

Kiểm Soát Sức Khỏe của Bạn và Tránh Bệnh Tật Kỹ Nghệ

Take Control of Your Health and Escape the Sickness Industry



Tác giả: Elaine Hollingworths
Giám Đốc Hippocrates Health Centre of Australia
Phone:(07) 5530 2860 – www.hippocrates.com.au

Chapter 9 - Chương 9

Đậu Nành – Cái Hạt Đáng Ghét

Soy - the Abominable Bean

Dịch giả: Văn Trị

*Câu chuyện kinh hoàng về tập đoàn tham lam,
khoa học tội tệt, cơ quan kiểm soát sai trái...
và tất cả chúng ta bị lừa gạt như thế nào!*

Để thấy, nghe và đọc về những chuyện đó trong tất cả nguồn tin tức cũng như thông tin về thay đổi cách sống, bạn đã nghĩ rằng đậu nành ở đâu cũng có và những đồng loại của nó có nhiều khả năng khác nhau là: tốt cho tim, tăng cường sức khỏe, ngăn ngừa mỡ, giúp tăng trưởng, và là thực phẩm thông dụng được ưa chuộng đã được trồng lâu đời trên trái đất xinh đẹp của chúng ta. Đậu nành là loại đậu đơn giản, dễ trồng, và là một phần trong khẩu phần của chúng ta từ khởi đầu của thời đại văn minh, hứa hẹn sức khỏe và sinh khí đối với những cơ thể không chấp nhận đường sữa (lactose) từ bé sơ sinh, người già, phụ nữ mãn kinh, người yếu đuối, thể tháo gia, người lo lắng về sức khỏe và nói chung là cho tất cả mọi người.

Đậu nành rẻ, hiện diện khắp nơi bằng chính tên của nó, hay là thành phần chủ yếu trong cả ngàn thực phẩm khác như bánh mì, bánh ngọt, kẹo, sữa trẻ em, các món điểm tâm, món thay thế sữa và thịt. Nó được làm thành nước sốt, mì sợi, quà vặt, dầu nấu ăn. Nó cũng là chất căn bản của loại dầu “không dính” dùng để xịt lên chảo trước khi chiên xào. Nó cũng được dùng nhiều trong thực phẩm nuôi bò, cừu, chó mèo... Bác sĩ, nông gia, nhà dinh dưỡng, thể tháo gia, các công ty khả tín mà nhãn hiệu sản phẩm của họ đã trở nên một thành phần trong đời sống của chúng ta, nhà chức trách – tất cả đều bảo chúng ta rằng, thứ thực phẩm kỳ diệu này mang đến sức khỏe cho chúng ta. Họ bảo đậu nành tốt và không tác hại, và thường không được liệt kê vào bảng nguyên liệu của nhiều thực phẩm biến chế. Chúng ta không phải lo, vì mọi người biết nó an toàn. Những người kiểm soát sức khỏe của chúng ta đều vui vẻ chấp nhận sự bảo đảm của các công ty sản xuất và biến chế, đậu nành luôn được coi là an toàn, vì vậy nó an toàn.

Trên thế giới, hàng trăm triệu mẫu đất đã biến thành đất trồng đậu nành, cung cấp lợi tức chắc chắn và dồi dào cho hàng triệu nông gia, những người đã nộp lệ phí cho những nhà khai thác để thay đổi tính di truyền (genetically-modified) để giúp Công Ty Hoá Chất Monsanto và các công ty khổng lồ khác rao giảng tin lành “Đậu Nành Tốt Cho Bạn”.

Thật là tệ hại, đã qua nhiều thập niên, cũng những nhà khai thác này và tập đoàn của họ đã biết và ngăn chặn những bằng chứng việc ăn đậu nành lâu dài và đều đặn sẽ gây ung thư và vô số bệnh tật khác đe dọa mạng sống con người, hủy hoại xương, tăng sự tàn phá hệ thống miễn nhiễm của con người cũng như súc vật, kềm chế hoạt động sinh lý, và ngay cả, nếu được bài tiết qua đêm, từ thức ăn thâm nhập vào cơ thể của bất cứ ai, nó tác hại và gây bất lợi đến sức khỏe của nhiều thế hệ tương lai.

Sự thật đằng sau việc hội nhập cái hạt đậu đáng ghét trong thực phẩm Tây phương đã làm dấy động những tổ hợp tham lam, vô trách nhiệm, khoa học tồi tệ, truyền thông mãnh khoé, tham nhũng, hăm dọa, chính trị cơ hội, đàn áp, thủ đoạn pháp lý, cơ quan kiểm soát bất động, chính quyền bất lực, tất cả những thứ đó đã làm cho những công ty thuốc lá được xem là “*Chàng Trai Tốt*”.

Thật khó tin phải không? Sau khi bạn biết những bằng chứng xác thực những việc này, bạn sẽ chia sẻ nỗi tức giận của tôi chẳng những qua sản phẩm nguy hiểm đến tính mạng được cho phép sản xuất, biến chế và bán rầm rộ mà trong trường hợp này, những người sản xuất và trục lợi về đậu nành đã rất thành công khi phóng đại câu chuyện hoang đường của họ, và nhân viên kiểm tra của chính phủ, được gọi là người kiểm tra sức khỏe, những người lo về sức khỏe đã che đậy chứng cứ và khoán trắng cho các công ty để họ tiếp tục gây thêm ngộ nhận, hoang mang, và đầu độc không chỉ những người cuồng nhiệt chạy theo các sản phẩm độc hại của họ, mà kể cả những người dùng một phần của quả bom nổ chậm qua việc đậu nành là món ăn căn bản của loài người và gia súc, gia cầm. Hút thuốc thụ động là một việc, bị bắt buộc phải ăn thực phẩm độc hại lại là một việc khác.

Kể từ khi tôi để tâm đẩy mạnh việc thay thế thực phẩm biến chế và thuốc men chữa trị của các nhà sản xuất Tây phương, bằng những thứ an toàn, thiên nhiên, đã được phổ biến rộng rãi. Bây giờ, hằng ngày tôi bị tràn ngập những lời cầu cứu, hoặc tổng kết những thảm kịch cá nhân trực tiếp dính dáng đến việc dùng đậu nành.

Sự tàn phá sinh lý hoá

Phải, tôi có nghe vài người đã bảo là tôi sai lầm, và họ gửi đến tôi các bài báo nói về “bằng chứng vững chắc khoa học” đã “chứng minh” đậu nành thật tuyệt diệu và an toàn cho mọi người, hoặc bảo đảm với tôi là hãng Sanitarium đã không bán đậu nành nếu nó không tốt. Dường như việc tác hại không xảy ra cho họ, hoặc họ không cần biết, vì hầu hết những “bằng chứng” và cuộc “nghiên cứu” được phổ biến đã được tài trợ bởi cùng những tập đoàn sản xuất và bán sản phẩm đậu nành. Họ muốn vĩnh viễn hóa ý tưởng “mọi người đều biết”, chuyện hoang đường đô thị qua những bài kêu gọi được tự do phổ biến rộng rãi trong các cơ quan truyền thông, và đáng tiếc thay, những người hướng dẫn về sức khỏe, và những thông tin về thay đổi cách sống được lặp đi lặp lại thường xuyên nên được biết nhiều hơn.

Vì thế, nếu bạn là một trong những người nhảy dựng lên để thuyết phục tôi với những sự kiện phổ thông, người Á châu đã lớn mạnh bằng đậu nành qua nhiều thế kỷ. Hãy ngưng bút trong chốc lát, và chuẩn bị tìm ra sự sai lầm. Đó là một sự kiện khoa học được nhiều người tin đã được hoàn chỉnh bởi những người khởi xướng về đậu nành, và là một trong những thí dụ về sự thành công của họ trong việc tẩy não dân chúng.

Điều đáng lo hơn nữa và không bao giờ được đề cập đến trong các sản phẩm, những chứng cứ khoa học vững chắc và những câu chuyện tôi được nghe hầu như mỗi ngày từ những bậc cha mẹ than phiền con gái của họ có kinh nguyệt quá sớm, mọc âm mao, có vú lúc mới bốn hoặc năm tuổi, hoặc là những bé trai quá xấu hổ không dám tắm chung với bạn vì cậu có cặp vú của phái nữ, hoặc bộ phận sinh dục không phát triển.

Điển hình, lần tôi xuất hiện trong chương trình Sunrise buổi sáng của đài truyền hình số 7 Úc châu vào tháng 8 năm 2002, văn phòng chúng tôi bị tràn ngập bởi các cú điện thoại và điện thư ủng hộ sự cảnh giác của tôi về mối nguy cơ của đậu nành. Các bà mẹ lo âu nhiều nhất vì con của họ đang chịu đựng những triệu chứng thông thường của đậu nành, và tệ hại hơn nữa, qua lời khai, một bà bị khủng hoảng vì thời thơ ấu bị thảm của cậu con trai. Bà đã uống nhiều sữa đậu nành trong thời kỳ mang thai nên đã vô tình đầu độc đứa con trai mình với kích thích tố nữ quá nhiều, cũng như đã làm hư hỏng hệ thống sinh sản của bà. Do đó bà không thể nuôi con bằng sữa mẹ, vì con của bà đã nhận nhiều kích thích tố nữ từ sữa đậu nành dành cho trẻ em (tương đương với năm viên thuốc ngừa thai mỗi ngày). Chính bác sĩ gia đình đã kê toa cho bà. Bộ phận sinh dục của đứa con trai đã không phát triển, nhưng vú của nó thì ngược lại, cậu không chịu đi học, mãi cho đến khi giải phẫu vú lần thứ hai. Không biết về nguyên nhân của vấn đề, nên cả gia đình vẫn tiếp tục uống sữa đậu nành và bây giờ ở tuổi 21, con trai của bà cần giải phẫu cặp vú một lần nữa, nhưng họ không có đủ tiền.

Những người cổ võ cho đậu nành biết rất rõ sự tác dụng mà sản phẩm của họ đã phá hủy đời sống của chính họ cũng như của hàng triệu người bất hạnh khác, nhưng tôi cá với bạn là họ không hề bận tâm suy nghĩ điều đó.

Thật vậy, thảm họa xảy ra cho các đứa bé được nuôi bằng sữa đậu nành không phải là trường hợp cá biệt. Đã có những tài liệu được phổ biến rộng rãi và thường xuyên, trong nhiều trường hợp, kết quả chẩn đoán sự mất quân bình về kích thích tố đồng nghĩa lượng kích thích tố nữ quá cao, và kích thích tố đó có từ đâu? Bởi chính cha mẹ cho các em bé bú sữa đậu nành. Thông thường trên các mục cố vấn chuyên môn về y tế, cũng từ những tổ chức chuyên môn được đề cập ở trên khuyên người ta dùng sữa đậu nành cho phụ nữ mãn kinh và em bé bú sữa rất an toàn.

Nếu bạn muốn thuyết phục chuyên viên y tế, hãy chỉ cho họ địa chỉ trang mạng:

<http://vm.cfsan.fda.gov/~djw/pltx.cgi?QUERY=SOY>.

Để ngắn gọn hãy nói với họ: cho trẻ sơ sinh uống sữa đậu nành tương đương với việc cho em uống 5 viên thuốc ngừa thai mỗi ngày.

Cơ quan y tế Thụy Điển đã cho biết: 100 gram chất đạm của đậu nành có kích thích tố nữ tương đương với một viên thuốc ngừa thai, và có rất nhiều cuộc nghiên cứu khác đã được công bố từ đầu năm 1960 đã xác nhận sự việc không thể chối cãi này. Nhiều nhà khoa học và chuyên môn y khoa đã cho rằng, việc tiếp tục dùng đậu nành trong sữa trẻ em gây nạn tuyệt chủng (genocide) vì những tác dụng mà giới khoa học đã công bố trong mấy thập niên qua. Hệ thống tuyến nội tiết đã hấp thụ kích thích tố nhỏ bằng 1 phần triệu gram để tác dụng vào sinh thái của tử cung, và những người trực lợi từ đậu nành đã tuyên truyền, thúc đẩy phụ nữ phá cái sinh thái tinh xảo này bằng đậu nành chứa đầy kích thích tố nữ.

Tôi không biết

Thông thường, như trường hợp dẫn chứng ở trên, uống sữa đậu nành trong lúc mang thai có thể làm tắt sữa mẹ và dẫn đến việc nuôi trẻ bằng sữa đậu nành. Đó là một điều bi thảm trong số rất nhiều trường hợp đau buồn tác hại từ đậu nành mà chính tôi được nghe từ những bà đã có kinh nghiệm về đậu nành. Thông thường những người này đã không ngăn được dòng lệ khi diễn tả về những điều kinh khủng mà con của họ đã phải gánh chịu. Họ tiếp tục lặp lại: “Tôi không biết, tôi thật sự không biết, bác sĩ bảo tôi uống đậu nành tốt cho xương và hãy cho trẻ em uống sữa đậu nành”.

Bạn sắp được biết về tên tội phạm chính rất nguy hiểm là đậu nành có chứa một lượng nhôm cao được hấp thụ từ đất. Vào năm 1997 cơ quan thẩm quyền về dinh dưỡng

của Hoa Kỳ (APC), trong bản báo cáo về dinh dưỡng ghi lượng nhôm có trong sữa mẹ là 4 – 65 ng/mL, sữa đậu nành có 600 – 1300 ng/mL.

Tương tự như thế, một cuộc khảo cứu của giáo sư Nhi khoa Francis Crinella, Đại học Irvine, California đã cho thấy sự tăng gia tích tụ ngộ nghịch của trẻ em như là “Cuồng Động” bởi có quá nhiều chất manganese trong sữa đậu nành. Theo Crinella: “Sữa đậu nành chứa mangan nhiều hơn sữa mẹ 80 lần”. Điều này chứng tỏ những tuần lễ đầu tiên của cuộc đời, trẻ sơ sinh dễ bị nguy hiểm vì nhận quá nhiều mangan từ sữa đậu nành. Ngoài sự tàn phá hệ thống kích thích tố tinh xảo, trẻ em còn chịu đựng sự xáo trộn về đường tiêu hóa từ sữa đậu nành là một hiện tượng rất phổ thông.

Bạn tham tiền

Tập đoàn Nestlé trên nhiều quốc gia là chủ nhãn hiệu CARNATION là người quảng cáo chính cho đậu nành, bạn có thể nhớ là họ đã đem sữa trẻ em đến các quốc gia nghèo thuộc thế giới thứ ba, làm nản lòng việc nuôi con bằng sữa mẹ, và đã giết một triệu rưỡi em bé hằng năm. (Theo cơ quan kiểm soát sức khỏe thế giới). Vâng, họ vẫn còn tiếp tục cung cấp sữa Allsoy mặc dù có đầy đủ bằng chứng về những nguy hại chết người của đậu nành.

Thử nghĩ về mức độ sản xuất sữa đậu nành cho em bé sơ sinh, tờ Washington thời báo, chuyên về khảo cứu (số 26/6/01) cho thấy các chuyên viên điều tra đã phỏng đoán, những sản phẩm từ đậu nành chiếm 750 triệu trong tổng số 3 tỷ mỹ kim cho tất cả các loại sữa bột.

Với những nguy hiểm vừa được đề cập ở trên cũng đủ để cấm dùng loại đậu sát nhân đó từ bao năm qua, hoặc ít nhất là trong thực phẩm dùng cho em bé! Dù các chuyên viên kiểm soát thực phẩm chưa sẵn sàng hành động, nhưng với nhiều bằng cứ hiển nhiên dễ dàng tìm thấy, tại sao các y sĩ vẫn đề nghị dùng sữa đậu nành, và bạn thử nghĩ tại sao trang mạng của tôi được mang tên “Bác sĩ nguy hiểm” (www.doctorsaredangerous.com.au)? Chỉ có chính quyền Anh quốc đã bắt đầu ghi nhận sự báo động nghiêm trọng của các khoa học gia độc lập, và cứu xét việc ngăn cấm bán thực phẩm có chứa đậu nành cho trẻ sơ sinh.

Thật bất hạnh, có thể ngăn ngừa những tội ác quá đáng đối với trẻ sơ sinh cũng chỉ là phần nổi của tảng băng, cái tai hại của hạt đậu sát nhân đã không phân biệt tuổi tác và giới tính của các nạn nhân của nó.

Tôi không phải một khoa học gia, cũng như tôi sẽ không diễn thuyết dài dòng với bạn, nhưng với kiến thức căn bản về sinh lý học của cây đậu nành và hậu quả việc chế biến giúp cho ta biết tại sao hạt đậu nành và những nhà mại bản, nhà sản xuất, người chủ xưởng làm cho chúng ta tin tưởng vào nó.

Nhôm là một khoáng sản có sẵn trong đất, nhưng nó không ảnh hưởng đến mùa màng. Tuy nhiên cây đậu nành có ái lực đối với nhôm, nên nó tinh lọc và cô đọng lại trong hạt đậu. Sự nhiễm độc càng trầm trọng thêm khi hạt đậu được giữ trong những bồn chứa làm bằng nhôm và tẩy sạch bằng acít trong tiến trình chế biến. Dĩ nhiên dấu vết của nhôm từ hai nguồn đã ngấm vào cơ thể qua việc tiêu thụ đậu nành.

Bạn đã thấy con bò đậu nành chưa?

Sữa đậu nành chứa 100 lần nhôm nhiều hơn sữa bò chưa tinh lọc. Trong đề tài về cái gọi là sữa đậu nành bạn có bao giờ thấy con bò đậu nành chưa?

Bạn không thể vắt sữa từ đậu nành. Để có được cái dung dịch hấp dẫn màu trắng và trong tinh khiết, nó cần phải trải qua một số công đoạn cần thiết, phải xay đậu nành ở nhiệt độ cao, và rồi phải rút dầu đậu nành bằng những loại dầu xúc tác khác rất nguy hiểm, một số loại dầu đó vẫn còn tồn tại trong thức ăn. Xong thức ăn được trộn với chất

kiềm và đường. Đến giai đoạn lấy xác đậu nành ra, xong cho nó kết tủa và tách rời bằng cách dùng acít rửa ở mỗi giai đoạn, một số lượng nhỏ các chất độc còn đọng lại, và bạn đã đưa vào cơ thể mỗi ngày một ít cho đến khi sức khoẻ của bạn bị suy yếu nghiêm trọng.

Trong một cuộc nghiên cứu của tôi cho cuốn sách này, tôi đã tìm thấy 12 hóa chất đã được trộn vào đậu nành trong khi chế biến, hầu hết các chất này đều không biết tên, và quan trọng hơn là chúng rất nguy hiểm, nếu không nói là gây chết chóc. Tôi không muốn bạn phải bận tâm với tên của chúng, nhưng tin tôi đi, bạn không bao giờ muốn chúng ở gần, chứ đừng nói đến việc chúng ở trong cơ thể của bạn.

Cũng cần biết tiến trình sản xuất sản phẩm từ đậu nành, nó có chất như hình thức của lecithin, nhưng không giống trứng gà, trái bơ, hay hạt đậu khác... Phó sản phẩm này luôn luôn có mùi thối được ép ra từ đồng bầy nhầy còn sót lại, sau khi lấy dầu từ đậu nành ra. Nó chứa một số lượng cao dầu xúc tác và thuốc diệt trùng, và thử đoán xem, thay vì quy định nó là chất độc phải bỏ vào thùng rác. Các nhà sản xuất đã tạo nên mối lợi khổng lồ từ thứ thực phẩm bổ dưỡng này!! Một trong những đặc tính của nó là làm đau nhức khớp xương một cách mãnh liệt (thông thường người ta lầm lẫn với thống phong) và mọc gai (trong nhiều năm bệnh vực cho sức khoẻ tự nhiên) tôi cố vấn cho vô số người, họ tưởng là bị bệnh thống phong vô phương cứu chữa. Bác sĩ của họ chỉ cho thuốc mạnh thêm hơn và không cần bàn thảo về vấn đề dinh dưỡng. Tất cả báo cáo cho thấy, sau khi ngưng dùng đậu nành và lecithin thì các hiện tượng trên chấm dứt (cần nhiều thời gian và nước).

Trở lại vấn đề đậu nành đưa thêm chất độc vào cơ thể tưởng cũng đủ tai hại rồi. Nhưng hạt đậu sát nhân còn có sẵn mầm mống ung thư và những hóa chất khác bảo đảm sự tàn phá cơ thể con người. Để đối diện với những bằng chứng thảm họa không thể chối cãi được từ việc hấp thụ đậu nành của con người và loài vật, những người quảng bá cho đậu nành đã tiếp tục quả quyết ngược lại là tất cả những điều trên không những vô hại mà thực sự tốt cho bạn!!

Thực tế, đậu nành chứa rất nhiều chất phytoestrogen được gọi là những hóa chất thực vật có chứa oestrogen (kích thích tố nữ). Nó có sẵn trong thiên nhiên để giúp chu kỳ sinh sản của loài vật, và trong hình thức nhân tạo được dùng để nuôi gia súc.

Thuốc ngừa thai được bào chế khắp nơi là hợp chất nhân tạo. Với liều lượng cao và lâu dài chất phytoestrogen biến thành chất chống lại oestrogen. Liều lượng cao hơn được dùng trong hóa trị liệu để giết chết tế bào ung thư.

Hợp chất hóa học được gọi là phytoestrogen chứa hàng tá phó sản như là coumestan, isoflavone, lignan và sterol, mỗi phó sản đó lại chứa những phó sản thấp hơn. Đậu nành chứa nhiều isoflavone và chính nó lại chứa các phó sản genistein, coumestrol và daidzen.

Các khoa học gia đã biết rõ từ lâu chất isoflavone của đậu nành có thể làm hỏng chức năng của tuyến giáp trạng, tạo ra bệnh thiếu tự kháng và có thể gây ung thư tuyến giáp trạng. Kể từ thập niên 1950, chất phytoestrogen được biết liên quan đến việc gây ung thư, hiếm muộn, ung thư máu, và làm rối loạn tuyến nội tiết.

Charlotte Gerson của Viện Ung Thư Gerson ở Hoa Kỳ đã phổ biến công trình nghiên cứu rất chi tiết (Gerson Clinic: Cancer Research, June 1, 2001) chứng minh chất phytoestrogen gây ung thư hơn cả chất DES (diethylstilbestrol), một loại thuốc gồm hợp chất oestrogen mà hàng triệu phụ nữ mang thai đã uống từ năm 1938 đến 1971. Ít người để ý đến cảnh chết chóc và thê thảm do thuốc đó tạo ra cho phụ nữ và con gái của họ.

Thực phẩm bị cấm

Bà Gerson cũng đã viết trong Bản Tin Gerson Healing: “Đậu nành chứa chất hemagglutini, chất làm nghẽn mạch máu vì tế bào hồng huyết cầu kết thành cục. Những nhóm tế bào đó không thể hấp thụ dễ dàng dưỡng khí để phân phối cho các mô của cơ thể, nó có thể làm hại tim”.

Trong phẩm nổi tiếng “Kết quả 50 vụ điều trị ung thư” tiến sĩ Max Gerson, thân sinh của Charlotte đã đặt đậu nành và phó sản của nó vào danh sách cấm thân chủ của viện Gerson tiêu thụ. Không phải chỉ có Phòng Thí Nghiệm sự Nguy Hiểm về Sức Khỏe Năng Lượng của Hoa Kỳ đã công bố cuộc nghiên cứu cho thấy chất isoflavone của đậu nành tác dụng giống như thuốc sát trùng DDT và đã bị cấm sử dụng, vì chất này gia tăng tế bào ung thư vú. Năm 1988, giáo sư Theodore Kay trưởng toán nghiên cứu của Đại học Đài Loan nhận xét, đã hơn nửa thế kỷ, con người biết đậu nành là nguyên nhân làm phình tuyến giáp trạng, đặc biệt đối với phụ nữ và trẻ em.

Bác sĩ Fitzpatrick, nhà độc tố học được kính nể đã tiên phong mở chiến dịch chống đậu nành ở New Zealand, đã viết vào năm 1988 cho thấy chất isoflavone hiểm nguy, và đã được Cơ Quan Quản Lý Thực phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ (CQKSTPDPHK) chấp nhận, bài này cũng được đăng trên tạp chí Price-Pottenger Nutrition Foundation dưới tựa đề Isoflavone: Thuốc bá bệnh hay thuốc độc? Và sau đó tạp chí The New Zealand Medical (tháng 2/2000) đăng bài Đậu Nành tác dụng tuyến giáp trạng. Càng kể thêm chi tiết thì chúng ta càng sợ.

Dưới đây là vài điểm mà ông viết: “Độc tố isoflavone đối với động vật đã làm cho cộng đồng khoa học gia lưu ý, sự thật, chất isoflavone của đậu nành phá vỡ tuyến nội tiết... Đây là điểm tiêu cực sâu xa về những tác hại trên tất cả động vật”.

Nói một cách thẳng thắn, hệ thống tuyến nội tiết có thể bị đậu nành tàn phá, và nếu các tuyến của bạn không hoạt động hiệu quả thì sức khỏe của bạn suy yếu trầm trọng. Và hơn thế nữa, chất isoflavone đậu nành làm tăng nguy cơ ung thư vú...

Isoflavone đậu nành làm rối loạn chu kỳ kinh nguyệt, sau ba tháng hấp thụ chất này... Ăn uống chất genistein cô đọng, nó kích thích các tế bào... Đáng lo ngại cho các phụ nữ ăn uống chất đậm đậu nành vì sẽ bị bệnh tăng sản biểu mô.

Không phải an toàn hay tự nhiên

Các nghiên cứu trên và nhiều cuộc nghiên cứu đáng tin khác báo động giới phụ nữ về sự tác dụng ngược nếu sử dụng đậu nành lâu dài. Với lương tâm, các nhãn hiệu như Herron, Novogen của Úc, và những thần tượng tự phong là tốt cho sức khỏe như Blackmores và Sanitarium vẫn tiếp tục chứng minh việc sử dụng đậu nành và isoflavone rút từ đậu nành còn là “thuốc bổ” cho phụ nữ trung niên mãn kinh nữa

Mặc dù tìm cách quảng bá chống đậu nành gặp nhiều khó khăn, tôi cũng được đôi lần lên tiếng trên đài phát thanh hoặc xuất hiện trong chương trình truyền hình để phơi bày những mưu mẹo của các công ty ra trước công chúng – đáng kể là với, Alan Jones đài 2GB trong chương trình Ăn Sáng ở Sydney, Yvonne Adele trong chương trình buổi tối với đài 3AK ở Melbourne, và đài truyền hình số 7 toàn quốc với chương trình buổi sáng “Sunrise”.

Sự hưởng ứng thật phi thường, ngoại lệ, khán thính giả ủng hộ ý kiến của tôi. Những buổi phát thanh, phát hình cũng moi thêm những trường hợp bệnh tật liên quan trực tiếp đến hạt đậu đáng ghét.

Và tôi đã làm cho một số người trực lợi đậu nành ở Úc lo âu khách hàng của họ có thể nghi ngờ về sự thật, nên họ đã phải quảng cáo nguyên trang trên báo chí quốc gia để “tái bảo đảm” với khán thính giả về sản phẩm của họ.

không? Các chuyên gia dinh dưỡng còn xác nhận đậu nành là an toàn thay thế cho thịt lợn nội tiết không? Việc đẩy mạnh đậu nành là an toàn hay thiên nhiên là điều đáng xấu hổ đối với họ.

Acid phytic lại là một vấn đề nữa của cái hạt ghê tởm đó, nó hủy diệt hoàn toàn sự tín nhiệm của các xí nghiệp cho rằng các sản phẩm đậu nành là nguồn chất vô tội để ngừa bệnh xốp xương. Đậu nành chứa nhiều acid phytic hơn bất cứ loại đậu, hay hạt nào khác. Acid phytic cản trở sự hấp thụ tất cả khoáng chất, đặc biệt là chất vôi, thật ra đậu nành lấy đi chất vôi trong cơ thể của bạn. Chất ức chế enzym của đậu nành cản trở chất trypsin và các enzyme khác cần thiết cho cơ thể. Nó có thể tạo ra bệnh đau dạ dày, giảm tiêu thụ chất đạm, và làm cho chất acid amino kém hiệu quả.

Những điều quả quyết trên và còn hơn thế nữa, các tài liệu giá trị trong nhiều năm qua, và những bằng chứng hiển nhiên mỗi ngày mỗi thêm. Chi tiết hóa các tài liệu tham khảo mà tôi trích ra trong chương này, nếu ghi vào đây thì sẽ chiếm quá nhiều chỗ, nhưng bạn có thể đọc trong trang mạng của tôi, khoảng 16 trang A4 về danh mục tài liệu tham khảo (dài bằng chương này) về các cuộc nghiên cứu khoa học về sự nguy hiểm của đậu nành trong vòng 50 năm qua.

Lý do mà tôi trình bày ngắn, bởi vì các tài liệu “lật đổ” là những công trình của các công ty hay các khoa học gia trung lập, đã không được phổ biến rộng rãi, không được các công ty liên quốc trả tiền, và họ là tiếng kêu trong sa mạc. Các tài liệu của họ thường chỉ xuất hiện trên tạp chí chuyên môn, riêng tư, hay những báo chí “cấp trung” như tờ Nexus Magazine ở Úc, cũng có ấn bản ở New Zealand, Anh quốc và Hoa Kỳ, họ là những người can đảm theo đuổi việc “phổ biến và nguyên rửa” chính sách, và tranh cãi những điều láo khoét của các đại công ty.

Hơn thế nữa, qua những cố gắng và cống hiến của nhiều khoa học gia sáng suốt, có khả năng, can đảm, độc lập và đáng kính trọng, các nhà nghiên cứu, và bác sĩ qua các cuộc nghiên cứu đáng tin cậy đã khai quật số lượng lớn bằng chứng rõ ràng về các hành động tội ác của các công ty, dẫn đầu là công ty vĩ đại Monsanto, nơi gieo trồng thực phẩm biến cải di truyền tính là nguyên nhân chính của tai họa này.

Mang những hành động che dấu của kỹ nghệ đậu nành ra ánh sáng cho dân chúng biết là hành động giống như sự tranh đấu giữa David và Goliath. Bộ máy tuyên truyền đại chúng cấp toàn cầu về các đặc tính của đậu nành hoạt động không ngừng nghỉ. Có hơn 100 triệu mẫu Anh trồng đậu nành ở Mỹ, mà hầu hết là thực phẩm biến cải di truyền.

Ở Úc, có khoảng 50.000 mẫu Anh trồng đậu nành. Phô bày mặt trái loại tài trí này chắc chắn Machiavelli (tác giả cuốn The Prince) vỗ tay hoan nghinh, và dân chúng sẽ cảm thấy bất an về thực phẩm biến cải di truyền, nên họ sẽ theo chiều hướng trồng nông phẩm hữu cơ. Công ty Monsanto trồng 45 triệu mẫu anh đậu nành biến cải di truyền ở Mỹ. Luật của Mỹ cho phép trộn số lượng nhỏ đậu nành hữu cơ với đậu nành biến cải di truyền, và kết quả sự pha trộn thì số đậu nành này được mang nhãn hiệu hữu cơ! Bạn nghĩ là chính phủ có được phép cho chúng tiếp tục lừa gạt bạn không?

Với mức độ trồng trọt to lớn như vậy nên cần kiểm thị trường để duy trì và gia tăng. Đối với việc này, các nông gia trồng đậu nành ở Mỹ đã đóng góp khoảng 80 triệu mỹ kim hằng năm cho chiến dịch tuyên truyền hữu hiệu chưa từng thấy ở Tây phương. Kết quả việc quảng bá được tài trợ mạnh mẽ, bảo đảm có những mẫu chuyện “mới” về sự lợi ích của đậu nành hiện ra khắp nơi, được hỗ trợ bởi nhiều chiến dịch quảng cáo, tốn nhiều triệu mỹ kim.

Những Cái Trứng Vàng

Giở những trang tạp chí phổ thông của phụ nữ, đọc các báo, xem truyền hình thương mại và thử đếm các quảng cáo thức uống về đậu nành. Các nhà sản xuất, chế biến và xí nghiệp chi tiêu hàng tỷ mỹ kim để quảng cáo sự “tốt lành” về sản phẩm của họ. Sự chi tiền như vậy bảo đảm kinh tế, và truyền thông đại chúng có tin tức thường xuyên, những bài đặc biệt ca ngợi những lợi ích về sức khỏe do đậu nành mang lại. Nền kinh tế đó bảo đảm cơ may tối thiểu cho những bản báo cáo về các tai hại, những báo động thảm khốc do hàng trăm công ty khoa học và các nhà nghiên cứu trung lập của đậu nành nêu trên, được phổ biến. Cơ quan truyền thông lớn sẽ bị nguy hiểm nếu chống đối con ngỗng đẻ trứng vàng, đặc biệt là cơ quan đó đặt ra câu hỏi về giá trị của sản phẩm, hoặc sự thật về các quảng cáo đó.

Chắc chắn, đôi khi, một báo cáo khoa học hay y khoa tìm ra chứng cứ trái ngược đáng được loan tin đã bị lãng quên, hoặc chỉ đăng ở những trang trong. Việc loan tải đó cũng không có gì trở ngại, vì lợi ích của việc loan tin cân bằng, xí nghiệp đó có quyền Trả Lãi, và họ có sẵn một đạo quân nhà, hay chuyên gia “độc lập” sẵn sàng phản bác. Mặc dù sự phản bác không đúng sự thật, hay dựa trên cuộc nghiên cứu giới hạn hay không chính xác, và được phổ biến thật rộng rãi, rồi chúng ta lại tiếp tục uống đậu nành và đi ngủ.

Hãy tin tôi, kỹ nghệ đó được bảo đảm công tác bởi một số nhà khoa học giỏi, nhưng đàng điếm có thể mua bằng tiền. Nếu chiến dịch đó không kết quả thì “Kế hoạch B” đơn giản được thi hành, là bất tín nhiệm tên khoa chuông đánh trống vừa rồi. Nhưng không chỉ một mình giới truyền thông chịu trách nhiệm phụ giúp kỹ nghệ đậu nành phổ biến cái mảnh khoé và tẩy não đó. Hầu hết các chuyên viên y tế tỏ ra quá bận rộn, hoặc không lưu tâm, dù họ bị người nào đó hỏi về đậu nành, thì họ sẽ trao cho những trang giấy rục rờ do các nhà cung cấp mang đến. Họ cũng chẳng cần lưu tâm là nó có giá trị hay không? Người ta không tin những điều gì khác mà công ty hóa chất Monsanto bảo họ nước, họ tự sử dụng những điều lừa dối về đậu nành để họ bị cắn câu và chết chìm.

Bác sĩ Raymont Peat, nhà sinh lý học tuyến nội tiết tại Đại học Oregon đã thổi tiếng còi báo động đầu tiên về sự hiểm nguy về trị liệu thay thế kích thích tố, nhiều năm trước khi đề tài này xuất hiện:

“Có các nhóm khác biệt bản năng giữa những người “làm khoa học”, có người tin dễ dàng điều gì có vẻ hợp lý nếu có một số đông người nói đó là sự thật. Đôi khi vì quyền lợi kinh tế đã làm thay đổi niềm tin của họ. Ví dụ, hai kỹ nghệ lớn nhất thế giới, kỹ nghệ oestrogen và kỹ nghệ đậu nành chi tiêu số lớn tiền để làm cho dân chúng tin một số vấn đề có vẻ hợp lý để bán sản phẩm của họ.”

Chúng ta có thể nói thêm rằng, họ muốn dân chúng tin điều gì thì dân tin điều đó. Đặc biệt là do “một người hiểu biết” nói ra và tái xác nhận.

Điều trên đã làm cho ý định tốt của tôi bị chỉ trích là sai lầm, như đã trình bày trước đây. Tôi dám hỏi nhóm “khoa học gia nghiên cứu độc lập”, họ tự cho là bị xúc phạm, vì ca ngợi những đặc tính của thực phẩm mà người dân ưa thích và được cho lành mạnh. Tôi phải loại bỏ sự kiện “được nhiều người biết” là dân Nhật Bản sống nhờ đậu nành, và không hề đau khổ về nó. Tôi tấn công điếm này.

Huyền thoại Á châu

Những đề tài mà tôi tranh luận với các học viên qua những biểu thuyết trình của tôi tại Trung Tâm Sức Khỏe Hippocrates (Hippocrates Health Center) và tại những buổi diễn thuyết trước công chúng tạo thêm những tranh luận, và luôn luôn có những

bất đồng ý kiến, nhưng sau khi biết rõ những khám phá và bằng chứng mà tôi trưng bày thì họ chấp nhận. Tranh luận về đậu nành, tạo ra một vấn đề khác nữa, vì một số người không chấp nhận một cách đơn giản. Trọng tâm tranh cãi này là “mọi người” nói rằng đậu nành có ích; họ đã đọc những thông cáo báo chí được in sặc sỡ về đậu nành; nghe những chuyên viên y tế nói về đậu nành; và chắc chắn là phụ nữ Á châu có sức khỏe tốt vì nhờ ăn đậu nành, và họ có rất ít khó khăn về mãn kinh và xấp xương.

Những tranh luận đó là sai lạc và lệ thuộc vào bộ máy quảng cáo thương mại thế giới rất hiệu quả, làm cho chúng ta khó bắt đầu từ đâu. Dù vậy, chúng ta lên đường.

Bắt đầu với người Nhật Bản, thức ăn của họ, hay bất cứ sự dinh dưỡng nào của các dân tộc Á châu không có nhiều đậu nành. Gia đình người Á châu trồng rất ít đậu nành “biến đổi di truyền tính”. Ngược với sự trồng đậu nành kỹ nghệ của thị trường Tây phương. Ngoại trừ trường hợp nghèo nàn hay nạn đói, người Á châu tiêu thụ một số lượng nhỏ đậu nành từ 7 đến 8 gram mỗi ngày- và hầu hết đậu đã được lên men từ 3 đến 5 năm để loại bỏ các độc tố. Tiến trình lên men cũng làm giảm sự phát triển chất giảm đau trong mọi sản phẩm của đậu nành, nhưng không loại bỏ hoàn toàn. Người Nhật Bản ăn ít đậu hũ, và miso được nấu canh trong đó có nhiều khoáng chất cộng với cá, thịt, điều này bù vào một số tai hại của đậu nành.

Bác sĩ Raymond Peat và một số bác sĩ khác chứng minh người ăn đậu hũ (một phó sản của đậu nành) liên quan đến bệnh mất trí. Trong cuộc nghiên cứu lớn ở Hoa Kỳ, tám ngàn người đàn ông Mỹ gốc Nhật ở Hawaii bắt đầu ăn đậu hũ vào trung niên có liên quan đến chức năng của bộ óc và thay đổi cấu trúc của nó khi về già. Các nhà nghiên cứu chụp quang tuyến bộ óc, nghiên cứu chức năng nhận thức tổng quát, và khám nghiệm hậu tử. Những người được nghiên cứu gia tăng mức tiêu thụ đậu hũ liên quan đến dấu hiệu bộ óc bị teo lại, và sự nhận thức suy yếu trong tuổi già. Họ cũng tìm thấy, qua các vụ mổ xác, các khoang óc bị sưng và trọng lượng óc giảm đối với những người ăn nhiều đậu hũ. Bài nghiên cứu được in trên Tạp Chí Đại Học Dinh Dưỡng Hoa Kỳ (The Journal Of The American College Of Nutrition).

Trong lúc đề tài tiêu thụ đậu nành ở các quốc gia Á châu là một sự thật cay đắng không xuất hiện trên các thông báo của các nhà sản xuất đậu nành, nó tác động dị thường đối với bệnh ngu độn trên những phần đất của Trung Quốc, nơi mà đậu nành được tiêu thụ rộng rãi, bởi vì dân chúng nghèo, nên không có những nguồn chất đạm khác. Sự kiện này liên kết với việc tổn thương bộ óc do chất iodine-depleting tác dụng bởi chất goitrogens là căn bản của đậu nành tác hại tuyến giáp trạng. Bác sĩ khoa độc tố Mike Fitzpatrick viết: *“Cuộc nghiên cứu dịch tễ ở Trung Quốc cho thấy việc tiêu thụ nhiều đậu nành không ngăn ngừa chống lại ung thư vú. Và nhiều cuộc nghiên cứu tương tự khác cũng bác bỏ lý thuyết là đậu nành giúp ngăn ngừa ung thư vú”*.

Hơn thế nữa, người Á châu không giống người Tây phương, họ không uống ừng ực chất đạm cách ly đậu nành thay thế cho sữa. Sữa không phải là một phần văn hóa của họ.

Khoa học tồi tệ

Các “huyền thoại” đó bắt nguồn từ đâu? Trong những năm vừa qua, nhiều cuộc nghiên cứu đã được phổ biến lên quan đến đậu nành ảnh hưởng sức khỏe con người, là nhờ bộ máy tuyên truyền được chăm đầu đầy đủ, phổ biến rộng rãi những cuộc nghiên cứu của kỹ nghệ đậu nành do nhiều bè cánh khác nhau của họ. Không lấy gì làm ngạc nhiên, chúng luôn luôn trình bày những lợi ích to lớn của đậu nành, mặc dù đó không phải là kết luận của các nhà nghiên cứu của chính họ! Luận điệu căn bản về sự lợi ích của đậu nành đối với sức khỏe được đặt nền tảng trên khoa học tồi tệ hay bóp méo việc giải thích.

Sự tranh luận về bệnh nhân ung thư dùng đậu nành. Căn cứ vào thống kê, cho thấy người Á châu có tỷ lệ thấp về ung thư vú, ruột già và tuyến tiền liệt, có những bằng chứng rõ ràng đã bị làm ngưng. Trong lúc những cuộc nghiên cứu được trợ cấp khoắc lác rằng phụ nữ Á châu ít bị ung thư vú hơn phụ nữ Hoa Kỳ, họ đã không đề cập đến điểm phụ nữ Á châu ăn uống khác xa đối với phụ nữ Tây phương. Sự dinh dưỡng tiêu chuẩn của Á châu gồm nhiều sản phẩm thiên nhiên, nhiều rau trái và cá. Sự dinh dưỡng của họ cũng ít hóa chất và độc tố, họ cũng ăn ít thực phẩm biến chế. Các cuộc nghiên cứu đó cho thấy tỷ lệ ung thư gia tăng đối với phụ nữ Á châu sang sống tại Hoa Kỳ và theo cách ăn uống của Mỹ. Làm bộ quên đi việc quan trọng là cách ăn uống và thay đổi cuộc sống, mà chỉ chú ý đến mức tiêu thụ đậu nành đối với những phụ nữ Hoa Kỳ gốc Á châu là nguyên nhân chính của tỷ lệ ung thư, đó là khoa học tồi tệ.

Huyền thoại về sự mãn kinh và xấp xương, cũng là một sự kết luận lố bịch là đậu nành bảo vệ phụ nữ Á châu. Thói quen ăn uống của họ, như trình bày trên, gồm rất ít thực phẩm làm sẵn (junk food), đó là sự khác biệt hoàn toàn đối với người Tây phương.

Hơn thế nữa, họ ít hút thuốc lá, ít uống rượu, và không thay thế sinh tố D gồm bơ làm bằng dầu thực vật đậu nành có hại, điều mà người Tây phương rất thông dụng vì họ bị hướng dẫn sai lạc.

Cần thêm chứng cứ về sự thống trị của các nhà sản xuất đậu nành đối với những gì mà bạn đọc về sản phẩm của họ. Bài được phổ biến rộng rãi mang đề tài: **Các khoa học gia đề nghị tiêu thụ thêm đậu nành** của Jane E. Allen, chuyên viết về khoa học của Associated Press, được nhiều diễn giả nêu ra trong hội nghị thảo luận về các lợi ích của đậu nành dưới tiêu đề, **Sức Khỏe và Tác Dụng của Chất Đạm Đậu Nành**. Cuộc thảo luận của họ được xem như là bằng chứng hiển nhiên về sự lợi ích của đậu nành. Điều được ít phổ biến là bài bình luận về cuộc hội nghị tốn 50,000 mỹ kim, do tổ chức Protein Technologies International of St. Louis tài trợ, là công ty phụ thuộc công ty DuPont sản xuất chất đạm đậu nành! Đó là cái giá không công bằng?

Di Ứng

Những tranh luận thông thường khác ủng hộ đậu nành cho rằng đậu nành đã được lên men như tempeh hay natto chứa nhiều sinh tố B12. Mặc dù vậy, những người ủng hộ không cho thấy B12 của đậu nành là một chất tương tự B12 nhưng bất hoạt động, không giống B12, và cơ thể con người không hấp thụ. Một số nhà nghiên cứu khác cho rằng chất tương tự đó có thể ngăn chặn sự hấp thụ B12 của cơ thể. Họ cũng tìm thấy phản ứng dị ứng của đậu nành nhiều hơn các loại rau trái khác. Viện Bệnh Nhi Đồng Hoa Kỳ (American Academy of Pediatrics) thừa nhận, trẻ em tác dụng bởi sữa đậu nành có thể đưa đến nguyên nhân dị ứng vào tuổi thiếu niên và trưởng thành.

Trong lúc trên tờ Furphy, chỉ trích tôi liên tục, hấn cho “biết chắc chắn”, làm cho đậu nành nẩy mầm thì sẽ hết chất độc. Hấn vẫn chưa chịu tin bằng chứng khoa học cho thấy sự nẩy mầm làm cho chất genistein biến thái thành coumestrol, làm cho chất oestrogen tăng gấp 30 lần.

Trở lại một chút, khi tin tức về sự nguy hiểm của đậu nành bị lọt ra ngoài, bộ máy công tác đại chúng của họ hoạt động quá sức, họ tung ra những câu chuyện, làm sao để loại những chất “xấu xa” trong đậu nành qua tiến trình chế biến. Đây là điều bịa đặt hoàn toàn, và đã bị bác bỏ bởi nhiều cuộc nghiên cứu, khi chế biến đậu nành còn bám thêm các chất khác. Như đã trình bày trước đây, chế biến làm tăng thêm chất nguy hiểm của một ly độc được chết người.

Còn thêm nhiều sự thật, những người ủng hộ đậu nành đã và đang trốn các câu hỏi về sức khỏe. Nếu bạn còn tin, tiêu thụ đậu nành sẽ tăng cường kích thích tố sức khỏe cho nam và nữ. Xin lưu ý điểm này, ăn uống đậu nành chẳng những nguy hiểm, mà còn

vô tích sự, như đã đăng tải trên tạp chí Nexus. “Nhà sư độc thân sống trong tu viện, ăn chay, họ nhận thấy đậu nành giảm tình dục”.

Tại các quốc gia phát triển như Hoa Kỳ, Canada, Úc, New Zealand, chính phủ thành lập cơ quan Kiểm Soát để bảo đảm sự an toàn thực phẩm và dược phẩm bán cho dân chúng. Nhưng đáng buồn thay, vì thị trường đậu nành rộng lớn, nên cơ kiểm soát thực phẩm và dược phẩm của Hoa Kỳ (FDA) và giới chức thẩm quyền về thực phẩm của Australia và New Zealand (FSANZA) đã đặt quyền lợi thương mại của các xí nghiệp trước quyền lợi của người dân tiêu thụ, mặc dù đã có thêm những dữ kiện sai lạc hay ngăn cản những thông tin mà họ không thể chấp nhận.

Trong vùng của chúng ta, một vụ đặc biệt vừa xảy ra cho thấy chủ tâm lừa dối của chính phủ được phơi bày ra ánh sáng – và bị giới truyền thông cố tình làm ngơ. Một lần nữa, sữa đậu nành trẻ em cần được mọi người lưu ý một cách cẩn thận, đối với những ai còn có ấn tượng “***nếu sản phẩm không an toàn thì không được phép bày bán***”.

Che Dậy Sự Thật

Tháng 3 năm 1999, Cơ Quan Kiểm Soát Thực Phẩm và Dược Phẩm Úc và New Zealand (CQKSTPU&NZ) đã soạn tài liệu với tựa đề hấp dẫn: Định giá tiềm năng nguy cơ của trẻ em đối với sữa đậu nành trẻ em”.

Đoạn 3.1, Phát hiện nguy cơ. Một số nguy cơ liệt kê sau:

3.1.2 Kích thích tế bào oestrogen nhạy cảm; không sinh sản; sinh lý khác lạ, sinh lý lớn mạnh.

3.1.3 Sự phát triển bộ óc của trẻ sơ sinh.

3.1.4 Tuyến giáp trạng biến đổi. Các phản ứng miễn dịch.

5.1.1 Ăn uống khó khăn: mức độ kích thích tố 240 lần cao hơn sữa mẹ.

6.0 Định giá nguy cơ: “Rõ ràng là chất phytoestrogen gây nguy cơ cho người tiêu thụ thực phẩm đậu nành”.

Tài liệu này được ký bởi Bác sĩ Luba Tomaska, Trưởng chuyên viên độc tố, BS Fiona Cumming (ANZFA), BS P. Tuohy thuộc bộ y tế New Zealand, và năm nhà chuyên viên thông thạo về an toàn thực phẩm của Úc và New Zealand. Ngoài những giới chức thẩm quyền trên định giá, còn có phòng thí nghiệm của chính phủ liên bang Hoa Kỳ đồng ý vào năm 1999. Anti-thyroid (Phản tuyến giáp trạng isoflavins từ đậu nành: *Cách ly, đặc tính và tác động cơ giới*, tài liệu nghiên cứu suốt 50 năm của các báo cáo y khoa về sự tổn hại tuyến giáp trạng và trình bày cách thức gây tổn hại.

Bản báo cáo lần chót của ủy ban rất rõ ràng và không mơ hồ đi đến kết luận, trong đó gồm có sữa đậu nành trẻ em có tiềm năng tổn hại.

Tháng 2 năm 2002, cũng cơ quan trên (CQKSTPU&NZ), tổ chức họp và soạn tài liệu, gồm các Bộ trưởng Y Tế các tiểu bang và lãnh thổ Úc, New Zealand để ấn định tiêu chuẩn sữa trẻ em, nhưng lại không gợi ý hay đề cập đến suy hiểm nghèo đã được chi tiết hóa do ủy ban chuyên viên định giá nguy hiểm đã soạn trước đó, nói trên.

Theo đề nghị của CQKSTPU&NZ, tất cả Bộ trưởng Y tế có lẽ không ý thức nguy cơ, hoặc cho là không đáng để được họ chú ý. Kết quả là sự ấn định tiêu chuẩn của thành phần cấu tạo sữa trẻ em bán tại Úc và New Zealand được phê chuẩn, gồm cả các thành tố mà ủy ban chuyên môn (cũng như nhiều giới chức thẩm quyền khác) đã liệt vào loại bất lợi cho sức khỏe.

Sự phê chuẩn đó là cái tát vào mặt của sự an toàn thực phẩm Úc, việc áp dụng luật, cũng như đặt con em chúng ta vào tình trạng nguy hiểm thường xuyên về sự rối loạn tuyến nội tiết và hiếm muộn.

Nói láo trợ trên

Thật tệ hại! Các chính trị gia Úc bị những người lo âu về đậu nành hỏi về các thành tố của sữa đậu nành trẻ em, họ hỏi CQKSTPU&NZ thêm thông tin. Giới chức thẩm quyền trả lời điều mà chúng ta không thể ngờ được – đó là sự nói láo trợ trên”

“...không có chứng cứ cho thấy sức khỏe trẻ em dùng sữa đậu nành trong vòng 30 năm qua liên quan đến các tai hại đã xảy ra.”

Không tốt đẹp gì để nhận ra sự thành thật và đạo đức của việc kiểm soát và bảo vệ sức khỏe của con em chúng ta phải không? Tại sao cơ quan này tiếp tục không lưu ý, chẳng những đối với các cố vấn đầy đủ khả năng của họ, mà kể cả những người của ủy ban Hoa Kỳ đầy đủ thẩm quyền, mà báo cáo của họ đã được dẫn chứng trong chương này.

Dân chúng Hoa Kỳ cũng không có gì khá hơn trong việc tin tưởng những nhân viên kiểm soát do chính phủ chỉ định. Cơ quan trên kiểm soát, và cho phép bán tất cả thực và dược phẩm. Họ thuê những nhà khoa học và nhà nghiên cứu điều tra và phê chuẩn những thỉnh cầu do các công ty viết ra đối với sản phẩm và nguyên liệu của họ.

Khi cần, cơ quan trên hình như tỏ ra không hối tiếc việc làm ngơ và bêu xấu các chuyên viên của mình để làm vừa lòng các công ty. Trường hợp hai khoa học gia của cơ quan trên là tiến sĩ Daniel M Sheehan giám đốc chương trình căn bản oestrogen thuộc Sở Độc Tố Học Về Di Truyền và Khả Năng Sinh Sản, và tiến sĩ Daniel R Doerge thành viên của Sở Độc Tố Học Về Sinh Lý Hóa. Năm 1998 họ chống đối cơ quan kiểm soát xử lý về sức khỏe hệ tim mạch theo yêu cầu của công ty ketch xù DuPont sản xuất đậu nành, qua công ty phụ thuộc là Protein Technologies International.

Sau khi khảo sát mẫu hàng và tự làm những thử nghiệm, Sheehan và Doerge gửi thư đến giám đốc cơ quan kiểm tra trên, và cực lực chống đối sản phẩm, lợi ích của chất isoflavone liên quan đến việc làm giảm chất mỡ trong máu. Họ là hai chuyên viên nghiên cứu về oestrogen, sự cảnh cáo của họ chắc chắn là chính xác.

FDA phản ứng một cách chưa từng có, họ bảo công ty viết lại văn thư xin phê chuẩn mẫu hàng, thay thế tất cả những gì liên quan đến isoflavone bằng mấy chữ “chất đạm đậu nành”. Hành vi trắng trợn này đi ngược lại quy tắc làm việc của chính họ, để mang đến kết quả là phê chuẩn mẫu hàng. Họ còn cấm Sheehan và Doerge chỉ trích công khai đề tài này.

Hành động tiêu cực hơn, FDA trở thành kẻ làm vừa lòng, giúp đỡ những kẻ bán đậu nành, họ còn chấp thuận cho chúng “tự điều chỉnh”. Công ty hay nhà biến chế, với rất ít bằng chứng, được phép tự tuyên bố sản phẩm của họ được xem là “An Toàn Tổng Quát”, thuật ngữ này có nghĩa: “Sản phẩm này không gây tai hại cho bạn vì không có ai khiếu nại”. Điều này chỉ riêng ở Mỹ phải không? Bạn có tin như vậy không?

Nhiều người to gan dám nói và hành động chống lại nhóm kỹ nghệ và chính trị gia bảo vệ họ đã bị khổ sở về thể xác cũng như tài chánh như thế nào. Chuyện của cặp vợ chồng ở New Zealand. Valerie và Richard James, họ hiến dâng cuộc đời để phơi bày tội lỗi của việc buôn bán này, họ xứng đáng được tuyên dương. Cuộc nghiên cứu bị cấm đoán và bằng chứng được mang ra ánh sáng làm cho thế giới chú ý nhờ sự chân thật và lòng can đảm của họ, và họ là nguồn cảm hứng, cố vấn và cung cấp thông tin cho tôi và nhiều người khác để cố gắng quảng bá sâu rộng các điều trên.

Kinh nghiệm của ông bà James

Lần đầu tiên tôi chú ý đến James là qua một bài báo đăng trên tạp chí Nexus. Họ là người nuôi chim nhiệt đới, hai vợ chồng lên tiếng báo động về đậu nành biến cải di truyền khi họ cho chim ăn thực phẩm chất đạm đậu nành - mang đến kết quả tai hại như sau: “...chim biến dạng, còi, chim con chết và chim mái chết sớm, đưa đến kết quả

là số lượng chim trong chuồng giảm đều đều”. Rồi họ nhận ra các triệu chứng ở bầy chim cũng tương tự như những triệu chứng đau khổ mà con của họ mắc phải, vì được nuôi bằng sữa đậu nành trẻ em. Biết điều đó, họ vô cùng lo âu về đậu nành đã tác họ cho con cái và bầy chim. Họ mời gọi sự giúp đỡ của nhà độc tố học là tiến sĩ Mike Fitzpatrick, mà các tài liệu của họ được tôi ghi tại nhiều chương trong sách này. Ba người trên thành lập một liên minh để điều tra và mang ra ánh sáng các điều mà các công ty ketchup và chính quyền muốn che giấu.

Trong lúc chuẩn bị cho ấn bản lần thứ sáu sách này, tôi điện thoại Valeri và Richard ở Whangarei, New Zealand, tự giới thiệu và yêu cầu giúp đỡ. Tôi cần một đoạn văn về phản ứng của kỹ nghệ đậu nành và chính quyền New Zealand đối với cuộc viển chinh chín năm của họ, chống lại sữa đậu nành trẻ em. Richard trả lời: “Không thể cô đọng sự sợ hãi và cảm giác bị đe dọa thường xuyên trong nhiều năm bằng một đoạn văn được”. Do đó họ gửi cho tôi một bao thư lớn chứa đầy những thông tin kinh hoàng, nó gây cảm giác tôi bị đe dọa, và đến nay tôi còn mang ấn tượng đó.

Đối với sự hiểu biết nông cạn của tôi về sự liên hệ âm ỉ của giới kỹ nghệ với chính quyền, nên tôi đã giật bắn người khi đọc tài liệu này. Ông bà James gửi bản sao cuộc nghiên cứu cần cù mà họ đã gửi cho chính phủ. Tài liệu kết tội này đã làm tôi ngạc nhiên, tại sao họ không thể thuyết phục được chính phủ, hoặc làm cho chính phủ lưu tâm. Họ cũng kèm theo những chi tiết hăm dọa rợn người của giới kỹ nghệ và chính quyền, sự dối trá của nhà chức trách và bọn bảo vệ kỹ nghệ đậu nành, cũng như chi tiết nghề nghiệp của họ bị phá hỏng, rút lại trợ cấp, và tài liệu nghiên cứu bị kiểm duyệt hay không được phổ biến.

Áp lực đối với một số khoa học gia mà họ đã hợp tác chặt chẽ làm cho họ khủng hoảng tinh thần, và phải bỏ nước ra đi. Chính phủ New Zealand đã và đang bảo vệ kỹ nghệ đậu nành vì lợi tức nhiều tỷ mỹ kim mỗi năm của giới này. Như vậy bộ trưởng y tế của họ là người đứng sau lưng của bọn giết chết trẻ em!

Hăm Dọa và kiện cáo

Hai vợ chồng trên đã trở thành mối đe dọa nghiêm trọng cho những người vận động các vị dân cử ủng hộ đậu nành, hai người trên phải đối đầu với hăm dọa đe tiện cá nhân cũng như pháp lý ở nhiều mặt. Chính phủ của họ cho phép nhà sản xuất đậu nành sử dụng ngân khoản của chính phủ qua cơ quan Trợ Giúp Pháp Luật (Legal Aid) để kiện họ vì họ dám nói sự thật về đậu nành! Còn chính họ thì phải bỏ tiền túi để bầu chữa. Mặc dù vậy, được sự gia tăng ủng hộ của đại chúng, họ chuẩn bị lãnh đạo cuộc tranh đấu nhân dân chống lại công ty Monsanto và những công ty khác, nhân danh những người mà mạng sống của họ bị Hạt Đậu Giết Người tàn phá.

Xin mời xem trang mạng của tiến sĩ Fitzpatrick www.soyonlineservice.co.nz và bạn sẽ thấy một núi bằng chứng hiển nhiên của ông và ông bà James kết hợp để chống lại những tổ hợp quốc tế, đồng thời cũng thấy rõ những người bêu xấu cố ý làm mất thể diện của họ. Sự can đảm của cặp vợ chồng này bị gièm pha bởi vì họ cố gắng cứu hàng triệu trẻ em tránh sự tác hại của sữa trẻ em đậu nành làm tàn tật. Đáng lý phải cảm ơn họ, thay vì hăm dọa và đưa họ ra tòa. Điều này chẳng những làm cho họ chán nản mà còn làm mất lòng can đảm của họ.

Điều trên cho thấy, không có cách gì để người dân lương thiện có thể thắng được các công ty quốc tế được chính quyền hậu thuẫn.

Phơi bày sự thật

Nhưng cũng có hy vọng. Mặc dù sức mạnh của quyền lợi và thái độ bằng lòng “thông qua” của chính quyền, sự thật bắt đầu xuất hiện từ từ. Chính quyền Anh quốc đã

hạn chế việc bán sữa đậu nành trẻ em, và quốc hội Hoa Kỳ đang lưu tâm đến số lớn khiếu nại và kiện công ty Monsanto, nhân danh hàng triệu người Mỹ mà mạng sống của họ bị tàn hại bởi sự tham lam của công ty này, và sự hợp pháp hóa độc dược do những người trục lợi. Điều này có được là nhờ phần lớn vào sự cố gắng của tổ chức Weston A Price, một tổ chức từ thiện ở Washington đang hướng dẫn chiến dịch vận động các Ủy Ban Quốc Hội.

Ở những quốc gia khác, đặc biệt như Úc và New Zealand cũng như Hoa Kỳ, đấu tranh nhân dân đang được chuẩn bị để cuối cùng, công bố số người chết và những quy mô che đậy, xuyên tạc, mách khốe, quấy rối, đe dọa và những hành vi pháp lý được thực hiện bởi các công ty quốc tế đầy quyền lực để duy trì hàng tỷ mỹ kim tiền lời do hạt đậu biến cải di truyền chết người được khoác bộ mặt vô hại.

Nhiều người trước đây ủng hộ việc ăn uống gồm cả đậu nành, nhưng sau khi xem các bằng chứng, họ biết là bị đánh lừa bởi những cuộc nghiên cứu không đầy đủ và gian lận. Sự nghịch lý này, xem ra có vẻ cứng rắn hơn lòng cương quyết và sự kém thông minh của những người đề xướng đậu nành, họ đang vùi đầu xuống cát sâu hơn, và tiếp tục không dám nhận ra sự thật.

Bản văn có giá trị của một trong những người đã từng tiêu thụ đậu nành đáng chúng ta lưu tâm. Dưới đây là một số đoạn trích thư từ của bà Joyce Gross chuyên viên dinh dưỡng của một bệnh viện Hoa Kỳ gửi cho các bệnh nhân cũ và bạn bè của bà, và bà có nhã ý để tôi phổ biến (Bạn có thể đọc nguyên bản văn trên trang mạng của tôi).

“Một số các bạn còn nhớ, năm ngoái tôi là người quảng bá đậu nành qua quan điểm y học chuyên môn của tôi là đậu nành có nhiều tác dụng hữu ích. Tôi đã tiêu thụ đậu nành để sự tác dụng của chất phytoestrogen giảm bớt các hiện tượng mãn kinh. Tôi đã bị lừa bịp như những người tiêu thụ khác không hề nghi ngờ về đậu nành.

“Tôi đã mắc bệnh Hashimoto hay bệnh Hashimoto tuyến giáp trạng ác tính là bệnh tự miễn dịch tác dụng đến tuyến giáp trạng. (Nói cách thông thường là tuyến giáp trạng của tôi tự tấn công nó, và tôi không còn sản xuất kích thích tố tuyến giáp trạng nữa). Những triệu chứng lúc đầu gồm có đau nhức các khớp xương ở bàn tay, các ngón tay như bị nổ tung, bệnh xương tay, tôi mập phì ra một cách khủng khiếp (tôi tăng 25 lbs {10kg} trong vòng 3 đến 4 tuần lễ...)”

Sau khi mô tả cách bà tự chẩn bệnh, nghiên cứu các nguyên nhân, điều kiện mà các bác sĩ khám bệnh cho bà không nhận ra, bà Joyce khuyên bạn bè:

“... Từ lúc tôi biết bệnh Hashi phải mất 8 năm mới có thể phát hiện (chúng ta không thể tạo ra kháng thể đầu hôm sớm mai được)...

“Kỹ nghệ đậu nành là một kỹ nghệ nhiều tỷ mỹ kim trên đất nước này, do đó họ đã giữ im lặng, mặc dù cũng có một số bác sĩ ở cơ quan kiểm soát thực phẩm đã phức tạp quan điểm về sự nguy hại của đậu nành.

“Với quá nhiều sản phẩm mới đậu nành xuất hiện, và sự tiếp tục rao hàng vì những lợi ích lớn của nó, càng ngày càng có nhiều phụ nữ thiếu kích thích tố tuyến giáp trạng. Tôi đang làm chuyên viên dinh dưỡng điều trị bệnh suy nhược, bệnh rối loạn trầm

Các nhà tuyên truyền đậu nành cầu thủ đã không ghi chú, sản phẩm của họ có chứa chất phytoestrogen là một kích thích tố có khả năng tác hại đến sự thụ thai và sinh lý.

BỎ ĐI, VÚ CON TRAI CÓ THỂ QUÁ LỚN

Con trai của bạn, nếu được nuôi dưỡng bằng đậu nành ngay từ khi còn trong bụng mẹ, và cho bú sữa trẻ em đậu nành, thì sẽ bị nguy hiểm, vì dương vật nhỏ bằng của con nít và cặp vú có thể no tròn.

cảm – hưng phấn, và những trở ngại về sự lạm dụng thuốc men. Tôi không thể nói cho quý bạn biết là đã có bao nhiêu phụ nữ đang bị suy nhược cũng như thiếu kích thích tố tuyến giáp trạng. Điểm đáng nói là các bác sĩ tự động khám trước bệnh kích tố tuyến giáp trạng của họ, rồi bác sĩ tâm thần mới kê toa thuốc. Tháng tám vừa qua, nếu tôi đã không cương quyết tự giải quyết vấn đề sức khỏe của chính mình thì tôi đã trở thành bệnh nhân nằm điều dưỡng tại bệnh viện mà tôi phục vụ.

Các chuyên viên y tế có khả năng có được sự can đảm và ngay thẳng như bà Joyce không?

Để kết luận, tôi có thể chia sẻ một câu chuyện có thật về các người vận động chính giới để đánh lạc hướng người tiêu thụ về lợi ích sản phẩm đậu nành của họ. Ở Úc và New Zealand công ty *Thực Phẩm Lành Mạnh Sanitarium* (chi nhánh thương mại, không bị đánh thuế của giáo hội Seventh Day Adventist) chế tạo nhiều loại sản phẩm chứa chất đậu nành – mà tất cả sản phẩm đó đều công ty Sanitarium cho là lành mạnh.

Năm 1988, Hội Đồng Thương Mãi New Zealand đã khởi tố công ty Sanitarium vì đã quảng cáo sai lạc trên 150 vụ liên quan đến sữa đậu nành *So Good*, trong đó có nhiều điểm không có bằng chứng liên quan đến sức khỏe. Vụ khởi tố của Hội Đồng Thương Mãi New Zealand được giàn xếp sau khi công ty Sanitarium ký giấy cam kết là sẽ không tái phạm.

Từ đó, năm 1999, Sanitarium thành lập và tài trợ một tổ chức chính thức mang danh xưng *Hội Đồng Cố Vấn Đậu Nành Quốc Tế*, và gửi Sue Radd cùng một số người khác sang New Zealand vào tháng Năm để quảng cáo các sản phẩm của Sanitarium. (Bà Radd là một chuyên viên dinh dưỡng Úc có viết nhiều bài phổ biến rộng rãi, viết sách và xuất hiện trước đại chúng để quảng bá sự lợi ích của đậu nành.)

Trong một chương trình truyền hình Good Morning của New Zealand bà Radd xuất hiện với tư cách chuyên viên dinh dưỡng được mời đã nói sôi nổi về những lợi ích của sự tiêu thụ đậu nành. Những hộp sữa So Good được nổi bật trước ống kính truyền hình.

Sau đây là đoạn trích dẫn quyết định được phổ biến của Hội Đồng Kiểm Tra Tiêu Chuẩn Truyền Thông New Zealand phản ứng đối với chương trình truyền hình trên:

“Lợi ích về việc tiêu thụ đậu nành đã được cho biết, bao gồm việc làm giảm bệnh tim, tăng cường sức khỏe, giảm bớt tác động xốp xương, và giảm bớt các triệu chứng về mãn kinh... Tài liệu trình chiếu cho thấy chuyên viên dinh dưỡng là người thân cận với hãng Sanitarium, nhà sản xuất sữa So Good... Nếu một chuyên viên của chương trình truyền hình quảng cáo sản phẩm của họ thì điều này cần phải được nói rõ... Vì không nói rõ sự liên hệ về người trình bày một cách tích cực về sản phẩm “So Good”, mà có vẻ như là chuyên viên dinh dưỡng “độc lập”, Hội Đồng kết luận là chương trình tuyên hình, qua sự thiếu sót này, đã vi phạm Đoạn G.1 của bản điều lệ về điểm chân thật và chính xác của sự kiện.

“Khi công bố về lợi ích sức khỏe của nguyên liệu mà chính nó là vấn đề đang tranh cãi, do đó Hội Đồng nhận thấy, đài truyền hình ít ra cũng phải biết đó là vấn đề đang tranh cãi... những lợi ích đưa ra là vấn đề đang tranh luận... Hội Đồng nhận thấy trong chương trình không có điểm nào cho thấy những bất đồng ý kiến đáng kể giữa các chuyên viên dinh dưỡng về những lợi ích của đậu nành. Những điểm chỉ trích đó đã không được nêu ra, hoặc thảo luận, Hội Đồng kết luận chương trình phát hình đó thiếu sự công bình và cân bằng, do đó đã bị vi phạm điều G 6 của bản Điều Lệ.”

Ngày 23 tháng tám năm 2002, tôi và Sue Radd xuất hiện trên chương trình Sunrise của đài truyền hình số 7 ở Úc, và bà Sue Radd với tư cách là phát ngôn viên của Hội Đồng Cố Vấn Đậu Nành Quốc Tế. Tôi cố gắng làm sáng tỏ sự thụ ủy của bà cũng như

viện dẫn trường hợp trên, và người điều khiển chương trình muốn bịt miệng tôi, và chuyên viên dinh dưỡng “độc lập” từ chối mãnh liệt là có sự liên hệ với Sanitarium.

Còn hơn thế nữa, Sanitarium thừa nhận người đó là nhân vật cao cấp của Hội Đồng Cố Vấn Dinh Dưỡng Úc, một lần nữa, đó là người độc lập ở trong cơ quan cố vấn dinh dưỡng cho dân chúng. “*Từ năm 1987, Sanitarium lập trang mạng của họ là Giáo Dục Phục Vụ Dinh Dưỡng (Nutrition Education Service) để cung cấp cho cộng đồng sự tin tưởng, dễ hiểu về những thông tin về dinh dưỡng.*” Trong đó kê hầu hết là những cuộc nghiên cứu và cố vấn “độc lập” (Không nên quên là hầu hết các sản phẩm “lành mạnh” của Sanitarium đều có pha đường nhân tạo).

Xa Lánh Chất Đạm Cách Ly Đậu Nành

Món đó rất độc! Nếu bạn nghi ngờ tại sao giới chức thẩm quyền cho phép trộn cái chất độc đó vào hầu hết các thực phẩm biến chế, hãy đọc cuốn sách Toàn Bộ Câu Chuyện Đậu Nành (The Whole Soy Story). Đây là cuốn sách hoàn hảo nghiên cứu về đậu nành, đập tan mọi láo khoét của những người sản xuất và trục lợi, và chúng ta có thể thuyết phục những nhà lập pháp đọc cuốn sách và hành động để thay đổi, ngõ hầu mang lại lợi ích tối đa cho chúng ta, và tất cả đậu nành phải được đặt ra ngoài vòng pháp luật. Tiến sĩ Kaayla đáng được ca ngợi về công trình đồ sộ này, cách mà nàng đã mang đến tận tay và làm cho độc giả thấy sự thật. Đây là cuốn sách thật hay về khoa học cũng như để giải trí.

Tiến sĩ Daniel giải thích Chất Đạm Cách Ly Đậu Nành chứa “... 38 hợp chất dầu hỏa, không chỉ giới hạn như: butyl, methyl, ethyl ester và acít béo; phenol, diphenyl và phenyl ester, acít abietic...”.

Tiến Sĩ Daniel phơi bày cách Chất Đạm Cách Ly Đậu Nành tăng gia sự cần thiết sinh tố E, K, D và B12, và chi tiết hóa cách thức gây ung thư của chất nitrosamine và lysinoalanine được tạo ra trong tiến trình chế biến. Thật không ngạc nhiên, trong các cuộc thử nghiệm thú vật được nuôi bằng Chất Đạm Cách Ly Đậu Nành cho thấy thiếu khoáng chất nghiêm trọng. (Một cách tổng quát, con người cũng vậy). Nếu bạn mua thực phẩm biến chế, bạn không thể nào tránh được Chất Đạm Cách Ly Đậu Nành, chất này cũng không cần thiết để được in trên các nhãn hiệu sản phẩm. Thực phẩm chết người này thuộc loại rác độc phải đổ bỏ, nhưng những công ty quốc tế đã đổ trong cơ thể của bạn, gia đình bạn và trong sữa trẻ em. Tôi gọi đó là sự diệt chủng.

Có người hỏi, đậu nành hữu cơ có an toàn không? Tôi nói “***Bạn có thể ăn chất độc chết người hữu cơ không?***”