

M. BARIŞ MUSLU

**SAĞLIĞINA
FORMAT AT**



SAĞLIĞINA FORMAT AT

Bu kitabın içeriği genel bilgi verme amacıyla hazırlanmıştır. Hastalıkların kesin tanı ve tedavisi, hiçbir şekilde ayrıntılı klinik muayene geręekleřmeden yapılamaz. Her bireyin rahatsızlığının tedavisinin özđün olduğu unutulmamalıdır.

SAĞLIĞINA FORMAT AT

Yazan: M. Barış Muslu

Yayın hakları: © Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Ticaret A.ř.

Bu eserin bütün hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

Doğan Novus'ta 1. baskı / Nisan 2014

Doğan Kitap'ta 85. baskı / Haziran 2022 / ISBN 978-625-8344-49-3

Her 2000 adet bir baskı olarak kabul edilmektedir.

Sertifika no: 44919

Kapak uygulama: Yavuz Korkut

Kapak fotoğrafı: Fethi Karaduman

Kitap tasarımı: Hülya Aktař

İllüstrasyonlar: Duygu Tozduman

Baskı: Ana Basın Yayın Gıda İnaaat San. ve Tic. A.ř.

Mahmutbey Mah. Devekaldırımı Cad. 2622 Sk.

Güven İř Merkezi, No: 6/13 Bağcılar - İSTANBUL

Tel. (212) 446 05 99

Sertifika No: 52729

Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Ticaret A.ř.

19 Mayıs Cad. Golden Plaza No. 3, Kat 10, 34360 şişli - İSTANBUL

Tel. (212) 373 77 00 / Faks (212) 355 83 16

www.dogankitap.com.tr / editor@dogankitap.com.tr / satis@dogankitap.com.tr

SAĞLIĞINA FORMAT AT

M. BARIŞ MUSLU

Önsöz	9
Tibbin “Batı Yakasının Hikâyesi”	15
Kısaca Batı tıbbı.....	18
Bu kitabı nasıl okumalısınız?.....	29
Kısaca Beynimiz	31
“Ben bilmem beyin bilir”	33
Biyolojik Programlar	37
Biyolojik programlar	39
Biyolojik program süreci.....	45
Doğanın büyük sırrı.....	48
Kronik biyolojik programlar.....	59
Hastalıklar.....	63
Biyolojik programın şiddeti	66
Her travma hasta etmez.....	68
Sıcak ve soğuk hastalıklar.....	70
Beynin bölümleri	72
Sağlık Sorunlarından Kurtulmak	77
Sağlık sorunlarından kurtulmak	79
Hangi travmalar?.....	81
Baskın el kuralı.....	86
Nasıl bir temizlik?	89
İşte O Hastalıklar!	93
Kalp krizi.....	95
Koroner kalp krizi	100
Kilo sorunları.....	106
Yüksek tansiyon	111
Kanser.....	115
Kanser hakkında yanlış algılar	120
Kanser başlatan “İkel programlar”.....	123
Akciğer kanseri	129

Meme kanseri	136
Sindirim sistemi kanserleri	143
Üreme organlarındaki kanserler	150
Diğer kanserler	159
Sindirim sistemi sorunları	160
Diyabet	163
Deri hastalıkları	170
Nezle-grip	181
Alerjiler	187
Ağız ve gırtlak bölgesi	190
Tiroit sorunları	193
Kemik ve kaslarımız	195
Kemikler	197
Kaslar	202
Parkinson hastalığı	207
MS-multipl skleroz	209
Migren	214
Diğer hastalıklar	218

8 Çözüm..... 219

Çözüm	221
Ya nosebo?	230
Kanser kelimesi yasaklanmalı!	232
Yepyeni hastane konseptleri	234
Yepyeni bir yaşam şekli	236
Sorumluluk almak	240
Sorunları temizlemek	241
NeuroFormat® sistemi	246
NeuroFormat® tekniği	248
NeuroFormat® hikâye tekniği	250
NeuroFormat® hikâye tekniği uygulama örneği	263
NeuroFormat® yüzleşme tekniği	270
Domino etkisini kırmak	275
Uygulama sonrası	278
Son söz	281

Meraklısına..... 285

Meraklısına	287
Organlar, biyolojik programlar ve duygular	294

Kitabıma hoş geldiniz!
Sözlerime önce bir dilekle başlamak istiyorum...
Umarım bu kitabı sadece meraktan aldınız.
Umarım sizin ya da sevdiklerinizden birinin çözülemeyen bir sağlık sorunu yoktur!

Ama böyle bir sağlık sorunu varsa bile şu kadarını söyleyeyim:
İyi ki aldınız kitabımı!

İyileşmek adına çok önemli şeyler öğreneceksiniz bu kitapla...
Sayfaları çevirdikçe hastalıklarda yaşanan mucizevi iyileşmelerin aslında mucize olmadığını, sadece hayatın ve doğanın olağan sonuçları olduğunu anlayacaksınız!

Ve bu farkındalık da iyileşmenin ilk adımı olacak.

Hani hep söylerler ya, “Her şey insanlar için” diye. Ben bu sözü küçükken, iyi anlamıyla düşünürdüm. “Ne güzel, dünyada her şey insanlar içinse, demek ki istediğimiz her şeyi yapmakta serbestiz” şeklinde çocukça bir bakış açısıyla yorumlardım bu sözü...

Bu sözün iyiyle beraber kötüyü de içinde barındırdığını birçokları gibi ben de büyüdükçe anladım. Bizimle uzaktan yakından alakası olmayacağını düşündüğümüz şeylerin başımıza gelebileceğini anlatıyormuş meğer! Evet, ne yazık ki bu doğru. Başımıza her şey gelebiliyor. Bunlardan en kötüsü de, bizim ya da bir yakınımızın, çözülemeyen bir sağlık problemi yaşaması. Zaten, gençler ve bir sağlık sorunu yaşamamış olanlar her ne kadar sağlıklı bir hayatı “cepte” görseler de, bunun herkes için bir sonu olduğunu aslında hepimiz içten içe biliyoruz. Er ya da geç, hepimiz bu sorunları yaşıyoruz. Bu açıdan bizim ya da sevdiklerimizin sağlığının, bu hayattaki en değerli ve önemli “varlığımız” olduğunu hepimiz biliyo-

ruz. Eğer bu satırları okuyorsanız, zaten siz de sağlığı cepte görmeyenlerdensiniz demektir.

Yine de dilerim ki sizi kitabıma ulaştıran asıl neden sadece meraktır!

Açıkçası benim ilerleyen sayfalarda size aktaracağım bilgileri öğrenmem pek de merakla olmadı. Aslında ben de sağlığı cepte görenlerdendim! Hatta yirmili yaşlarda, şu an yurtdışında doktorluk yapan ağabeyimin Türkiye'deki tıp eğitiminde yaşadığı zorlukları, çalıştığı ortamların "huzur" ve "temizliğini" gördükçe, mühendis olmakla hayatımın en rahatlatıcı kararlarından birini verdiğimi düşünerek, uzun süre "şükrettim" halime. Bununla beraber, kendi halime şükrederken bu hayatın zorluklarını çekebilen tüm doktora olan saygım da gün geçtikçe arttı.

30 yaşında sağlığımı hâlâ cepte görüyordum! Ne de olsa hastalıklara olan ilgimiz, çok sıradışı bir durum yoksa, daha ileri yaşlarda başlıyor. Bir gün sol bileğimde önce hissizlik, sonra sinirsel ağrılar ortaya çıktı. Deli gibi gitar çaldığım için başlamıştı bu ağrılar. Zamanla bu ağrılar kolumdan tüm vücuduma yayıldı, derken vücudumun dört bir yanındaki kaslar zamanlı zamansız seğirmeye başladı. Bedenimde hayatımı çok zorlaştıran bir şeyler oluyordu. Dikkatimi dağıtan, normal bir insan gibi yaşamamı engelleyen bir şeyler. İşte tam da bu aşamada artık sağlığımın "cepte" olmadığını anlamıştım!

Tahmin edeceğiniz gibi doktorlarda aldım soluğu!

Hem de bir ikisinde değil, onlarcasında. Her branştan doktorla, sorunun ne olduğunu anlamaya ve çözmeye çalıştık. Ancak her seferinde, "Bunlar psikolojik, fiziksel bir şey görünmüyor" benzeri cevapları duydum. Belirtiler daha da kötüleşince, tabii ki alternatifleri denemek istedim. Tam anlamıyla "denize düşen yılan sarılır" misali, bildiğim en mantıklı metotlardan daha az inandıklarına doğru giden uzun bir iyileşme yolculuğuna çıktım, bir dolu şey denedim.

Başlarda benim de uzmanı olduğum NLP'yi denedim. Hem kendi kendime, hem de farklı uzmanlarla. Ama nafile! Ağrılarında hiçbir değişiklik yoktu. Daha sonra birçok farklı uzmanla hipnoz, biyoenerji, radyestezi, homeopati, reiki, akupunktur, yoga, meditas-

yon vb. birçok yöntem denedim. Sonuç yine nafileydi!.. Bu arada bu yazdıklarımın tıbbın ya da bu metotların hiçbir işe yaramadığını iddia ediyordum gibi bir çıkarım yapılmasını istemem. Tabii ki işe yarıyorlar, ama o dönemde benim üzerimde hiçbir deneme hiçbir olumlu etki yaratmadı. Zaten yaratmış olsaydı ne bu kitabı yazabilirdim ne de sizinle paylaşacağım konuları fark edebilirdim.

Sonuçta hayatıma ağrısız ve mutlu bir şekilde devam edebilmek için bir şeyler yapmam gerekiyordu. Bu dönemde onlarca farklı metodolojiyi hem bizzat denedim, hem de eğitimlerini aldım. Daha sonra bazı konuları çok hızlı çözebildiğimi fark ettim. Metotları sentezleyerek, neden çalıştıklarını görüp, analiz edip gereksiz uygulamaları da atmak suretiyle farklı bir sistem geliştirip bu sisteme NeuroFormat® adını verdim. NeuroFormat® sistemini önce *Yıka Beynini* kitabımda, daha sonra daha gelişmiş haliyle ve şu an benim de kullandığıma yakın bir şekilde *Beynini Format At* kitabımda paylaştım.

Önceki iki kitabımda fobilerden korku ve endişelere, öfke ve utançtan sigara bağımlılığına ve kiloya, panik ataktan depresyona, aşk acısına ve ilişkilere kadar çok kısa sürede etki eden bu sistemi sizlere anlatmıştım. Bu sistemi öğrenen, kitaplarımı okuyan ve sebat ederek uygulayanlar hayatlarındaki birçok sorunu çözdüler ve yaşanabilecek potansiyel problemleri çözmeyi öğrendiler. Biz de doktorlardan kurulu ekibimizle beraber çalışmalarımıza devam ettik. Sorunlarının çözümünde daha fazla tecrübe ve hıza ihtiyaç duyanlarla ekibimiz gerçekten çok başarılı, çoğu zaman kesin sonuç veren çalışmalar yaptı ve de yapmaya devam ediyor.

Basına verdiğim röportajları ya da katıldığım televizyon programlarını takip ettiyseniz, birçok defa bazı sağlık sorunlarının aslında beyin üzerinden kolayca temizlenebildiğini söylediğime şahit olmuşsunuzdur. Şimdiye kadar hiç detaylarını anlatmadım, ama en başından beri paylaşmak istediğim bu konuyu bu kitapta size anlatacağım.

Bu kitapta size ayrıca, Avrupa'da hastalıklar konusunda çalışan ve iyileşme konusunda çok önemli sonuçlara ulaşan doktorlardan öğrendiğim bir sistem anlatacağım. Aslında tüm sağlık sorunlarımı zı daha iyi anlamak adına; sahip olduğumuz sağlık problemlerinin

aslında yaşadıklarımızla, travmalarımızla, beynimizle ne kadar ilgili olduğumu sistematik bir şekilde paylaşmaya çalışacağım.

Yıllar önce ben de elimde BT çekimlerle (bilgisayarlı beyin tomografisi) Alp Dağları'nın eteğinde bir eğitime gitmiş ve kendi yaşadıklarımın nedenini birkaç dakika içerisinde öğrenmişim. BT çekimlerini inceleyen eğitmen, ben henüz kendimle ilgili hiçbir bilgi vermeden yaşadığım sorunun nedenlerini birer birer anlattığında öylece kalakaldığımı hatırlıyorum... Sözünü ettiğim doktor BT çekimlerini konvansiyonel bir teknikle değil, klasik radyoloji uzmanlarından çok farklı bir şekilde inceliyordu.

Daha önce bir dolu yöntem denemiş, bir sonuca ulaşamamıştım. Şimdi sözünü ettiğim eğitmen bana temel sorunun, "çok şiddetli ayrılık travması" olduğunu söylüyordu. Kemik zarındaki genleşme ve sıkışmaydı fiziksel neden. Bunu, yaşadığım duygusal travma yaratmıştı. Ciddi ağrılar bu durumun sonucuydu. Sadece bunları değil, bütün belirtileri, bunları neden yaşadığımı ben ona tek kelime bile etmeden o bana teker teker saymıştı. Evet, yanlış okumadınız, kemiklerimdeki sorunu bilgisayarlı beyin tomografi görüntüleri üzerinden söylemişti. Sizinle birazdan paylaşacağım sistemin oluşmasında BT çekimlerinin önemi büyük. On binlerce kişinin beyin tomografi görüntüleri ile yaşadıkları hastalıkların karşılaştırılması sonucu, yaklaşık otuz senedir gelişmekte olan yepyeni bir paradigmayı sizlerin bilgisine sunacağım.

12

Bu kitabı daha önce değil de şimdi yazma nedenim, yıllar içinde öğrendiklerimi doğrulamak için kendime yeterli zaman vermek istemedim. Ekibimle birlikte çalışmalarımızda, farklı farklı konularla ilgili uygulamalar yaparken, ben de bir yandan teoride emin olduğum çıkarımların sağlanmasını yapıyordum.

Kitabımın ilerleyen sayfalarında detaylarını okuyacağınız gibi, çoğu sağlık sorunu yaşadıklarımızla, travmalarımızla ve beynimizle ilgili. Özellikle sağlık sorunlarını, hiç beklemediğimiz ve çaresiz kaldığımız zamanlarda yaşanan travmalar tetikliyor. Bu travmalar anlık, geçici, şu an hatırladığımızda önemsiz gibi gözükken şeyler bile olsa, beynimiz bunları ciddiye alarak normal işleyişi bozup, sağlık sorunlarına doğru giden işleyişi başlatıyor. Özellikle belirli bir başlangıcı olan sağlık sorunlarında, kişilerin tam da tahmin ettiğimiz zamanda,

aradığımızı benzer nitelikte travmalar yaşadıklarına şahit olduk. Bu da yaşadıklarımızın sağlığımızın üzerindeki etkisini anlatan bu sistemi defalarca doğrulamamızı sağladı ve bu yönetime olan inancımızı fazlasıyla pekiştirdi.

Bu sistemi daha detaylı anlatmadan önce bazı uyarılar yapmak isterim. Hiçbir sistemin, “tüm” sağlık sorunlarının nedenini eksiksiz bir şekilde bulup çözeceğini iddia etmesi söz konusu olamaz. Biz bilinmeyeni çözme yönünde adımlar atmaya çalışıyoruz sadece.

İkinci uyarımsa şu: Sizinle paylaşacağım sistem bazı noktalarda bilinen tıp paradigmasıyla çelişiyor gibi görünebilir. Sağlığımızda beynimizin ne kadar etkisi olduğunu neredeyse tüm tıp adamları kabul eder. Ancak detaylarda çok yeni bir şey söylediğimi okudukça siz de fark edeceksiniz.

Söylediklerimin yüzde yüzünün eksiksiz şekilde “tek hakikat” olduğunu iddia etmek isteyebilirim. Bu, egoma oldukça iyi gelecektir. Ama ne yazık ki bunu söylemek asla mümkün değildir. Kuantum fiziğinin ortaya çıkmasıyla, Newton’ın bile yüzyıllarca hakikat olarak bilinen fizik kuramlarının (hâlâ iş görse de) özünde yanlış oldukları görüldü. Bilimin nasıl işlediğini hepimiz biliyoruz. Belki kuantum fiziğinin de bazı yanlışları bulunarak, kuramda düzeltmeler yapılacak. Ve bu durum sonsuza kadar böyle gidecek. Bu nedenle, “Genel geçer tüm yeni gerçekler bunlardır” gibi bir söylem içerisinde olmayacağım. Ancak sizinle paylaştığım bilgilerin hakikate ulaşmada çok önemli bir adım olduğunu düşünüyorum.

Anlattığım sisteme güveniyorum. Size birazdan bildiklerinizden çok farklı bir bakış açısını detaylarıyla anlatacağım. 1980’li yıllardan beri gelişmekte olan bu bakış açısı her geçen gün kendi içinde yenileniyor ve yeniden düzenleniyor.

Bu arada sizden birkaç özel ricam olacak.

İlk olarak, burada yazdıklarımı sorunuzun beyinden nasıl tetiklendiğiyle ilgili yepyeni bir bakış açısı olarak alın ve mevcut sağlık sistemine paralel olarak değerlendirin. Eğer belli sağlık sorunlarınız varsa, mevcut tedavilerinizi kesinlikle aksatmayın. Buna ek olarak sorunuzu ayrıca beyin açısından anlayacak ve sorunu asıl kaynağında, yani beyinde temizleyeceksiniz.

Diğer ricamsa şu: Okuduklarınızı algılamak, değerlendirmek ve

teyit etmek için kendinize zaman tanıyın. Oldukça teknik ve bilgi yüklü bir kitapla karşı karşıyasınız. Bu kitaptan çıkaracağınız sonuç, “Abi ya, evet, pozitif olunca sağlığın da iyi oluyormuş” benzeri bir fikirden öte olacaktır. İşte bu yüzden, kitabımı bir kez okumanız yetmeyebilir, eğer konuyla gerçekten de ilgileniyorsanız üç dört kez okuma ihtiyacı duyacaksınız.

En son ricamsa, doktorlara... Evet, ben doktor değilim. Hiçbir zaman da böyle bir iddiam olamaz. Ben sadece konuya beyin tarafından bakan, beyni öğrenerek hayatta birçok konuyu kalıcı olarak çözebileceğimizi düşünen, bunu gören ve yaşayan, bunu ekibiyle uygulayan bir uzmanım. Büyük resimde beynin ne yapmaya çalıştığını inceliyorum. İşte bu yüzden yazdıklarım nedeniyle beni lütfen sizin konunuza giren, “tereciye sezar salatası servis etmeye çalışan” biri olarak algılamayın. Umarım okuduklarınızı yeni bir bakış açısı, mesleğinizde yeni bir heyecan olarak alırsınız.

14 Sizler zaten beynimizin ve stresin sağlığımızdaki öneminin farkındasınız. Ama bunu daha çok “stres” olarak tanımlıyor; sistemden, size verilen eğitimden dolayı bununla ilgili detaylı biçimde çalışmamayı seçiyorsunuz. Ben bu kitapta, aslında o “stres” denen, bilinmeyen faktörün sadece stres olmadığını; aslında yaşadıklarımızın, travmalarımızın sağlık sorunlarını tetikleyebildiğini ve soruna neden olan doğru travmaları keşfedip temizlediğimizde Batı tıbbi için mümkün olmayan iyileşmelerin sağlanabileceğini aktarmaya çalışacağım.

Hazırsak başlayalım!

M. Barış Muslu
Nisan 2014, İstanbul

Tıbbın “Batı Yakasının Hikâyesi”

“Ortalama insan ömrü 150 yıla çıkıyormuş!”

Bu sözleri ilk duyduğumuzda hepimiz ne de güzel ümitlenmiştik değil mi? Hastalıklar birer birer tarihe karışacak, insanlar çok ama çok uzun yıllar boyunca yaşayacaktı. Ülkemizde bile ortalama insan ömrü gittikçe uzamıştı!

Benim jenerasyonum, 1970’li yılların ortasında doğan çocuklar olarak, biz çocukluğumuzda sürekli 2000 yılı sonrasında kaç yaşında olacağımızı, nasıl bir hayat süreceğimizi ve dünyanın ne kadar farklı olacağını konuşurduk. O günlere göre dünya epey değişse de, hayallerini kurduğumuz kadar köklü değişiklikler olmadı. Hâlâ uçan arabanın mucidi aranıyor örneğin...

Günümüzü havada uçan araçlarda değil, halen yerde giden arabalarda ve hatta o yıllara kıyasla muhtemelen çok daha sıkışık bir trafikte geçiriyoruz. Hayatı yaşama şeklimiz, vaktimizi nasıl harcadığımız ve yaşadığımız kentler oldukça farklılaştı. İyi ya da kötü birçok şey değişti. Özellikle de bilgisayar dünyası bu yeni değişikliklerin temel direği oldu. Kişisel bilgisayarlar, internet, akıllı dokunmatik telefonlar hayatı yaşayış şeklimizi gerçekten yeniden yapılandırdı.

Zaten bizi sağlık konusunda da “gaza getiren” de bu yenilikler değil miydi? İnsanoğlu böyle araçlar yapabiliyorsa, muhteşem makineler, mucize ilaçlar sayesinde hayat süresinin uzamasının da artık “eli kulağında” olmalıydı.

Peki sizce insanoğlu, bu muhteşem yenilikler sayesinde hastalıkların hakkından gelebildi mi? Bırakın 150’yi, hangimiz, “Ben 90 yaşımı kesin deviririm. Hasta olmam mümkün değil, olsam da tıp-

taki gelişmeler zaten beni korur” diyerek, bundan gerçekten emin olabiliyoruz? Bırakın uzun yaşamayı, yaşanan yılları sağlıklı geçirmeyi bile büyük bir şans addediyoruz.

Ama muhtemelen siz zaten sağlığını bu kadar “cepte” görmediğiniz için bu kitabı okuyorsunuz...

Hastalıklar neden arttı?

Çevrenizdeki insanlara bir bakın! Sizce gittikçe daha sağlıklı mı oluyoruz, yoksa genci yaşlısı demeden herkesin birçok hastalığa yakalanabildiği bir hayatı mı yaşıyoruz?

Ne yazık ki, herkesin sürekli sağlıktan bahsettiği ama bir türlü tam anlamıyla sağlığı yakalayamadığı bir döneme girdik! Tıpkı köpeklerin kendilerinden korkanları hissettiği gibi, sağlık sorunları da onlardan korktuğumuzu hissediyor sanki ve üstümüze üstümüze geliyor.

16 Gün geçmiyor ki, çevremizden ya da medyadan, erken yaşta kalp krizi geçiren ya da genç yaşlarda kansere yakalanan birilerinin haberlerini duymayalım.

Kalp krizi her yaşta insanın en büyük korkularından biri. Hepimiz ansızın gelebilecek, birkaç dakika içinde dahi hayatımızı sonlandırabilecek bu tehlikeden korunabilmek adına önlem almaya çalışıyoruz.

Trajikomik bir şekilde, erken teşhis etmeye çalıştığımız kanserin 20 sene öncesine göre çok daha büyük bir yaşam tehdidi ve hepimizin en büyük korkusu olduğu aşikâr. Gün geçmiyor ki, çevremizden ya da medyadan yeni bir kanser haberi çıkmassın. Yaştan bağımsız bin bir türlü vaka, aslında ortalama hayat süresini bile yaşayacağımızın garanti olmadığını bize hatırlatıp duruyor. Toplumumuz büyük bir kanser fobisi içinde yaşamını sürdürüyor.

Birçok kronik hastalığa kesin ve kalıcı çözüm bulunamadı. Diyabet, yüksek tansiyon, ülser, hassas bağırsak sendromu, vitiligo, egzama, ağrılar ve nice birçok rahatsızlık çeşitli diyet ve ilaç reçeteleriyle bastırılmaya çalışılıyor. Kesin çözüm bir türlü bulunamadığı için, çeşitli kimyasallarla ve onların vücudumuzdaki yan etkileriyle yaşamak zorunda kalıyoruz. Bunun yanı sıra, hastalık be-

lirtilerinin yarattığı mutsuzluktan ya da sağlığımızla ilgili dikkat etmemiz gerekenlerden dolayı özgürlüğümüzün elimizden gitmesiyle yaşam kalitemiz düşüyor.

Sadece ciddi hastalıklardan değil, en basit gripten bahsedelim. Kışlık rutinlerimizden nezle ve grip konusunda bir değişiklik olmadı. Böyle basit ve rutin gözükken bir rahatsızlık bile, mevsim falan dinlemeden bazı günlerimizi “nahışlaştırması” bir yana, dünyada yılda 300 bin insanın canını almaya devam ediyor.

Çelişkiler

Peki ya tıp dünyasındaki çelişkili beyanatlar ve haberlerin farkında mısınız?

Olmamanız mümkün değil! Gün geçmiyor ki yıllardır bilinen doğrular, önce yanlış, sonra doğru, sonra tekrar yanlış, sonra bir kez daha doğru ilan edilmesin. Zaten karışık olan kafamız daha da karışıyor!

Bir doktorun söylediğinin tam tersini başka bir doktor araştırmalara dayanarak sunabiliyor. Yıllardan beri sırtımızı yasladığımız bazı bilgilerin bir anda gerçek olmadığını anlıyoruz. X besini vitamin deposu olarak bilinirken yeni bir araştırma geliyor ve “X besini aslında kanserojen” diyor. Güvendiğimiz dağlara hiç durmadan karlar yağıyor ve ne yapacağımızı şaşırıyoruz.

17

Gazetelerde sürekli birbirleriyle çelişen yeni bilgi ve araştırmaları okuyoruz. Hangi bilimsel araştırmaya inanacağımızı şaşırılmış durumdayız.

Kolesterol birine göre kalp krizine sebep olurken, bir başkası kolesterolü zararsız, hatta iyi olarak nitelendirebiliyor. Yıllardır keyifle yediklerimiz, mesela tereyağı ya da yumurta, önce “tu kaka” oluyor, “aman evlerden irak” kontenjanına giriyor, sonra bir bakıyorsunuz, aslında “baş tacı” etmemiz gereken besinlermiş.

Kargaşanın farkında mısınız? Peki bu kargaşadan ne kadar yorulduğunuzun?

Kısaca **Batı** tıbbı

Hastalığa ve sağlığa bakışınızı büsbütün değiştirecek şeyler söylemeden önce şu anki mevcut paradigmayı kısaca inceleyelim. Klasik Batı tıbbına göre gerçekten neden hasta oluruz? Öne çıkan nedenleri kısaca sıralayalım.

Yanlış ve yetersiz beslenme
Egzersiz yapmama
Toksinler
Bulaşıcılık
Genetik nedenler
Stres

18

Evet, oldukça mantıklı nedenler bunlar. Ancak beslenmelerine dikkat eden, yeterli derecede spor yapan, toksinlerden temizlenmek, kendilerini ve yaşadıkları ortamı sterilize etmek adına gereğinden fazla uğraşan, anne babası, dedeleri en az 80 yıl yaşamış, genetik mirası şahane görünen kişilerde de birçok hastalık çıkabiliyor. Buna ne diyeceğiz şimdi?

Çevrenizde, hastalık ihtimalini sıfırlamak adına sağlığına azami dikkat eden insanlara rastlamışsınızdır. Aslında trajikomik bir şekilde, yaptıkları pek işe yaramaz. Hatta çoğu zaman sakınılan göze çöp batma olasılığı daha yüksektir. Onların sağlığı da hiçbir zaman garanti altında değildir. Tıpkı hepimiz gibi onlar da risk altındadır.

Bağışıklık sistemi

Bağışıklık sistemi deyince aklınıza ne geliyor?

Şahsen benim aklıma hava sıcaklığı ya da borsa endeksi gibi

Sıkı durun! Çünkü çok ama çok şaşıracaksınız...

Uyarayım, ezberinizi bozacağım!

Hastalıklar konusunda hiç ama hiç duymadığınız şeyler anlatacağım size.

Sağlık konusundaki paradigmaları değiştirecek, bildiklerinizi geçersiz kılacak bir kitabı tutuyorsunuz elinizde.

Hastalık diye adlandırdığımız şeyin aslında bambaşka bir şey olduğunu anlayacak ve

ARTIK KORKMAYACAKSINIZ!

**ÇÜNKÜ ASLINDA HASTALIKLARDAN KORKMAK İÇİN
HİÇBİR NEDEN YOK!**

Kilo sorunlarından diyabete, yüksek tansiyondan romatizmaya, alerjilerden kalp krizine ve hatta kansere kadar tüm hastalıklar beynimizde bir şalterin yukarı kalkmasıyla başlıyor. Ben şimdi size o şalteri geri indirmenin yöntemini anlatacağım.

Sizinle DOĞANIN BÜYÜK BİR SIRRINI paylaşacağım!

ÖDÜLÜNÜZ SAĞLIK OLACAK!

Hazırsak başlayalım...

M. Banş Muslu 1975'te doğdu. Tarsus Amerikan Koleji'nde lise eğitimini sürdürürken ABD'ye giderek 2 senede liseyi, 3 senede Michigan Tech Üniversitesi'ni bitirdi. 20 yaşında genç bir mühendis olarak Türkiye'ye döndü. Koç Üniversitesi'nde işletme mastırını tamamladı. 2001'de kendi şirketini kurdu ve Türkiye'de yüz binlerce kişinin ilk kez kullandığı teknoloji servislerini yarattı. 1994'ten beri, beynin işleyişi ile ruhsal ve bedensel sağlığa etkileri üzerine araştırmalar yapmaktadır. Dünyanın pek çok yerinde aldığı eğitimler ışığında, birçok metodu beraber hızlı ve etkin bir şekilde kullandığı NeuroFormat® sistemini geliştirmiştir. Çalışmalarına bireysel-kurumsal danışmanlık hizmetleriyle devam etmektedir. Muslu'nun aylarca çok satanlar listelerinden inmeyen *Beynine Format At*, *Yıka Beynini*, *Neuro Aşk*, *Gecikmeli Teslimiyet* ve *Anne Beni İyileştir* adlı kitapları da Doğan Kitap tarafından yayımlanmıştır.



www.neuroformat.com

Sertifika no: 44919

ISBN 978-625-8344-49-3



9 786258 344493

**Doğan
Kitap**