Se oía el grito por doquier de las personas que decían: “¿qué daño le hará esta agua a nuestros niños, así como también a los adultos?” El costo de una generadora de vapor de 50 “megawatt” fué de \$17,572,937, en aquella época. ¡Tremendo precio que había que pagar para remover los minerales del agua que se usaba para el consumo! Es más práctico tener una unidad de destilación pequeña para el hogar.

P. *¿El agua fluorada es saludable o perjudicial?*

R. ¡El Dr. Robert Mick, de Laurel Springs, New Jersey, ha ofrecido \$100,000 a cualquier persona que pueda probar que ponerle flúor al agua es beneficioso! Al principio un ardiente creyente del agua fluorada, empezó a hacer experimentos en animales.

El resultado fue encontrar que los huesos, los dientes, los riñones, el hígado, y el bazo, habían acumulado hasta un 500 por ciento más de fluoruro que los animales que estaban controlados; ¡y a la tercera generación le salieron muchos lisiados! La recompensa nunca ha sido reclamada. También el Dr. E. H. Bronner, de Escondido, California, sobrino de Albert Einstein, ofreció \$100,000 a cualquier persona que probara que fluorar el agua es beneficioso para los humanos. El flúor en el agua no solamente endurece los dientes, sino también las arterias y el cerebro; este mismo compuesto se usa como veneno para las ratas. Unas ochenta y ocho millones de libras de este veneno de ratas es embarcado en el sistema del agua para consumo humano, sin marcarlo azul y sin decir que es venenoso. Solamente el fluoruro que se despacha para los exterminadores debe ser marcado azul; y si los reglamentos no se cumplen, el vendedor va a parar a la cárcel. La fluoración del agua para el consumo del público es un acto criminal intolerable, y sin base científica alguna; es una verdadera guerra química. ¡Gracias a Dios que, el agua destilada elimina éstos fluoruros mortíferos!

P. *¿Cuáles son los beneficios marginales del agua destilada?*

R. Al hacer el té con agua destilada ésta tiene más sabor. El café requiere menos porción de granulados. El hielo forma cristales más claros, la comida se digiere mejor, y las vitaminas se asimilan más fácilmente haciéndose más efectivas. El cuerpo aprovecha más nutrientes de las comidas; y los corpúsculos de sangre llevan más cantidad de oxígeno; función de suma importancia para las células vivas. También la comida se mantiene más tiempo sin corromperse. [Con agua blanda el ganado produce más leche; y sale más cremosa; también se necesita un 20 por ciento menos de forraje. La leche tiene un sabor más dulce y contiene menos bacterias. Estas conclusiones se basan en las investigaciones de Emmett Culligan.]

P. *¿Qué efecto le haría el agua destilada al enfisema?*

R. De acuerdo con el *Manual Merck*, es muy difícil diagnosticar el enfisema en todas sus formas. No en todos los casos pueden notarse los corpúsculos en la superficie del pulmón cuando descargan el bióxido de carbono y regresan con oxígeno. Hasta los niños tienen parches de depósitos de minerales en algunos

tejidos. El Dr. Brown Landone dijo categóricamente que a menudo depósitos de minerales acorralan las células, y las aprisionan de tal modo que no pueden funcionar normalmente. Los rayos X revelan esos depósitos en nuestras coyunturas, y a través de las paredes arteriales. Tal vez estos parches, acentuados en el fumador empedernido, podrían sellar de cierta manera el pulmón, y formar el enfisema. Este caso es parecido al de derramar Keroseno sobre agua estancada para que las larvas no salgan a la superficie. La teoría del Dr. Landone es que los minerales inorgánicos de algún modo se acumulan en alguna parte del cuerpo. En el caso del Dr. Landone, se formaron minerales en las válvulas del corazón. Después de tomar agua destilada algunos años, su corazón volvió a funcionar perfectamente; y vivió hasta la edad de 98 años. Si es aplicable este principio al enfisema, no me toca a mí decirlo. Muchos me han escrito hablando de sus buenos efectos. Ya que el Dr. Landone vivió hasta los 98 años; es mejor que yo me incline en esta dirección.

P. *¿Qué efecto hace el agua destilada en el cáncer?*

R. Repito: de acuerdo con el Dr. Landone, "El agua dura sella cada una de las células con una película muy fina; de modo que el oxígeno no puede penetrarlas y quedan oprimidas. La naturaleza produce entonces nuevas células, con menos capacidad de recibir oxígeno. Éstas son las llamadas células cancerosas. El agua destilada a menudo destapa estas células prisioneras permitiendo que les llegue oxígeno". ¿No parece lógico entonces que pasemos la vida entera tomando agua destilada y aprovechándonos de sus benéficos efectos?

P. *¿Qué efecto puede producir el agua destilada en la obesidad?*

R. El Dr. Landone declaró enfáticamente que cualquier persona, tomando exclusivamente agua destilada, podría acabar volviendo a su peso normal. El agua dura aprisiona las células, y los fluidos no pueden circular, porque están atrapados. Esta retención causa la obesidad. El agua destilada rompe esta barrera, y el peso vuelve a normalizarse. El Dr. Landone mantuvo su peso normal cuando comenzó a tomar el agua destilada, y logró vivir 98 años. Las personas que quieren normalizar su peso, deben tomar de cuatro a seis vasos de agua destilada media



hora antes de sus comidas, cualquiera que sea la dieta. Éste plan da buen resultado. ¿por qué no probarlo?

P. *¿Cómo puedo tomar agua destilada duante mi descanso en el trabajo?*

R. Yo tuve el mismo problema, pero lo resolví muy simplemente, Llevo agua destilada a mi oficina. Antes de salir a mi receso, tomo varios vasos de agua, luego, durante el mismo, ordeno una taza de café, y solamente tomo un poquito. El descanso del trabajo es para romper la rutina y conversar. Cuando viajo llevo varias botellas de agua conmigo. Si hago viajes largos, llevo mi destiladora portátil, y tomo el agua de cualquier sistema. Cuando viajé a países extranjeros —bajo los auspicios de Art Linkletter—, contraí una disentería terrible que me incapacitó por varios meses. Finalmente la sopa Campbell me ayudó a curarla. Pero mi destiladora habría prevenido todo esto. ¡Qué bendición para los que viajamos continuamente por el mundo! La buena salud y el buen sentido son dones de Dios. A veces nos preguntamos, ¿por qué las corrientes son tan amargas, cuando nosotros mismos envenenamos la fuente?

P. *¿Cuál fué el secreto de Connie Mack?*

R. Connie Mack, el capitán de los jugadores "A", del equipo de pelota de Filadelfia por más de 30 años, tenía la reputación de no permitir a los jugadores que tomaran agua dura en ninguna circunstancia. El no firmaba contratos a menos que a sus hombres se le diera agua destilada; y en algunas ocasiones, agua de las montañas, de bajo contenido mineral. El agua destilada mantenía a sus jugadores libres de estreñimiento, y en perfecta salud. Muy pocas veces sus jugadores tenían los hombros entumecidos debido a depósitos de minerales acumulados en las coyunturas. Si usted es aspirante al picheo en las grandes ligas como profesional, recuerde el secreto de Connie Mack. Él mismo se mantuvo en perfectas condiciones de salud hasta la edad de 90 años.

P. *¿Necesitan los infantes agua destilada?*

R. ¡Claro que sí! Muchos doctores insisten en asegurarlo también. Los niños nacen libres de contaminantes, y cualquier inmundicia en cantidad pequeña puede ser severo para ellos, porque aún no se han adaptado al medio. La fórmula que se les prepara

debe hacerse con agua destilada. Cualquier salpullido, o cualquier irritación, puede ser causada por los depósitos de agua dura que se acumulan en los pañales y el vestido. Muy a menudo pequeñas cantidades de nitratos pueden ser de fatal consecuencia para un niño acabado de nacer.

P. *¿Qué efecto puede tener el agua destilada en el cutis y en el cuero cabelludo?*

R. Recuerdo una compañía de cosméticos que trabajaba de casa en casa, que cayó en bancarrota. El increíble éxito que obtuvo fué debido a un simple producto: agua destilada perfumada. Una motica de algodón saturada en la preparación, limpiaba los poros. Sus clientes estaban entusiasmados con el producto y preguntaban cuál era el contenido. Desde que descubrieron el secreto comenzaron a hacer su propia preparación. El agua dura sella los poros, del mismo modo que deja manchas en las ventanas. Estas manchas son visibles bajo luz negra. ¡No nos sorprendamos de tener tantas infecciones de la piel, barros y otras erupciones! Hagamos el cambio a agua destilada, y usemos jabones sin detergentes; muchos de los problemas de la piel desaparecerán.

P. *¿Pueden los animales salvajes notar la diferencia?*

R. Veamos: pongamos nueve clases diferentes de agua delante de una cabra, escogerá el agua destilada. No podemos engañarla. A los pájaros que se les da agua destilada, vuelven año tras año. Caballos de carrera han perdido muchas competencias debido al cambio del agua. Un entrenador de caballos de carreras de San Diego relató algunas historias de sus propios caballos. *Acres U.S.A.* ha tenido numerosos casos sobre el valor del agua pura en la producción de animales. La destilación es la preferida siempre que sea posible hacerla. Si más dueños y entrenadores de caballos de carreras supieran este simple secreto, ellos multiplicarían el volumen de sus ganancias.

P. *¿El agua dura afecta a la apariencia y al sabor en la preparación de los alimentos?*

R. Claro que sí. He aquí un curioso cambio en el departamento de las comidas... ¡Ciertos vegetales como los guisantes, habichuelas y legumbres, son efectivos para suavizar el agua!

Estos absorben ciertas cantidades de minerales en el agua; tornándose corrugados. A su vez, también pierden un 50 por ciento de su valor nutritivo (como vitamina B1). El café y también el té, son afectados. Pierden el verdadero sabor cuando se usa el agua dura; esto explica los diferentes sabores que encontramos en diferentes lugares.

- P. *Algunos escritores están en favor del calcio que se encuentra en el agua dura. Dicen que es bueno para el corazón, las arterias y los huesos. ¿Cuál es su opinión?*
- R. La respuesta es muy sencilla. Si hay calcio en los tejidos, en las arterias y en los huesos, es bueno para el organismo. Sin embargo, si el calcio se encuentra afuera de estos órganos simplemente, no lo es. El agua dura deposita el calcio y otros minerales en las afueras. ¡La elección es clara!
- P. *¿Hay otras cosas que nos conciernen en cuanto al agua que tomamos?*
- R. Cuando empecé mi profesión, los únicos virus y enfermedades que se suponía venían del agua que tomábamos eran la hepatitis y la poliomielitis. ¡Hoy en día hay más de cien! Fuentes de información al respecto probablemente llenarían un folleto como éste. El diagnóstico de un río (el Connecticut) reveló una vez más, cuán sucia se ha vuelto nuestra "agua fresca". Una prueba al azar del Connecticut, reveló bacterias de enfermedades como la tifoidea, paratifoidea, cólera, salmonela, tuberculosis, polio, ántrax, tétano; y otros muchos virus más. Y como si esto fuera poco, repugnantes parásitos, como lombrices como la tenia, ascáride, anquilostoma y axiuro, y trematodos de la sangre que estaban presentes en abundancia también. John Dvorak, (*Omaha World Herald*, 29 de agosto de 1970) hizo ésta declaración: "Peces puestos en el río Omaha, Nebraska, tenían un sabor inaceptable. El pescado 'de la boca al plato' en los alrededores de la Kansas City, tiene un sabor "aceptable"; sin embargo, en el área de la Kansas City la contaminación es tal que perfora la piel del pescado". Algunas pruebas tomadas del agua del río Mississipi (más abajo de San Luis) se encontró ser tan tóxica, que aunque se diluyera diez veces con agua clara, el pez que se depositaba en esta mezcla, moría en menos de un minuto.

- P. *¿Necesitamos los minerales inorgánicos que se encuentran en nuestra agua?*
- R. ¡Absolutamente no! Nosotros obtenemos los minerales orgánicos de las comidas: de frutas, granos, nueces y vegetales; también las carnes suplen todos los minerales que necesitamos. La gente que vive más tiempo, los Hunzakuts del Himalaya, los Vilcabamba en Ecuador, y los Abkhazia en Georgia (del sur de Rusia) viven edades fantásticas. Ellos toman agua de los glaciares, que se comprueba que es la única agua destilada [National Geographic, Enero 1973]. Si desea entenderlo mejor, déjeme ponerle la substancia de éste libro en un solo párrafo: ponga una taza del agua que corre por el grifo en un sartén a hervir, los vapores que suben es el agua pura, y destilada. Es beneficiosa para la salud. Las manchas que quedan son minerales inorgánicos y substancias químicas no apropiadas para el consumo. El agua de lluvia no mancharía su carro, el agua del grifo sí. Nosotros no queríamos consumir agua que produce 'manchas'. Solamente el agua bien pura —libre de toda clase de minerales y substancias químicas—, debe entrar en nuestro cuerpo. Hubo una vez cuando nuestro planeta estaba cubierto de vapores que se condensaron y formaron nuestros ríos, lagos y océanos. Al condensarse estos vapores se convirtieron en agua de alta pureza; lista para nuestro deleite. Una regla que debemos seguir es ésta: —*"Si el agua produce 'manchas', no es apropiada para tomar. Si no produce 'manchas', entonces tomémosla!"*
- P. *¿El agua destilada extrae los minerales orgánicos de nuestro sistema?*
- R. ¡Desde luego que no! "Solamente los minerales inorgánicos que las células y los otros tejidos del cuerpo rechazan, si no son evacuados del mismo, pueden causar obstrucciones y hacer más daño aún todavía. Éstos son los minerales que deben ser eliminados; el agua destilada se encarga de colectarlos". Así lo dijo N. W. Walker, quien vivió 100 años. Es la persona más idónea pura decirle a la gente cómo llegar a ser centenario. El libro "*Living Health*", por Harvey y Marylyn Diamond, confirman éste descubrimiento.
- P. *¿Qué opinan los expertos?*

R. Los expertos dicen que necesitaremos veinticinco años, y setenta mil millones de dólares hacer una pequeña mella en nuestro mundo de contaminantes. ¡Para nuestra propia e inmediata tranquilidad nosotros tenemos que volver a nuestros huertos orgánicos, criar nuestros propios ganados, y destilar nuestra propia agua! Si esperamos mucho más podría ser demasiado tarde. ¡El fuego de la contaminación se mantiene ardiente, y es destructor! Para subsistir, tenemos que actuar ¡ahora! El profeta Isaías gráficamente predijo los tiempos que se acercaban, y que estamos viviendo hoy. "La tierra será enteramente abatida y saqueada; porque Jehová ha hablado esta palabra. La tierra se pone de luto y se marchita, el mundo desfallece y se marchita; desfallece la gente encumbrada de la tierra. La tierra también es profanada bajo sus habitantes; porque traspasaron la ley, cambiaron el estatuto, y quebrantaron el pacto eterno". (Traducción española V.M., S.B.A.) . . . "hasta las bestias y los pájaros y todos los peces dentro de la mar están pereciendo", Oseas 4:3. Las citas son sacadas del libro, *Nuestro Mancillado Planeta*, Ambassador College Press, Box 111, Pasadena, California 91101. El Dr. Paul Bragg, quien vivió hasta los 94 años, fue exponente de por vida de una salud vibrante, y escribió un libro revelador titulado, *The Shocking Truth About Water*; que debe ser estudiado por cada uno de nosotros. El agua dura nunca tocó sus labios, y tenía la presión de un joven de veinte años. Déjeme mencionarle (en sus palabras) su primera experiencia con el agua dura: "*Cuando era apenas un niño mi padre me llevó al circo P.T. Barnum. El más fascinante espectáculo para mí fue ver la mujer que se había convertido en piedra. Tenían allí, acostada en una cama, a esa señora a quien ellos podían hundirle púas y clavos en el cuerpo. Ella se mantenía rígida, inmóvil. Solamente podía mover los ojos. La mujer sufría de anquilosis, es decir que no había en su cuerpo una sola coyuntura que pudiera moverse. Todos sus tejidos nerviosos estaban paralizados; muertos. El hombre que explicaba éstas cosas extrañas, decía que ella era de Hot Springs, Arkansas. La mujer convertida en piedra era un verdadero misterio para mí, cuando era niño. ¡Pero no lo es hoy! El agua de Hot Springs, es una de las más pesadas (duras) en los Estados Unidos. Yo he visto análisis de ésta agua; tiene una alta concentración de carbonato de calcio, carbonato de potasio, y carbonato de magnesio.*

*La pobre señora del espectáculo del circo, era una víctima de estas aguas inorgánicas. Sus órganos vitales no eran lo suficientemente fuertes para expulsar estas concentraciones de minerales en su cuerpo; por eso se depositaban en sus coyunturas. Éste era un caso raro por supuesto, pero yo he visto muchos casos más de personas artríticas completamente lisiadas, que apenas pueden valerse por sí mismas. Existen hoy, en los Estados Unidos, unos 20 millones de personas que tienen artritis aguda".* El Dr. Bragg fue un testimonio patente de cómo vivir en un cuerpo de un joven de 20 años, teniendo 90. ¿Fue el agua destilada el factor que le ayudó? ¡Claro que sí! ¡La elección es clara! ¿Por qué esperar una enfermedad que nos inmovilice y nos envejezca? ¿Porqué no empezar joven, evitando así esto que llegue con seguridad? La juventud no se mide con los años; el futuro de cada uno puede ser glorioso, vibrante, lleno de aventuras y proezas heroicas. Continuar joven está al alcance de nuestras manos. La salud es como el aire que respiramos. No lo extrañamos, hasta que no nos privan de él. "La libertad personal no es el permiso de hacer lo que se nos antoje, sino la libertad de hacer lo que debemos hacer".

- P. *Por qué muchos de los primeros profesionales no escribieron sus declaraciones en vez de transmitirlos oralmente?*
- R. Hace treinta y cinco años los profesionales que escribían contradiciendo la ciencia oficial, iban directamente a la cárcel, sin volver a salir. Victor Irons fué encarcelado por las cosas que escribió en su libro, *La Vida Verde*. Wilhelm Reich murió en prisión por sus descubrimientos sobre la energía afuera del espectro electro- magnético. El fenecido Dr. Carey Reams gastó su vida y fortuna defendiendo su teoría biológica de la ionización y también pasó tiempo encarcelado. Solo recientemente esta tiranía judicial ha mejorado algo. Le debemos mención de honor a muchos . . . aunque nunca hayan escrito.

# Lo Que Dicen Las Autoridades Médicas

H. W. Holderby, D.D., manifestó lo siguiente en su asombroso *Reporte Sobre El Agua*:

*Ahora un nuevo veneno ha sido añadido al agua que tomamos y a nuestra pasta de dientes. Este veneno amenaza nuestra salud y nuestra vida. Millones de personas se están envenenando en esta forma; hasta morir.*

*El mundo de la profesión médica y dental se ha visto sacudido en sus cimientos, por las investigaciones gubernamentales en cuanto al contenido de fluoruros en la pasta de dientes. El fluoruro se deriva del flúor; y es una de las substancias químicas más venenosas para los seres humanos. Aunque no es peligrosa en cantidades pequeñas. Las investigaciones gubernamentales de 156 casos de muertes de cáncer en los tres últimos años indica que el fluoruro se acumula en el cuerpo; y eventualmente causa cáncer, u otras enfermedades fatales. La pasta de dientes es la segunda fuente de fluoruros, seguida del agua, que es la primera.*

*El ácido fluorídico ataca casi todas las cosas. Su acción química es tal que todo envase que lo contiene, debe ser forrado de goma, o de plástico; porque corroe casi todos los metales. ¿Qué no hará entonces a los tejidos del cuerpo? A éste ácido le llaman "El Gato Montés" del mundo químico. Éste se une a otros metales (más que ningún otro) formando nuevos compuestos. De ningún modo podría ayudar a los dientes que están hechos de calcio; ya que de acuerdo con el dispensatorio (U.S. Edición 24, página 1456): "Los fluoruros son venenos violentos para todos los tejidos vivos, por la precipitación de calcio que ocurre".*

*Las autoridades médicas han declarado que puede causar cáncer, nacimientos de Mongoloides, desórdenes de los riñones, enfermedades de los huesos, impotencia y hasta locura".*

Una copia del reportaje del Dr. Holderby, se puede conseguir en: Natural Foods Associates, P.O. Box 210, Atlanta, Texas 75551.

## Lo Que Dicen Los Consumidores

Una botella de veneno tiene pintada en su etiqueta una calavera; pero no había tal cosa en los grifos del agua de las casas en la

ciudad de Madison que me dijera que el agua que usábamos para cocinar y tomar, era una de las más venenosas conocidas por el hombre. Tuvieron que transcurrir dieciséis años para darme cuenta de la fluoración del agua de Madison, y luego tomar medidas para remediarla. ¡Dieciséis largos años de fluorización de mi sistema! siete de los cuales pasé acosada de dolores y desesperación; porque no sabía lo que me acontecía y mi doctor no podía ayudarme.

Estudí todos los libros y artículos que pude encontrar sobre la fluoración. He hablado con los que conocen a fondo este tema. También he consultado con las autoridades de salubridad; (los hombres que deberían ayudarme) y solamente me aconsejaron que me mudara de Madison si consideraba que la fluoración me hacía daño. Las madres no le daban a sus hijos el fluoruro (el que se suponía fortalecería sus dientes y les evitaría cavidades) de modo que se aconsejaba que los niños tomaran medicamentos aunque no quisieran.

La pregunta que me hacía con más frecuencia era: "¿Cómo puedo yo saber que la fluoración del agua hace daño? Esto creaba un conflicto. ¿Cómo podría asegurarme? Si cada vez que yo comía un huevo éste regresaba tal como lo había tomado, yo podría saber que era prohibitivo en mi dieta; o si tuviera que tomar agua de lejía, yo sabría que me quemaría de pies a cabeza, también sabría que mi cuerpo me diría: ¡No, no! ¡No debes tocarlo!

Pero, ¿cómo podría yo saber que el agua fluorada es un no absoluto? No hay sensación de quemadura al tomarla; el estómago no se rebela al ingerirla al principio. No tiene mal olor; y ni siquiera el sabor me avisarla que hay peligro más adelante. Entonces, ¿cómo llegaría a saber la realidad?

Solamente lo sé por una experiencia muy amarga que pasé; es una historia muy larga. Únicamente hablaré de las cosas más importantes.

Yo era el "marimacho" de Paddock. Podía brincar, correr, treparme en los árboles, y balancearme como cualquier otro compañerito. También usaba el azadón en el jardín, limpiaba la casa de las gallinas; me encantaba tanto estar a la intemperie. También me uní al "WACS", y marchaba junto a los que eran más jóvenes que yo. Viajé a Alaska, y allí ayudé a mi hermano a construir su nuevo garaje. Me sentía muy saludable en aquel entonces.



¡Sí, también tenía mis contratiempos! El estómago se me desajustaba a veces (tenía una úlcera latente) parecía ser el resultado de un disco vertebral dislocado, que de algún modo me lo ocasionaba. Pero por lo demás yo era una persona saludable. ¡Entonces viajé a Madison! Allí gradualmente la salud se me escapaba, dando lugar a dolores y trastornos, alergias, noches sin dormir; y también sentía un nerviosismo intenso.

Cuando llegué a Madison en 1949, no sabía que su agua estaba fluorada. No supe por qué de repente mi úlcera latente comenzó a activarse; tenía dolores en el lado derecho y me daban escalofríos de arriba a abajo cuando me acostaba del lado izquierdo. Mi doctor no encontraba la razón. A él nunca le enseñaron a decir: Posiblemente no toleras el agua fluorada, deja de tomarla por ver el resultado. En lugar de esto me decía: "Te estás poniendo vieja Mona . . . muy vieja".

No sucedió como él pensaba. Por eso me tocó a mí buscar la respuesta; encontrar lo que me estaba pasando. Me tocaba saber por qué estaba tan entumida y no podía voltearme de lado sin aferrar la orilla de la cama, no podía gozar una noche completa dormida, sin tener que esperar la madrugada incorporada en el sillón reclinable. Me tocaba a mí saber por qué había desarrollado alergias tan súbitamente. También determinar por mi propia cuenta que después de pasar seis meses sin tomar el agua fluorada, ya no necesitaba las inyecciones que me administraron (regularmente) durante siete largos años. Hice el descubrimiento por mi misma, suspendiendo el agua fluorada de Madison.

Lavar los platos era una tarea ardua para mí en aquel tiempo, porque las costillas y los pulmones, se me revelaban. El doctor pensó que el lavadero estaba montado muy bajo. Me dijo que mis pulmones estaban bien, y que el hígado funcionaba muy bien también, que no parecía tener nada.

¿Entonces, por qué no podía escribir? Mi trabajo dependía de mi escritura; porque tenía que hacer correcciones en el margen de los papeles de mis estudiantes; y parecía entonces que hacía las letras cinco veces más grandes de lo normal. También cuando trataba de escribir, el brazo me daba unos tirones, y brincaba una pulgada en la página. Todo esto era muy molesto y humillante pero, ¿qué podía hacer entonces? Físicamente estaba bien, según me lo aseguraba el doctor.

Entonces fue cuando supe del agua fluorada de Madison; decidí dejar de tomarla. Las personas de la tienda de Productos Naturales de Madison me ayudaron a obtener agua y comida sin fluoración; y sin veneno de fertilizantes, herbicidas, e insecticidas. Les estoy tan agradecida. Mi única forma de pagarles sería diciéndole al mundo el daño que hace el agua fluorada para la salud mental y física de la mayoría de los individuos.

Ustedes podrían decirme: "Los herbicidas y los insecticidas fueron las cosas que le hicieron daño." Sí, creo que me hacían daño; pero también he descubierto que con un solo vaso de agua de Madison (sin cambiar en nada mi dieta) me regresan los dolores y las miserias. Ya lo he comprobado.

Ahora también sé que si continúo viviendo en Madison — y mi trabajo lo requiere —, no debo tomar su agua fluorada. Ahora sé que debo llevar mi agua y mi comida adondequiera que vaya; si es que voy a alejarme de mi departamento un tiempo considerable. Tengo una gaveta especial en el escritorio de mi trabajo donde guardo tres recipientes de agua, todo el tiempo. No puedo salir con mis compañeros de trabajo, tengo que quedarme detrás de mi escritorio. No puedo frecuentar las fiestas de la oficina, reuniones de la iglesia, ni los restaurantes de Madison para merendar con mis amigas durante las temporadas de compras. No puedo ir a ciertas convenciones en las afueras de Madison sin llevar mi agua y comida. Entonces, ¿adónde voy a quedarme mientras mis amigos están de banquetes?

Recientemente decidí rebelarme y pensé que una sola comida con amigos no me haría daño. Me engañé. Tardé tres semanas en reparar el daño. Mis tobillos se mantuvieron hinchados durante este tiempo y todavía me duelen al tocarlos. El antiguo dolor en las vías intestinales me volvió, y mi corazón brincaba al menor susto; los ojos se me pusieron lagrimosos, y las manos temblaban como cuando se tiene fiebre palúdica.

Recientemente sentí la necesidad de visitar dentista, quien me dijo en la segunda visita que mis dientes estaban manchados. Mis dientes manchados ¿por qué? fué mi pregunta. El no lo sabía. Y yo tampoco.

El pequeño pueblo de Wisconsin, adonde yo pasé los primeros diecinueve años de mi vida, contenía cerca de dos partes por millón de fluoruro en sus aguas. ¿Era esta cantidad suficiente para

causar dientes manchados a la población? Supongo que sí, porque el "Servicio de Salud Pública" ha encontrado dientes manchados en Kewanee, Illinois, y en Marion, Ohio; ambas ciudades usan el agua fluorada.

¿Puede ser que los huesos de mis mandíbulas hayan sido afectadas por el fluoruro que ingerí mientras tomaba agua cuando era niña? ¿Sería ésta la razón de que, después de venir a vivir a Madison — y tomar su agua fluorada —, las mandíbulas me dolieran cuando comía zanahorias o mientras masticaba carne? ¿Podría ser ésta la razón de que los empastes grandes de las muelas se me cayeran después de haber venido a vivir a esta ciudad de Madison? ¿Por qué el dentista no encontraba la razón del dolor que sentía en uno de los incisivos?

Es muy posible, porque el dolor me abandonó cuando dejé de tomar el agua fluorada de Madison; pero el daño está hecho. Mis dientes más importantes han desaparecido, reemplazándolos los artificiales.

El daño está presente, porque no puedo usar el agua de Madison ni siquiera para el baño; ni para lavar los platos. Esta declaración parece imposible de creer, pero ha sido un hecho en mi persona. Yo supongo que el vapor de ésta agua también me afecta. Algunos dicen que no es posible. Lo único que puedo decir es que mis pulmones y costillas ya no están adoloridas. Duermo toda la noche, y me doy vueltas en la cama, prácticamente sin dolor. Ahora escribo entre líneas con letras pequeñas y compactas; y mi pluma no brinca las páginas. Mi doctor dice: "Con tal que te sientas confortable, esto es lo que cuenta. ¿Quién podría decir lo que a ti te afecta, y lo que no te afecta; o lo que afecta a la mayoría de la población? ¿Quién podría decir que tú estás imaginando cosas; y estar seguro de su aserción? Cada día te sientes mejor; si no tienes ya más dolores: es todo lo que importa. Deja que los demás hablen si quieren".

Pero yo no los dejo hablar más. Yo les respondo. Ahora lucho abiertamente. A los que dicen que estoy loca, que soy novelera en cuanto a alimentos, que estoy hecha una hipocondriaca; los desafío ahora a la lucha. Tal vez no llegue a ver el fin de la fluoración durante el curso de mi vida, pero ellos sabrán que no estoy callada. El fin de la fluoración ya no me ayudará a mí; porque los residuos quedarán en las tuberías durante muchos, muchos años, y mi

cuerpo ya está tan sensible a este efecto que no podría beber el agua de Madison, aunque nunca más le pongan una gota de fluoruro. ¡Cosa triste, pero es verdad! Continúa la pelea, y buena suerte. Yo seguiré con mi modesta lucha. Otros seguirán y algún día acabaremos con ésto. *De la correspondencia de Ramona H. Paddock, Madison, Wisconsin al Dr. Allen E. Banik.*



Sería de mucho interés para usted saber que yo puedo comprobar la teoría del agua destilada de su libro: "La elección es clara," que acabo de leer.

El día de San Patricio, hace algunos años, fui hospitalizado con un ataque masivo de corazón, ocasionado por una trombosis coronaria. En aquel entonces era "un hombre gordo", con todos los "requisitos" para convertirme en un típico lisiado cardiaco.

Los procedimientos de emergencia de los doctores indudablemente me salvaron la vida, pero me quedaban dudas muy serias de la eficacia de su cura a largo plazo, que incluía inyecciones de heparín. En vez de seguirlos, yo mismo me puse a una dieta estricta, terapia de vitaminas, agua destilada, y ejercicios.

El resultado que obtuve sobrepasó mis expectativas. Me siento mejor ahora a los 67 años que cuando tenía 47. Mis arterias se han suavizado, mis coyunturas están más flexibles, mi vista es más clara y mis nervios están más calmados. Además se me ha aclarado la pesadez de la cabeza que me agobiaba. ¡El libro suyo, y el Dr. Bragg, me han convencido de que el agua destilada ha tenido grande importancia en mi programa de rejuvenecimiento!

Buena suerte en su lucha contra la contaminación. Su libro debe ser un requisito de lectura en las escuelas y Universidades.—*Ben H. Martin, California.*

## Lo Que Otros Han Escrito

"Hace siete años me rompí un brazo. Después de este accidente me comenzó artritis en ese brazo; no podía ni levantarlo ni dormir del lado derecho. Después de leer su libro, y de aplicar sus teorías, se me desapareció la artritis. Ahora puedo dormir confortablemente." — *Mrs. P.B., Nebraska.*

"Yo me sentía completamente agotada al terminar las tareas del día. Al limpiar solamente una parte de mi casa, ya me sentía agotada. Ahora puedo trabajar el día entero y disfrutar a la vez de mi trabajo." — *Mrs. J. L., Nebraska.*

"Acabo de finalizar la lectura de su libro, *La Elección Es Clara*. Todo está explicado muy claramente. El libro tiene un contenido excelente. Me gustaría recibirlo en cantidades mayores, para ayudar a difundir este evangelio." — *Pastor G.N.K., California.*

"Su libro prueba de una manera excelente, el incalculable descubrimiento de cómo vivir una vida saludable. A mí me convirtió en un creyente. Por favor mándeme cien copias para distribuirlo entre mis pacientes." — *Dr. W.G.H., Iowa.*

"A través de los años he perdido cuatro periquitos por infecciones de artritis. Éstas enfermedades habían sido declaradas incurables. La artritis le dio también a un quinto perico. Sus patitas estaban ya muy lisiadas; parecía morirse poco a poco. Después de aplicar sus sugerencias, mi periquito está bien ahora, y muy feliz. Los depósitos de sus miembrecitos se disolvieron y ahora puede brincar ágilmente, y encaramarse." Ha vuelto a comer, hasta ponerse gordito. — *Dr. J.G.T., Atlanta, Georgia.*

"Mi doctor me dijo: 'Usted tiene una enfermedad incurable'. Hace un mes, o más, que mis tobillos comenzaron a hincharse. Después de tomar agua destilada, la hinchazón comenzó a bajar. Ahora comienzo a sentirme muy mejorada en general. Nunca me habría imaginado los maravillosos resultados del consumo de agua destilada." — *V.E.G., Minnesota.*

### **El Agua Blanda, Y El Endurecimiento De Las Arterias**

Hace algunos años la revista *Lancet* declaró que tiene que haber una relación directa entre el agua blanda y el endurecimiento de las arterias; y que el "agua dura" saturada de calcio y de magnesio, añadía elasticidad a las arterias.

Algunos escritores incautos, partidarios de la forma de vida inorgánica, de algún modo se desviaron hacia el "agua dura" y su

teoría. Mi convicción es que una vez que has creído en la forma orgánica de vivir, debes continuar sin vacilaciones.

El Dr. Henry Schroeder de la Escuela Médica Dartmouth, un oponente de la teoría del agua dura, ha estado intrigado por los efectos fisiológicos y patológicos de los elementos residuales. Él no culpa al agua blanda ni su carencia de calcio y magnesio, sino su alto contenido de cadmio derivado de las tuberías por donde pasa el agua. El cadmio compite con el zinc en el proceso de las coenzimas; reemplazándolo en actividades metabólicas, relacionadas con la utilización de las grasas. El doctor Schroeder piensa que el cadmio es el factor clave en la patogénesis de: la arteriosclerosis y la hipertensión. Su excelente libro, *The Trace Elements and Man*, está en imprenta.

De modo que no sería el agua blanda la que debemos culpar, sino las sustancias químicas que recoge al pasar por los conductos. El agua destilada, o cualquier otra agua, no debe pasar por tuberías de cobre, hierro, ni plomo. Hagamos el sencillo experimento de poner un poquito de agua en un recipiente de vidrio y dejémosla evaporar. Hagamos lo mismo con agua destilada, y notemos los resultados.

Se reconoce ya que las piedras de la vesícula se forman de los componentes de la bilis, y contienen colesterol, pigmentos de bilis, y calcio de sales inorgánicas. Si el calcio contribuye a formar las piedras, ¿por que no puede causar también el endurecimiento de las arterias? ¡La elección parece ser muy clara!

• • •

Éste libro fué escrito para ayudar a las personas a entender la relación que tiene el agua con la salud, la longevidad y, en consecuencia, con el bienestar de nuestra nación. Mientras usted planea su futuro, y el de sus hijos, no pase por alto la causa fundamental de todas las enfermedades. Conozca los hechos. Compenétrese de la verdad, y ayude a edificar una América poderosa y saludable.

Nosotros no vivimos aislados unos de otros, ni tampoco trabajamos solos. Solamente por esfuerzos combinados — en pos de una causa común, podemos remover las montañas de dificultades que se presentan. Con este pensamiento en mente, humildemente te presento este mi tratado, como una contribución. ¡Que crezca en tú corazón, como creció en el mío!