

<https://youtu.be/IgDp6W6eM4Q>

## **#81 Правильное и здоровое питание. Прана, живая еда, белок, лечебное голодание, связь духа и тела.**

Опубликовано 13 мая 2020 года

Участники:

Ирина Подзорова - контактёр с внеземными цивилизациями;

МидгасКаус - представитель планеты Эслер, биолог, психолог и специалист по инопланетным цивилизациям.

ЛиШиони - представитель планеты Шимор, специалист по астральному миру и его взаимодействия с материальным миром;

Владимир Гольдштейн - журналист, Чикаго, США.

Карим – гость.

### **2:03**

**Карим:** Расскажите есть ли разница в праническом и не праническом питании, и как это влияет на духовную эволюцию? Как влияет термическая обработка на пищу?

**Ирина:** Отвечает МидгасКаус с планеты Эслер, он ученый-биолог, как раз исследует эти вопросы в наших организмах.

Если вы имеете в виду тот вид энергии, который отделяет духовный мир от материального, то его содержание в той точке пространства, хоть в вакууме, хоть в комнате, хоть в воздухе, хоть в любом атоме, оно примерно равно, так как оно порождает материю.

И оно ни в коей мере не зависит ни от термической обработки, ни от любой другой: химической, термической, физической, любой другой обработки, которая действует на материю, она не может зависеть и изменять ее количество. Значит, вы все-таки ведете речь про более материальную энергию сейчас, если вы упомянули термическую обработку.

**Карим:** Ну, я к примеру привел, если мы возьмем сейчас белок капусты, нашинкуем и получим, скажем, целый таз капусты из одного белка, который по объему большой, возьмем эту капусту и положим на сковородку, и пожарим. По количеству оно очень существенно изменяется и становится буквально одной чашечкой готовой капусты.

**Ирина:** И о чем это говорит, по вашему мнению?

**Карим:** По моему мнению, это говорит о том, что эти химические связи, я, конечно, извиняюсь, что может быть я не готов был к этому определению или дать это определение конкретно, но вот эти вот энергохимические связи, они рассыпались или трансформировались во что-то другое, и капуста из живой капусты или несущей определенное качество энергии структурировалась в другой вид энергии, то есть она потеряла ту энергию, которая может быть была бы очень важной для того, чтобы наше пищеварение было полным, чтобы пресыщение организма было полным для того, чтобы и развитие, и эволюция шла в правильном направлении.

**Ирина:** Да, понятно. Карим, дело в том, что капуста становится меньше по объему не из-за потери энергии, а из-за того, что из ее клеток выходит сок от температуры и растворяется в масле или в воде, смотря в чем, вы ее будете нагревать.

Можно наблюдать обратный процесс, если вы возьмете любую крупу и сварите ее, наоборот, объем увеличится.

Это не говорит о том, что энергия туда зашла, в той форме, в которой вы это представили. Это говорит о том, что при варке крупы любой, ее оболочка, то что состоит из клетчатки, есть такой вид материи – клетчатка, она стала расщепляться на более простые углеводы, и в эти бреши, на которые она стала распадаться, стала поступать вода из сосудов, в чем она варится, поэтому объем увеличится, видимый объем.

Но это не значит, что это именно энергия сделала, потому что вода в соответствующем объеме в сосуде уменьшится.

Эта химия, которая происходит с пищей от термической обработки, которая изменяет ее видимый объем, они не влияют именно вот таким образом на энергию. Там и происходит изменение химических связей, но немного в другом.

Опять же, как я уже говорил, на разные типы веществ в пище термическая обработка и ее время, и температура влияют совершенно по-разному. И конечный продукт, который потом получается, по-разному влияет на организм. Здесь нужно говорить уже более детально. Вас термическая обработка или ее отсутствие какой пищи интересуют?

**Карим:** Ну, в основном, конечно, растительной пищи, и еще вот момент по злаковым, по крупам, по зернобобовым, в целом, конечно, это тоже такой момент, который я хотел бы обсудить, если есть время.

А вообще, конечно, по растительной пище, по листовой зелени, по

корнеплодам. Просто практика показывает, что питание термически обработанной пищей вызывает задержку пищеварения, застои в пищеварительном тракте, показывает, что идет захламление организма, процесс антигенетики тела, воспаления в тканях, как вот это объясняется?

**Ирина:** Я понял. Он говорит, что разный вид пищи по-разному принимается организмом в свежем или термически обработанном виде, или обработанном какими-либо веществами, ну, там, солением, копчением, уксусом и так далее. То есть разный вид пищи по-разному реагирует на эти вещества и другие виды химической, термической обработки. И как вы сейчас упомянули зелень, то есть под зеленью я понимаю свежие листья различных пряных трав, правильно?

**Карим:** Да.

**Ирина:** Вот именно зелень я никому бы не рекомендовал термически обрабатывать. Почему? Именно измельченные листья.

Я рекомендовал бы, и если даже вы любите, есть термически приготовленную любую пищу, независимо от того, животная она или растительная, но если вы ее любите кушать, то в любом случае, зелень я рекомендую добавлять в уже готовое блюдо, то есть даже ни одной минуты термически не обрабатывать.

Ну, естественно, ее помыть, то есть можно ошпарить кипятком, но не более того. Если сомневаетесь в ее гигиеничности. Потому что в ней содержатся витамины, которые разрушаются при термической обработке. Но есть еще один нюанс. Также витамины разрушаются медленнее, находясь в мелко измельченном виде на ярком свету.

Если вы ее будете есть в свежем виде, лучше ее измельчить прямо перед употреблением. Это во-первых. А во-вторых, в зелени кориандра, базилика и т.д. содержатся очень полезные эфирные масла, которые обладают антисептическим действием, иммуностимулирующим действием, и которые при термической обработке с веществами пищи образуют такие соединения, которые теряют свои свойства. Они не теряют свои химические свойства, но они теряют эфирные составляющие, которые вы можете почувствовать как запах. Это поток очень мелких молекул, которые вы можете втягивать носом. И они быстро разрушаются при температуре.

Что касается другой сырой пищи: чтобы человеку избежать расстройств пищеварения и проблем со здоровьем, ему надо питаться разнообразно.

Для существ вашего вида полезнее всего разнообразное питание. То есть не должно быть обработанной вареной однообразной пищи, это может привести к

замедлению перистальтики кишечника, особенно при недостатке физических движений, а сейчас эта проблема есть у многих, т.к. у многих есть работа, связанная с недостатком движений.

Поэтому желательно овощи - корнеплоды такие, как свекла, морковь и т.д. употреблять в сыром виде. Но есть индивидуальный момент: если у человека нет недостатка ферментов или панкреатита, или пониженной кислотности, то его организм может потреблять сырые овощи. Если у него недостаточно ферментов, то его организм не сможет разрушить растительные оболочки. Клетчатка бывает трудна для переваривания.

Термическая обработка предназначена не только для того, чтобы было легче жевать, но и для того, чтобы с помощью температуры вещества перешли в такое состояние, более подготовленное для обработки ферментами. Поэтому лично я считаю, что в рационе человека должна быть и вареная пища, и сырая (исключая зелень, ее нет смысла варить, ее кладут в готовое блюдо).

То же самое касается корня имбиря свежего. Его тоже лучше класть в готовое блюдо. Что касается капусты. Ее полезно употреблять и в свежем виде, и в квашеном виде. Когда туда добавляют соль, и делают заготовки консервированные (и огурцы тоже), то лучше использовать яблочный уксус и совсем немного. Одной соли недостаточно, т.к. для предотвращения гниения ее надо положить много, и человеку будет не вкусно это есть.

Что касается картофеля: его лучше обрабатывать термически, т.к. он обладает такой структурой, что крахмал в нем содержащийся усваивается лучше при термической обработке (как и мука). Тем более это касается круп, муки и тому подобных вещей, т.к. у этих растительных клеток очень жесткая оболочка.

Таким образом, вид пищи, который полезен, для организма обусловлен строением ее клеток.

Фрукты желательно есть в сыром виде.

Доля сырых и вареных продуктов должна присутствовать.

## **18:57**

Что касается животной пищи, то мы сейчас перейдем на молочные продукты. Если молоко не от вашей личной коровы, которую вы проверяли на бруцеллез, то лучше его если и не кипятить, то довести до 70 градусов минут на 20. Что касается свойств молока и овечьего тоже.

Творог и сыры термически не обрабатываются практически, но здесь на ваше усмотрение.

**Карим:** Творог и сыры это абсолютно денатурированный продукт, шлак, он не является продуктом питания. Это просто влияние на сферы мозга, которые вызывают зависимость.

**Ирина:** Я сейчас говорю про тех людей, которые любят эти продукты. В любом случае, они есть, и тем более на Востоке любят сыры из козьего молока или овечьего. Я призываю быть осторожными в этой сфере и обрабатывать термически молоко, особенно если вы не знаете лично хозяев, кто держит скот, потому что есть инфекции, быстро размножающиеся в молоке.

## **20:58**

Денатурация – это переход части белков в аминокислоты. Но в случае с белками животными или растительными (есть виды растений, где много белков), то денатурация белков помогает их перевариванию именно потому, что в организме тоже происходит денатурация белков.

В организме денатурация белков происходит с помощью панкреатических ферментов, которые вырабатываются поджелудочной железой. Денатурация начинается уже в желудке с помощью пиксина и хлористоводородной кислоты, а продолжается в тонком кишечнике с помощью ферментов поджелудочной железы, и здесь, обработав термически белковую пищу, вы лишь поможете своим железам перевести эти белки в аминокислоты для того, чтобы ваш организм в дальнейшем смог построить из них свои собственные белки.

Так как белки в растительной и животной пище довольно значительно отличаются от белков вашего организма. Все белки, какие бы они не были, состоят из одних и тех же 20 аминокислот (на Земле). И чтобы эти белки разбить на отдельные кирпичики – аминокислоты, из которых потом будет состоять ваше тело, нужна термическая обработка либо переваривание вашим организмом, а чаще и то, и другое вместе.

Белок в сыром продукте переварится, в любом случае, но это будет зависеть от количества панкреатических ферментов в организме и от количества желудочного сока, а еще от того, насколько тщательно вы прожевали пищу перед проглатыванием. Если недостаточно измельчили, в глубине пищевого комка белки останутся не переработанными. Не переработанные белки в тонком кишечнике двигаются в толстый

кишечник, где становятся хорошей питательной средой для кишечной микрофлоры.

Здесь все зависит от вашего иммунитета, процессы гниения в кишечнике есть у каждого, вес бактерий у каждого человека около 2 – 2,5 кг. Естественно, им нужно чем-то питаться. Хорошо бы, чтобы из пищи большая часть белков попадала к вам в виде аминокислот для строительства вашего тела, а не микробам. Это полезнее и для вашего кишечника, и тела в целом.

**24:42**

**Карим:** Как можно объяснить праноедение и сырое моноедение? Причем, люди, которые практикуют это, имеют высокое количество энергии и могут обходиться без разнообразия и без приготовленной еды. Они употребляют 1, 2, 3 продукта, употребляемых отдельно в маленьком количестве. При этом практики Тай чи.

Как происходит метаболизм у таких людей, и вообще процессы метаболизма в каких режимах могут протекать? Есть люди, которые практикуют вообще неедение и живут полноценной жизнью и даже свыше этого. Как можно это объяснить?

**Ирина:** Это очень индивидуальный вопрос. Вообще все эффекты от еды, от разнообразной еды, от однообразной еды, самочувствие, энергия - зависят от веры человека в то, что он делает это правильно. Его вера запускает энергию для правильного обмена веществ. Если человек будет питаться разнообразно, будет кушать то, что есть в магазине, покупать ту еду, которую вы считает мертвой и будет верить, любить, желать людям добра и верить, что это ему подает Бог, и благодарить его за эту пищу, с ним все будет в порядке.

Веганы, которые питаются только растительной пищей - они не просто ею питаются, они за это благодарят Бога, и запускают процесс синтеза необходимых аминокислот из того, что у них уже есть в организме. Но это опять вопрос их личной веры.

**27:29**

**Карим:** Я слышал, что преданные бхакти вкушали прасад долгое время, с верой в то, что они делают все правильно, но однако имели серьезные заболевания. Наличие заболеваний и их вера, которая рождает эту энергию, оно никак не связано? Заболевания и употребление еды не связаны меж собой?

**Ирина:** Заболевания могут быть связаны не только с едой, у них очень много причин. Они индивидуальны для каждого человека. Очень часто это

психосоматические причины, которые никак с едой не связаны. Также это могут быть инфекционные причины, травматические причины, очень разнообразные причины для различных болезней. Кто живет среди веганов давно, знает, что и у них есть болезни.

## 28:41

**Карим:** Как объясняется тот факт, что лечебное голодание способно излечить практически все состояния, которые имеются в наличии? Есть мнение, что если заболевание нельзя вылечить голоданием, то его нельзя вылечить вообще?

**Ирина:** Здесь соединились два момента: голодание - это, во-первых, стресс для организма, так как он лишается той пищи, к которой привык изначально. То есть он привык получать определенные порции пищи и т.д. Но если его лишают пищи, то он испытывает стресс, и от этого сильнее включается, чем у обычного человека инстинкт самосохранения.

Инстинкт самосохранения запускает такие процессы в теле для экономии сил, так как еды извне не поступает, запускает такие процессы проверки всего организма на те процессы, которые энергозатратны.

То есть, если это какие-либо воспалительные процессы, где существуют те микроорганизмы, которые не особо опасны для организма, но антитела все равно там вырабатываются, и у человека там болит. От этого возникает боль и воспаление. То, попадая в состояние голода, такой организм уже больше не тратит энергию на этот воспалительный процесс, он перестает туда пускать ваши защитные клетки, и воспалительный процесс останавливается.

Это я говорю в самом общем виде. Потому что организм, чтобы выжить, останавливает все энергозатратные процессы, которые можно остановить в этом месте. И на это он тоже тратит свою энергию, свою жизненную силу, которая была ранее в нем заложена. Он на это тратит, чтобы последним усилием подавить те воспалительные процессы, которые можно подавить на этот момент.

Это жизнь в экстренном режиме. Когда нет уже времени и сил для длительных войн лейкоцитов с микробами. Именно поэтому голодание может помочь, если брать в расчет физические причины. И опять же, это зависит от веры человека в этот метод. Если она есть, то вера способна изменить любые процессы в физическом теле. Почти любые, так как эта энергия способна изменять химические, гормональные и биологические процессы в физическом теле. То есть если человек будет верить, что голодание ему поможет, будет верить в это искренне, то так оно и будет. Если он в это

не будет верить также искренне, то оно ему не поможет. Именно ему и именно в том состоянии, в котором он находится.

### **32:41**

**Карим:** Единственная энергия, которая присуща продуктам питания – это биохимические связи, которые структурируют материю этого продукта. Если это так, то как можно понимать карму по питанию, которая говорит о том, что определенные продукты вызывают определенные духовные состояния. Если представлять пищу только как биологические связи, то как понять влияние продуктов на духовное состояние?

**Ирина:** Духовное состояние можно вызывать воздействием на тело, потому что пока дух и тело связаны жизненной силой, они могут влиять друг на друга. Состояние духа очень легко влияет на тело. Но также состояние тела, изменение его химического состава очень легко влияет на дух.

Простейший пример – опьянение. Это простейший пример того, как очень простое по строению химическое вещество, которое мы называем этиловый спирт, попадая в тело и вызывая там определенные химические, именно химические, биохимические изменения, может изменять вибрации уже духа.

Это все передается, даже если дух выйдет из тела в астрал, астральное пространство, а он будет при этом сохранять связь с телом по нити жизненной силы, то связь эта будет сохраняться, и человек, который употребил алкоголь, будет передавать соответствующие вибрации уже вышедшему из него духу. Это самый простейший, самый яркий пример.

### **34:49**

**Владимир:** А можно мы вернемся, Мид не ответил до конца на вопрос о голодании. Он сказал, что тут соединились две причины, первую он осветил, а вторая?

**Ирина:** А вторая – это вера. Если он будет верить, ему поможет больше. Если не будет верить, ему либо вообще не поможет, либо меньше поможет.

**Максим:** Я вам больше скажу, если вы верите, что то, что вы делаете – помогает людям, и ваша вера настолько чиста и откровенна, то она действительно будет помогать людям, помогать им набирать энергию. Я имею в виду то, что если вы держите ресторан и насыщаете его всей своей верой, насыщаете этот ресторан энергиями, праной, о которой вы говорите и всеми остальными делами, то на уровне



восприятия этого пространства оно так и будет.

**Ирина:** Для людей, которые способны это почувствовать или в это поверить.

**Максим:** Да, особенно для людей, которые придут в атмосферу, почувствуют это, поверят и соответственно получают именно то, что вы вкладывали в то, что вы делаете.

**Ирина:** А если не почувствуют и не поверят, то они заблокируют для себя получение этой вашей энергии.

### **36:01**

**Карим:** Спасибо за ответ. Следующий вопрос – о режимах метаболизма и структуре лимфатической системы, и ее роль в процессах метаболизма.

Насколько я понимаю, жизненная энергия (мы ее тратим или получаем) заложена в нас еще с рождения. Внешнее питание, которое является неестественным для организма (если человек всеядный, то он может есть все, но я так не считаю) – должно быть ассимилировано, его остатки должны быть выведены. И тут энергия организма расходуется, тем самым уменьшается срок жизни человека. Лимфатическая система, насколько я изучал это, вытягивает энергию из недр организма. Сыроедение и моноедение, которое способно взять энергию извне, из сырых продуктов, усвоить ее и напитать организм при минимальной потере собственной энергии. Мы знаем, что левосторонне вращающаяся фруктоза свободно входит без ферментов и питает клетку. Если мы едим спелое яблочко, хорошо пережевываем и насыщаемся только им, то свою энергию на ассимиляцию не расходует. За исключением того, что остатки должны будут выведены.

Эти два режима можете прокомментировать – есть ли в моих логических рассуждениях зерно правды?

**Ирина:** Вы сейчас упомянули, что еда из магазина не является естественной для организма человека. Но если вы в это верите, то для данного конкретного организма так и будет. То есть вы, съев эту пищу, которую вы назвали неестественной, можете действительно повредить своему организму, так как вы заблокировали себе возможность получить те ферменты, которые необходимы.

Но вы помните о том, что человеческое тело обладает большими адаптационными возможностями. Человек, который будет так же как и вы искренне верить, что любая пища для его организма является естественной, а такие люди есть, то для его организма так и будет. Вы же прекрасно знаете, что в теле первичен именно

дух. Веру проявляет дух, а не тело. Веру в естественность любой пищи проявляет дух. Веру в неестественность какого либо вида пищи, хоть сырого, хоть вареного – тоже проявляет дух. Поэтому как вы тело свое настройте, так оно и будет существовать, так оно и будет жить.

#### **41:24**

Что касается продолжительности жизни в этом случае: тело человека обладает высокими адаптационными возможностями, жить в довольно широких пределах химических взаимодействий в своем организме. И еще хочу раз подчеркнуть, что дух, идя на воплощение, заранее со своими наставниками в духовном мире определяет срок жизни.

И он может быть, конечно, изменен, но не изменениями в питании и т.д. Он может быть изменен поведением духа в этой жизни, то есть если он будет повышать свои вибрации, осознанность, любовь, и наставник увидит, что за одну жизнь он сделает столько, сколько планировал сделать за несколько воплощений, например, то ему имеют право продлить срок.

Ну, и соответственно говоря – наоборот. Если духу был определен довольно длительный срок воплощения на Земле, а он высоковибрационный, то если он не будет выполнять свою задачу и, кроме того, будет деградировать, понижать свои вибрации, испытывать негативные чувства, запуская себе негативные мысли в отношении другого человека, то такой дух понижает свои вибрации и будет деградировать, и его личный ангел хранитель (дух, который наблюдает за человеком из высоковибрационных уровней) имеет право попросить наставников сократить такому человеку срок жизни на Земле, чтобы он не успел деградировать до такой степени, что потом придется подниматься к этому состоянию несколько жизней.

Так что на самом деле в споре между вегетарианцами и мясоедами, между веганами и потребителями вареной пищи, истина в очень давнем споре между этими типами питания лежит как раз посередине. Это лично мое мнение. И эта истина заключается в том, что тело приспосабливается к любому типу питания, которым поверит ваш дух, но продолжительность жизни будет зависеть даже не от этого, а от того, насколько успешно дух будет выполнять свои задачи, которые сам же поставил перед собой перед воплощением.

#### **44:32**

**Карим:** Есть ли ответ по поводу функций лимфатической системы и процесса метаболизма, и энергетического снабжения метаболических процессов? Каким образом лимфатическая система связана с режимом метаболизма и с образованием энергий в организме?

**Ирина:** Прежде чем говорить о лимфатической системе, я скажу несколько слов о том, что такое лимфа. Лимфа – это вид биологической жидкости в организме, которая в отличие от крови, не имеет эритроцитов. То есть функция лимфатической системы в основном транспортная и защитная. То есть перенос питательных веществ по организму, вывод уже ненужных балластных веществ из организма, и защитная, то есть борьба с проникшими в организм чужеродными микроорганизмами.

**Карим:** Когда Геракл боролся с Гидрой – было ли это действие нейтрализацией лимфатической системы или это описан другой процесс? Не является лимфатическая система усилителем жизни клеток?

**Ирина:** В том смысле, что одной из функций лимфатической системы является именно питание этих клеток, естественно является усилителями жизненных функций.

**Карим:** Если в организм попадет неорганический элемент, прошедший термическую обработку, и он не может быть усвоен тканями, то какой механизм должен восстановить его органичность? И, подобно корням деревьев, эту функцию выполняет лимфатическая система в нашем организме. При этом из межклеточного пространства насильно вытягивается межклеточная жидкость, ускоряя обменные процессы внутри клеток, чтобы процессы жизнедеятельности сохранялись на определенном уровне. Это является насильственным вытягиванием заложенной в нас энергии. Впоследствии это сокращает срок жизни, увеличивает зашлакованность. Является ли лимфатическая система катализатором этого процесса?

**Ирина:** Вы имеете в виду очищение клеточных систем?

**Карим:** Не очищение, а усиление их жизнедеятельности путем вытягивания межклеточной жидкости из межклеточных пространств.

**Ирина:** Вытягивание межклеточной жидкости из межклеточных пространств в какой степени?

**Карим:** Например, на машине стоит турбина, которая заставляет мотор работать быстрее через выхлопную систему. Мы усиливаем выхлопную систему организма, клетки подвержены усиленному темпу жизни.

**Ирина:** В каждой клетке человеческого организма идут сотни химических реакций каждую секунду. Сейчас я пока не могу разобраться, о каких именно

процессах и клетках идет речь. Поэтому давайте определимся, какой процесс вы имеете в виду.

**Карим:** Я имею в виду все процессы в общем, процесс жизни.

**Ирина:** Ну, если говорить в самом общем, то жизненная сила воплощенного духа, ее количество зависит от двух источников. Первый непрерывный источник – духовный мир, то есть дух продолжает получать энергию из духовного мира, даже воплотившись.

Второй источник – это органические вещества и кислород. То есть, как вы знаете, люди в любом случае должны 16-18 раз в минуту вдохнуть в себя кислород, для того чтобы он вступил в реакцию в наших клетках с глюкозой и т.д., и произвел энергию.

Это очень похоже на сгорание свечи, ну, или вообще огня. Вы ведь знаете, что для огня нужен кислород. Что такое огонь? Если смотреть с химической точки зрения – это быстрое окисление одних веществ с выделением энергии. То же самое происходит и в организме, только там окисление происходит медленнее, чем в пламени, и поэтому ваше тело теплое. То есть ваши клетки непрерывно выделяют энергию, даже когда вы спите. Потому что когда вы спите, ваш дух отсутствует, он находится в астрале, но ваше тело продолжает дышать, потому что без этого дыхания остановятся все биохимические процессы, и произойдет разрыв жизненной силы, связывающей дух, и он уйдет в духовный мир.

### **53:15**

**Владимир:** Считается, что молоко и молочные продукты – это источник кальция, однако появились исследования, которые говорят об обратном. О том, что, чтобы справиться с последствием употребления молочных продуктов, организм наоборот вытаскивает кальций из костей, чтобы восстановить кислотно-щелочной баланс в организме. Получается, молочные продукты ухудшают ситуацию по кальцию. Как на самом деле?

**Ирина:** Обмен кальция сильно зависит даже не от того вида продуктов, через которые именно кальций поступает в организм, он зависит например от наличия в организме витаминов А, Д, Е... То есть без них он будет плохо усваиваться.

Что касается молочных продуктов, их потребление естественно в... умеренное потребление. То есть если не питаться одними молочными продуктами и с теми правилами, что я сказал, то они наоборот, полезны для организма, особенно для

организма пожилого человека, т.к. являются источником не только кальция, но и легко усваиваемого белка.

Например, тот же казеин, который содержится в коровьем молоке. Он усваивается организмом на 88-90 процентов. То есть он распадается на аминокислоты, в том числе незаменимые, и потом эти аминокислоты становятся основой для новых клеток.

Как вы знаете, процесс образования новых клеток идет в организме непрерывно, т.к. непрерывно идет отмирание, смерть, аутолиз отживших свой срок клеток организма. Поэтому должны непрерывно появляться новые. Это непрерывный процесс в организме.

Потеря кальция может быть не от молочных продуктов, в костях, если говорить про кости, а от того, что у человека недостает движения, например, он начинает из костей терять кальций, потому что там начинаются в костях такие процессы, которые выводят кальций из них. Чтобы это не происходило, необходимо движение. Например, эта проблема есть у ваших земных космонавтов, которые долгое время находятся в невесомости, и т.к. их тело не получает нагрузки, то кальций начинает уходить из костей.

Ну, или наступают гормональные различные нарушения, то есть опять же при недостатке движения, и плюс еще гормональные нарушения, например, при возрастных изменениях в организме, тоже могут вызвать потерю кальция и, причем, не только у женщин, как всем известно, но и у мужчин.

**56:42**

**Владимир:** Какая именно инопланетная цивилизация подарила людям одновременно в разных уголках Земли зерно различных злаковых и бобовых культур? Правда ли, что растения могли создаваться и таким образом: медитирующий высокий воплощенный дух проглатывал зернышко, с ним в состоянии медитации происходили всякие метаморфозы, и когда оно выходило из организма естественным путем, то это было другое некое растение, которое давало сельскохозяйственную культуру?

**Ирина:** Я когда изучал историю вашей планеты в базах Межзвездного союза, я нашел информацию о том, что когда тумесоутцы прилетели, уже здесь были растения, ну, в другом виде. Все, что я изучал, это то, что в момент создания людей и уже позже, с растениями проводились эксперименты, то есть их гены естественным образом изменялись так, чтобы давать, например, больший вес и размер плодов, или больше

урожайность.

Насколько я читал информацию в общедоступном Межзвездном союзе, все растения уже были сформированы к моменту вообще создания человека. Т.е. естественная эволюция.

Что касается второй части вопроса, про человека, который пропускал через себя семя, и которое, не разрушаясь пищеварительной системой, выходило обратно и давало растение, такого я не слышал рассказа, не изучал, но это вполне возможно, т.к. некоторые растения, они как раз и распространяются таким образом, проходя через пищеварительную ткань, через пищеварительные органы птиц, рыб, животных и человека. Они могут таким образом распространяться.

**59:55**

**Владимир:** Современная генетика спорит лишь о том, сколько именно у людей и шимпанзе общих генов – 90%, 95% или 98%? Сообщение о 55% неземного происхождения нет, поэтому, если инопланетяне и участвовали в создании человека из примата, то их гены должны были уместиться в диапазон 5-10 %. Просьба прокомментировать.

**Ирина:** На самом деле у шимпанзе и у человека есть общие гены, но насчет того, что их 90 процентов или меньше, это уже ваши ученые, изучая человека, они видят уже знакомые себе гены, т.к. они не изучали генетику этих цивилизаций.

Поэтому они их сравнивают с шимпанзе в данном случае, но главным аргументом, доказывающим обратное соотношение, является то, что при таком количестве якобы одинаковых генов шимпанзе и человека, все же не удастся получить общее потомство.

И второе – изучите вопрос о том, что ученые находят чужеродные гены все же, вернее – фрагменты генов, встроенные в человеческую ДНК, но обычно они это называют мусорной ДНК.

**1:02:02**

**Владимир:** Судя по различным исследованиям (не только радиоизотопный анализ), 5 млн. лет назад Земля не была такой, как вы говорите. Прокомментируйте.

**Ирина:** Если ученые захотят поговорить о радиоизотопном анализе и его показателях, они могут устроить совместную конференцию с каким-либо специалистом из Межзвездного союза, например, по геологии планет.

