

wilem wtedy, że podczas następnej sesji, gdy znów będę pod wpływem czystego tlenu, postaram się wykonać jeszcze bardziej złożone zadania.



GLUTATION: MANNA DLA MITOCHONDRIÓW

Tu znów wychwalać będziemy glutation, który, oprócz odgrywania istotnej roli w odtruwaniu organizmu, nazwany też został „mistrzowskim przeciwutleniaczem” w ludzkiej fizjologii. Jest on tak ważny, że naukowcy często mierzą poziom komórkowego glutationu jako ogólny wskaźnik zdrowia komórkowego. A jego potęga nie jest tak ważna dla żadnego narządu jak dla mózgu. Co prawda, mózg stanowi tylko 2% masy ciała człowieka, ale w stanie spoczynku pochłania aż do 20% energii kalorycznej. Ten nieproporcjonalnie wysoki poziom metabolizmu i ubocznej produkcji wolnych rodników wystawia mózg na wielkie ryzyko.

Żadna tkanka, białko, DNA ani tłuszcz nie są odporne na zagrożenie ze strony wolnych rodników. Tłuszcz jest dla nas szczególnie ważny, ponieważ obejmuje 70% suchej masy mózgu oraz jest go najtrudniej obronić przed szkodami wywołanymi przez wolne rodniki. Tłuszcz jest zwykle delikatnym związkiem chemicznym, a pod wpływem wolnych rodników w zasadzie jęłczeje. W przypadku mózgu skutkuje to zmniejszeniem wydajności pracy, co ogranicza komunikację pomiędzy neuronami.

Jak już wcześniej pisaliśmy, szkody wywołane przez wolne rodniki są przyczyną wszystkich zwyrodnieniowych chorób mózgu, łącznie z Alzheimerem, Parkinsonem, stwardnieniem zanikowym bocznym (ALS, zwanym też chorobą Lou Gehriga), stwardnieniem rozsianym i każdym ogólnym starzeniem mózgu.



W dodatku niebezpieczeństwo grożące ze strony wolnych rodników jest dwojakie. Po pierwsze, o czym już wspominaliśmy, te reaktywne związki chemiczne bezpośrednio modyfikują różne tkanki, które zaatakują, uniemożliwiając im prawidłowe funkcjonowanie. Po drugie, działania wolnych rodników inicjują apoptozę, w procesie której komórka aktywuje zapisany w DNA kod samobójstwa. Dlatego też ochrona antyoksydacyjna zapewniana przez glutation zasługuje, by znaleźć się w centrum uwagi. Glutation nie tylko jest potężnym przeciwutleniaczem, ale także regeneruje on inny ważny przeciwutleniacz mózgu – witaminę C, która reguluje mózgowy przydział łatwo rozpuszczalnego w tłuszczach alfa-tokoferolu, związku z grupy witaminy E.

Ze względu na swe powiązania z tyłoma innymi związkami i witaminami mającymi wpływ na zdrowie, glutation znajduje się w centrum uwagi naukowców badających mózg na całym świecie.

David: Jak poznałem glutation



„Fibromialgia”, stwierdził wykładowca, „jest w zasadzie zaburzeniem pracy mitochondriów. Tłumaczy to, dlaczego ci pacjenci są zmęczeni i mają przyćmiony umysł. Ponieważ mitochondria nie pracują wystarczająco wydajnie, w tkankach miękkich dochodzi do nagromadzenia toksycznych produktów przemiany materii, co tłumaczy ból”.

To było w 1997 roku, kiedy uczestniczyłem w wykładzie dotyczącym stosunku medycyny alternatywnej do coraz częściej spotykanej przypadłości.

Na nieszczęście dla cierpiących na nią w tamtym czasie wielu pacjentów, medycyna głównego nurtu w ogóle zaprzeczała istnieniu tej choroby. Kiedy wyniki standardowych badań laboratoryjnych nie odbiegały od normy, lekarze pierwszego kontaktu mieli tendencję twierdzić, że to wszystko „siedziało w głowie” pacjenta.

Jak to często bywa w przypadku „medycyny współczesnej”, fibromialgia zaczęła być traktowana jak rzeczywista choroba dopiero wtedy, gdy koncerny farmaceutyczne znalazły na nią lekarstwo. Obecnie lekarze po prostu wypisują recepty, a leki znikają z półek.

Jednak założenie, że to zaburzenia pracy mitochondriów odgrywają znaczącą rolę w tej przypadłości, nadal przyciąga uwagę lekarzy, zwłaszcza tych bardziej oświeconych, którzy chcą leczyć przyczyny występujących chorób, a nie tylko zajmować się objawami.

Wkrótce po tym wykładzie wróciłem do swojego biura w Naples i zacząłem ponownie oceniać własne podejście do fibromialgii. Akurat w tym samym czasie wypróbowywałem różne techniki mające na celu poprawę pracy mitochondriów i zwróciłem uwagę na glutation – związek chemiczny produkowany przez organizm, który chroni mitochondria i podtrzymuje ich działanie. Dowiedziałem się, że glutation można podawać dożylnie i że jest on zatwierdzony do interwencyjnego leczenia przedawkowania paracetamolu. W krótkim czasie udało mi się znaleźć dostawcę; zacząłem więc leczyć coraz większą liczbę pacjentów cierpiących na fibromialgię przy pomocy iniekcji z glutationu, często z natychmiastowym i spektakularnym powodzeniem.⁵⁴

⁵⁴ Glutation dostępny w Wellness Pharmacy, 3401 Independence Drive, Suite 231, Birmingham, AL. 35209; (800) 227-2627.

Pewnego wrześnieowego popołudnia miałem możliwość zdiagnozować pacjenta, który cierpiał, niestety, nie tylko na fibromialgię, ale też na chorobę Parkinsona. Ta druga upośledziła jego zdolność chodzenia do tego stopnia, że był przykuty do wózka. Zaczęliśmy więc świeżo odkrytą kurację na fibromialgię i wstrzyknęliśmy mu do żyły glutation. To, co nastąpiło później, na zawsze zmieniło moje podejście do medycyny. Po około 20 minutach od iniekcji pacjent ten wstał z wózka i zaczął przechadzać się po moim biurze. Wraz z moim personelem patrzyliśmy na niego zaskoczeni, aż zauważyliśmy łzy płynące po twarzy jego żony – i sami zaczęliśmy płakać.

W moim umyśle rozpoczęła się gonitwa myśli. Co się stało? Wtedy mnie oświeciło: od dawna wiadomo już było, że Parkinson to w zasadzie choroba mitochondriów, więc podanie glutationu było uderzeniem w samą przyczynę choroby. Jak mam w zwyczaju mówić podczas wykładów od tamtej pory: „Lecząc, skupiamy się na ogniu, a nie tylko dymie”.

Louis Pasteur zauważył kiedyś: „Przypadek wybiera umysł gotowy”, a ja byłem i nadal jestem wdzięczny za to przypadkowe zdarzenie z tym pacjentem w czasie, gdy mój umysł, od dawna zajęty biochemią mitochondrialną, „gotowy” był na połączenie tych dwóch pozornie odrębnych kawałków układanki.

Wkrótce dotarłem do badań mówiących nie tylko, że choroba Parkinsona to zaburzenie pracy mitochondriów, ale także, iż badania pośmiertne wykazały deficyt glutationu w mózgach osób cierpiących na Parkinsona! Ponadto włoscy naukowcy zaledwie rok wcześniej wykazali radykalną i długotrwałą poprawę stanu zdrowia chorych na Parkinsona, którym dożylnie podawano glutation. Naukowcy ci pisali: „Stan wszystkich pacjentów poprawił się znacznie po podaniu glutationu – nastąpiło 42% zmniejszenie niepełnosprawności. (...) Efekt terapii trwał od 2 do 4 miesięcy. (...) Glutation wykazuje efektywność

symptomatyczną i prawdopodobnie opóźnia rozwój choroby”. I mimo to, może z racji braku patentu, nikt nie powiadomił o tym działaniu dziesiątków tysięcy neurologów, którzy na co dzień leczą pacjentów chorych na Parkinsona.⁵⁵

Po tym początkowym olśnieniu zacząłem dynamicznie leczyć moich pacjentów chorych na Parkinsona przy pomocy tego podejścia – z nieustannym powodzeniem. Dołączałem przekonujące nagrania pacjentów sprzed i po terapii glutationem do wykładów, jakie prowadziłem w całym państwie dla kolegów po fachu – ludzi głównie otwartych na suplementację, którzy reagowali na moje odkrycia z akceptacją.

Co ciekawe, co jakiś czas neurologdy głównego nurtu oskarżają mnie o wynajmowanie aktorów, by wcielili się w pacjentów otrzymujących glutation. Te wyzwania za każdym razem przywodzą mi na myśl słowa belgijskiego laureata Nagrody Nobla w literaturze Maurice’a Maeterlincka: „Na każdym rozstaju dróg wiodących ku przyszłości każdemu duchowi rozwoju przejście blokuje tysiąc mężczyzn wyznaczonych do bronienia przeszłości”.

W ciągu następnych lat nastąpił znaczny wzrost liczby badań dotyczących tej potężnej i naturalnej substancji, jaką jest glutation, i zaczęliśmy go stosować do leczenia różnych dolegliwości, od zwykłego przeziębienia, przez stwardnienie rozsiane, po zapobieganie uszkodzenia nerwów u pacjentów poddawanych chemioterapii. A ja, do czasu napisania tej książki, wyszkoliłem tysiące lekarzy w USA w stosowaniu tych prostych protokołów dotyczących podawania glutationu.



⁵⁵ G. Sechi et al., „Reduced Intravenous Glutathione in the Treatment of Early Parkinson’s Disease”, *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry* 20, nr 7, październik 1996: 1159-70.

GLUTATION: NIE TYLKO PRZECIWUTLENIACZ

Oprócz swojej kluczowej roli antyoksydacyjnej, glutation odgrywa też inne funkcje zapewniające podtrzymanie życia. Christopher Shaw, neurolog z uniwersytetu w Kolumbii Brytyjskiej, napisał w swojej antologii zatytułowanej „Glutathione in the Nervous System”: „Wiele z tych reakcji jest niezbędnych komórkom do przetrwania. (...) Jedna z hipotez [autorstwa radioterapeuty dr. Johna A. Holta] sugeruje nawet, że glutation odpowiedzialny jest za powstanie życia. Chociaż ten pogląd wydaje się odzwierciedlać naukową hiperbolę, to trudno przecenić kluczową wagę, jaką cząstka ta odgrywa w biochemii żywych komórek”.⁵⁶ Do funkcji tych należą: synteza, ochrona i naprawa DNA; synteza białek; transport aminokwasów; metabolizm toksyn i karcynogenów; wspieranie odporności; aktywacja enzymów; oraz usuwanie szkodliwych metali ciężkich.

Glutation jest tak ważny dla zdrowia i prawidłowego działania mózgu, że nie zaskakuje fakt, iż dobrobyt mitochondriów – źródła energii komórkowej oraz wolnych rodników – w dużym stopniu zależy od glutationu. Tak naprawdę, to naukowcy mierzą poziom glutationu w mitochondriach, żeby określić ich żywotność.

Ale pomimo że praca mitochondriów zależy od stężenia glutationu, to nie mają one możliwości jego wytwarzania, więc muszą pobierać go z komórek, w których przebywają. Wiele rodzajów komórek ludzkiego ciała potrafi wytwarzać glutation, ale największa jego ilość wytwarzana jest w wątrobie i jest rozprowadzana po całym ciele; glutation przekracza nawet barierę krew-mózg, by dostać się do komórek mózgowych.

⁵⁶ Christopher A. Shaw (Ed.), „Glutathione in the Nervous System”, Boca Raton, FL: CRC Press, 1998, str. 4.

Bariera krew-mózg jest punktem kontrolnym gwarantującym bezpieczeństwo mózgowi. Pozwala składnikom odżywczym i innym korzystnym czynnikom wnikać do świątyni mózgu, nie pozwalając jednocześnie wnikać do mózgu związkom potencjalnie niebezpiecznym i czynnikom chorobotwórczym. Jak można się spodziewać, gdy wyprodukowany w wątrobie glutation zbliża się do tej bariery, jest ciepło witany. Nowe badania pokazują, że pewna populacja komórek mózgowych, zwanych astrocytami (gdyż z wyglądu przypominają gwiazdy), produkuje glutation w samym mózgu.

ZWIĘKSZANIE POZIOMU GLUTATIONU

W przeciwieństwie do białek, które złożone są z setek, a nawet tysięcy aminokwasowych modułów konstrukcyjnych, glutation – przejaw eleganckiej prostoty – złożony jest tylko z trzech: cysteiny, kwasu glutaminowego i glicyny, co oznacza, że jest trójpeptydem.

Mając nadzieję na wzmocnienie wydajności ciała w produkcji glutationu, naukowcy zaczęli szukać nowych sposobów dostarczenia tych składowych glutationu doustnie. Niestety, większość z nich zawiodła, ponieważ przyswajanie jelitowe jest znacznie ograniczone, a większość glutationu rozpada się w żołądku na długo zanim zostanie wchłonięta.

Jednakże jedna z form cysteiny, N-acetylocysteina (NAC), a także antyoksydacyjny kwas alfa-liponowy (ALA), roszą nadzieję. Oba suplementy dostępne są bez recepty w sklepach ze zdrową żywnością.

Skoro doustne podawanie aminokwasów, a nawet samego glutationu, nie dało oczekiwanych rezultatów, naukowcy zaczęli poszukiwać innych sposobów zwiększenia stężenia gluta-



tionu w komórkach. W 2002 roku naukowcy z Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, pod przewodnictwem Shyama Biswala, odkryli układ Nrf2, który nazwali „głównym regulatorem” genów zaangażowanych w odtruwanie organizmu. Zauważyli oni, że aktywowanie tego genetycznego czynnika znacznie zwiększa produkcję nie tylko przeciwutleniaczy, ale także związków przeciwzapalnych i odtruwających. Glutathion znalazł się wśród związków, których produkcja najbardziej wzrosła pod wpływem stymulacji ścieżki Nrf2. W swojej pracy dr Biswal zaprezentował zupełnie inne podejście do zwiększania stężenia glutationu. Odkrył on złoty środek, który uruchamia zdolność genów do produkcji glutationu.

Prowadząc dalsze badania, naukowcy odkryli też, co reguluje ścieżkę Nrf2 i zidentyfikowali pewne naturalne substancje, które ją aktywują. Wkrótce znaleźli składniki odżywcze pochodzenia roślinnego, zwane fitoskładnikami, które aktywują ścieżkę Nrf2, a ona z kolei generuje produkcję glutationu na poziomie komórkowym.

Do tych fitoskładników należą: przyprawa kurkuma (kurkumina), ekstrakt z zielonej herbaty, pterostilben i sulforafan – związek chemiczny obecny w brokułach i jeden z najpotężniejszych aktywatorów. Odkrycie to tłumaczy tak zwany efekt brokułu, czyli stymulację ścieżki Nrf2 przez jedzenie brokułów, co pomaga chronić organizm wystawiony na działanie czynników rakotwórczych. Sulforafan, główny składnik aktywujący Nrf2, jest jednym z najczęściej badanych aktywatorów ścieżki Nrf2 i może być zażywany jako doustny suplement diety. Pterostilben, występujący w czarnych jagodach, jest jednym z powodów, dla których borówki od dawna zachwalane są jako ważny dodatek do diety mający właściwości antyoksydacyjne.

Pterostilben chemicznie spokrewniony jest z bardziej znanym i popularnym suplementem: resweratolem. Ale pod wie-

loma kluczowymi względami, pterostilben jest od resweratrolu znacznie silniejszy. Pterostilben, tak jak sulforafan i kurkuma, wzmagają produkcję głównych przeciwutleniaczy (również najważniejszego z nich – glutationu), które są kluczowe dla ochrony komórek przed szkodliwym działaniem wolnych rodników. Co więcej, pterostilben wykazał w badaniach prowadzonych na zwierzętach potężne działanie przeciwnowotworowe.

Aktywacja ścieżki Nrf2 przez fitoskładniki jest bardzo skuteczna i ma ważne konsekwencje dla ludzkiego zdrowia. Badania wykazują, że przełączniki stymulowane przez ścieżkę Nrf2, które kontrolują przeróżne geny odpowiedzialne za zdrowie, mogą działać po otrzymaniu bodźca ze strony odpowiednich fitoskładników nawet 24 godziny.⁵⁷

To oznacza, że odpowiednie fitoskładniki, które stymulują ścieżkę Nrf2, są silnym środkiem, dzięki któremu możesz osobiście kierować wyrażaniem się obecnych w twoim ciele genów podtrzymujących życie. A ponieważ geny te odpowiadają również za zwiększenie poziomu glutationu, aktywując je, poprawiasz jednocześnie ochronę i pracę mózgu.

Alberto: Głębokie zanurzenie dwa



Podczas swojej drugiej sesji HBO postanowiłem zabrać swój mózg na następną jazdę próbną w obfitującej w tlen atmosferze. Dopiero co dostałem zastrzyk zawierający 2 gramy glutationu.

⁵⁷ L. Ye et al., „Quantitative Determination of Dithiocarbamates in Human Plasma, Serum, Erythrocytes and Urine: Pharmacokinetics of Broccoli Sprout Isothiocyanates in Humans”, *International Journal of Clinical Chemistry* 316, nr. 1-2, luty 2002, str. 43-53.



Gdy tylko poczułem zwiększające się w komorze ciśnienie, zacząłem głęboko oddychać. Wiedziałem, że sposób oddychania zależy jest od stężenia dwutlenku węgla we krwi, więc we wzbogaconym tlenem środowisku komory moje ciało nie będzie odczuwało potrzeby brania głębokich wdechów. Chciałem jednak wprowadzić do organizmu jak najwięcej tlenu.

Celem, jaki sobie postawiłem tym razem, było wymyślenie konspektu książki, nad którą pracowałem, zatytułowanej „Courageous Dreaming”. Zobowiązałem się do napisania tej książki, popijając wino wraz z dyrektorem wydawnictwa Hay House, a on wysłał mi później umowę, choć żaden z nas nie wiedział, o czym ta książka dokładnie będzie. Jedyną koncepcją był pogląd, że szamani potrafią zmaterializować wysnioną rzeczywistość dzięki praktyce odwagi. Konspekt zanim zacznie się pisać książkę, jest niezbędny, gdyż w przeciwnym razie odkryjesz, o czym próbujesz napisać, dopiero edytując lub przepisując tekst; to założenie podobne jest do mądrego pomysłu, by przed rozpoczęciem budowy mieć już gotowy plan architektoniczny. Chociaż *czułem*, co chciałem przekazać, to nie miałem pojęcia, jak się do tego zabrać. Kiedyś już wypróbowałem podejście „prób i błędów” podczas pisania książki „Futuremind”, którą mój przyjaciel przezwiał „Nevermind”, ponieważ nigdy nie ukończyłem projektu i książka się nie ukazała.

Po około 25 minutach od rozpoczęcia sesji HBO poczułem ogromną jasność umysłu, zacząłem więc myśleć o konspekcie. W ciągu kilku sekund zacząłem dosłownie *widzieć* przed moimi zamkniętymi oczami przybierające kształt całe rozdziały książki. Mogłem przeczytać tytuł każdego rozdziału i przejrzeć jego zawartość. Nagle przypomniałem sobie jedyny moment w moim życiu, podczas którego również miałem tak żywe doświadczenia wzrokowe – było to w szkole średniej, gdy wraz

z kilkoma kolegami paliłem marihuanę i dosłownie *widziałem* przed sobą dźwięki muzyki, której akurat słuchaliśmy. Tym razem jednak miałem nad tym całkowitą kontrolę, a przede mną pojawiały się tytuły wszystkich rozdziałów naraz.

Przypomniałem sobie, że kiedyś czytałem o sposobie pisania muzyki przez Mozarta: potrafił on skomponować od razu całą sonatę na fortepian i skarżył się, jeśli nie był w stanie spisywać nut wystarczająco szybko. Tak naprawdę, w każdym roku swojego dorosłego życia Mozart pisał więcej utworów niż zespół The Beatles w czasie całej swojej kariery. Doskonale zdawałem sobie sprawę, że nie byłem żadnym Mozartem, jednak wszystkie te myśli przemykały mi przez głowę, mimo że jednocześnie nadal przeglądałem rękopis ukończonej książki i uśmiechałem się do siebie, widząc znajomy materiał.

Najwyraźniej dużo myślałem nad tym, co napisać, i mój umysł, prawdopodobnie, dotarł do zorganizowanych już w podświadomości informacji. Jednak jakaś częśćka mnie zastanawiała się, czy przypadkiem „nie wyszedłem poza granice czasu”, o czym mówi wielu szamanów, żeby znaleźć skończoną książkę i zabrać ją z przyszłości. Czy mogłem mieć dostęp do jakiejś relatywistycznej czasoprzestrzeni, w której poznać mogłem własne przeznaczenie? A jeśli tak, to czy mógłbym w ten sam sposób odnaleźć przyszły stan uzdrowionego siebie, a może nawet moich klientów – stan, w którym cieszyli się oni długim, wolnym od chorób życiem?

Kusiło mnie, żeby zapukać w komorę i poprosić pielęgniarkę o przyniesienie kartki papieru i długopisu, abym nie zapomniał żadnych szczegółów konspektu nowej książki. Jednak było to zbędne, gdyż w każdej chwili mogłem przywołać do swojej świadomości *całą książkę*. I nie był to tylko sam tekst. Cały przesiąknięty był uczuciem, strukturą, kolorem i zapa-



chem, gdyż wszystkie moje zmysły aktywowały się podczas przeglądania tekstu. Jak pokazaliśmy w rozdziale drugim, znane to jest jako synestezja, czyli przenikanie się zmysłów, i często doświadczane jest przez osoby będące sawantami. Głębokie oczyszczenie ze „szlamu” wolnych rodników, zapewnione przez glutation, w połączeniu z obfitością tlenu, najwyraźniej umożliwiło mojemu mózgowi osiągnięcie poziomu synergii, jakiego nigdy wcześniej nie zaznałem.

Gdy tylko wyszedłem z komory HBO, na wszelki wypadek zapisałem konspekt całej książki. Cztery miesiące później wręczyłem swojemu wydawcy ukończoną i trochę poprawioną wersję manuskryptu, który „zobaczyłem” tamtego dnia w komorze HBO.

Obecnie regularnie przyjmuję dożylnie glutation, ponieważ mam polimorfizm pojedynczego nukleotydu (SNP), co wskazuje na zaburzenia w produkcji enzymu (superoksydysmutazy, SOD) chroniącego mitochondria, DNA i białka przed uszkodzeniem przez wolne rodniki. Ale co ważniejsze nawet od „zobaczenia” zawartości książki, dożylny glutation uwolnił mnie od niesamowitej ilości stresu. Mój umysł nie był już napięty ani zirytowany czynnościami, które kiedyś mnie denerwowały. Jeśli obsługujący mnie w restauracji kelner wydawał się niegrzeczny, nie psuło mi to już posiłku; jeśli kierowca samochodu jadącego przede mną zachowywał się nierozważnie, już nie pozwalałem, by mnie to denerwowało. Zauważyłem, że zacząłem mniej reagować na sytuacje, które wcześniej przyćmiewały moją świadomość i wywoływały emocjonalne reakcje.



David: Ogromna prozdrowotna rola glutationu



Rolę glutationu jako przeciwutleniacza, neutralizatora toksyn i chelatora metali ciężkich oraz jego zdolność regenerowania tak ważnych witamin jak C i E tłumaczą jego dożylny podawanie w Perlmutter Health Center od ponad dekady. Glutation jest jak manna dla mitochondriów, gdyż wspomaga ich pracę, jednocześnie zapewniając ochronę przed szkodami wyrządzanymi przez uboczne produkty przemiany materii. A skoro tyle różnych chorób charakteryzuje się wadliwą pracą mitochondriów, trudno jest wyznaczyć granicę stosowania tej naturalnej substancji. Jak już wcześniej wspomniałem, wyszkoliłem w dożylnym podawaniu glutationu tysiące osób. Wiele z nich należy do Amerykańskiego Kolegium Postępów Medycyny (ACAM), więc można ich wyszukać po kodzie pocztowym na stronie www.acam.org.

Dożylny podanie glutationu natychmiast usprawnia działanie mitochondriów, a przejawy aktywacji mitochondriów przypominają często cud – i to nie tylko w przypadku osób cierpiących na jakąś chorobę, ale też u osób zdrowych, stosujących tę terapię w połączeniu z praktyką medytacji.

Łączenie suplementacji doustnej, która wspomaga produkcję glutationu w ciele, z dożylnym podawaniem glutationu oraz hiperbarycznym tlenem zapewnia niezrównaną interwencję terapeutyczną, stworzoną w celu pełniejszego wykorzystania potencjału produkujących energię życiową mitochondriów. Podczas pierwszej terapii Intensywnej Aktywacji Mózgu, którą stworzyliśmy w 2008 roku, uczestnicy podjęli tygodniową praktykę szamańskiej medytacji energetycznej. Oprócz tych



technik, każdy z uczestników codziennie poddawał się terapii hiperbarycznej i otrzymywał dożylnie glutation. Nie byliśmy w pełni przygotowani na rezultaty, jakie otrzymaliśmy.



WYDOSTAJĄC SIĘ Z DEPRESYJNEJ SPIRALI

„Byron”, odnoszący sukcesy przedsiębiorca i właściciel sieci sklepów spożywczych, poddał się naszej intensywnej terapii, ponieważ czuł się wyczerpany. I nic dziwnego: żeby przepracować każdy dzień, wypijał po dwanaście filiżanek kawy, zażywał substancje amfetaminowe, a na noc otumaniał się valium i okazjonalnie rekreacyjnymi dawkami oksykodonu, który uzyskiwany jest z opium. Innymi słowy, Byron jedną stopę trzymał na hamulcu, a drugą w tym samym czasie na gazie. Jego codzienny koktajl środków pobudzających i uspokajających przez jakiś czas pozwalał mu na wypełnianie wyczerpującego grafiku, ale ostatecznie sprawił jego system nerwowy w ruch po depresyjnej spirali.

Jak wiele osób, które leczylimy, Byron sam dozował sobie leki na receptę i narkotyki, próbując wyrównać brak równowagi w swoim mózgu i zrekompensować niedostateczną ilość energii życiowej wytwarzanej przez dysfunkcyjne mitochondria.

Pierwszą rzeczą, od której musieliśmy zacząć, było usunięcie toksyn z mózgu i układu nerwowego Byrona. Wszystkie środki, jakie zażywał, neutralizowane są w wątrobie, a glutation nie tylko w znacznym stopniu produkowany jest w niej właśnie, ale jest też głównym wątrobowym związkem detoksykacyjnym. Wiedzieliśmy, że musimy pomóc wątrobie By-