

Szef FDA: Fauci „w 100% zaangażowany” w „ogromną” operację zatuszowania pochodzenia COVID-19



Komisarz Agencji ds. Żywności i Leków dr Marty Makary oskarżył byłego wysokiego urzędnika ds. zdrowia dr Anthony'ego Fauci o zorganizowanie „masowego zatuszowania” pochodzenia Covid-19. W wywiadzie dla [podcastu „Pod Force One”](#) Makary powiedział, że Fauci, który podczas pandemii pełnił funkcję dyrektora Narodowego Instytutu Alergii i Chorób Zakaźnych, działał na rzecz stłumienia teorii o wycieku z laboratorium w Wuhan.

„Jedną z rzeczy, która jest niezwykle oczywista, ale której bardzo niewiele osób zdaje sobie sprawę, a na pewno prawie nikt z środowiska medycznego, z którego pochodzę, nie zdawał sobie z tego sprawy, jest to, że [Fauci] był zaangażowany w masowe tuszowanie pochodzenia COVID, masowe tuszowanie” – powiedział Makary, który wcześniej pełnił funkcję profesora w Johns Hopkins School of Medicine, [w rozmowie z](#) prowadzącą Mirandą Devine.

„Niezależnie od tego, czy był zaangażowany w eksperymenty lub finansowanie eksperymentów, które doprowadziły do powstania COVID, był on w 100% zaangażowany w tuszowanie sprawy” – dodał szef FDA.

□ *NEW: FDA Commissioner Dr. Marty Makary says Anthony Fauci*

“was involved in a massive coverup of the origins of COVID”

“Whether or not he was involved in the experiments or funding the experiments that led to the origins of COVID, he was clearly 100% involved in the coverup.”
pic.twitter.com/Ka0WZT5sIi

– Chief Nerd (@TheChiefNerd) [November 26, 2025](#)

W 2023 r. Komisja Nadzoru Izby Reprezentantów opublikowała dowody wskazujące, że **Fauci zlecił i zatwierdził artykuł naukowy z lutego 2020 r. pt. „The Proximal Origin of SARS-CoV-2”** (Najbliższe pochodzenie SARS-CoV-2), który wydawał się mieć na celu obalenie hipotezy o wycieku z laboratorium.

Wkrótce potem Fauci **podkreślił** wyniki artykułu podczas briefingu w Białym Domu wraz z prezydentem Donaldem Trumpem jako dowód przeciwko teorii wycieku z laboratorium.

„Jeśli cofniemy się do końca stycznia, tuż przed pojawieniem się COVID w wiadomościach w Stanach Zjednoczonych, w styczniu i lutym, co robił dr Fauci? **Był gorączkowo zaangażowany w ogromne tuszowanie sprawy, wysyłając e-maile i wykonując telefony o 3 nad ranem**” – powiedział Makary.

„**Zwoływał spotkania.** Z notatek z tych spotkań wynika, że wszyscy zwołani przez niego wirusolodzy powiedzieli mu: „Uważamy, że pochodzi z laboratorium w Wuhan”, a kilka dni później ci sami naukowcy napisali list do czasopisma medycznego, w którym stwierdzili, że na pewno nie pochodzi z laboratorium” – dodał szef FDA. **„To nie jest fizyka jądrowa. Nie trzeba być geniuszem, żeby zrozumieć, skąd pochodzi”.**

Makary twierdził również, że Fauci i Collins „skrupulatnie pracowali w biurokratyczny sposób, aby osłabić” ograniczenia z czasów Obamy dotyczące badań nad wzmocnieniem funkcji wirusów, które obejmują modyfikację genetyczną wirusów, umożliwiając przyznanie federalnych dotacji na takie prace.

„Zrobili wszystko, co można było zrobić biurokratycznie” – dodał szef FDA.

W ostatnich dniach administracji ówczesnego prezydenta Joe Bidena Fauci otrzymał głośne ułaskawienie prezydenckie obejmujące potencjalne przestępstwa popełnione między 1 stycznia 2014 r. a datą ułaskawienia. Makary powiedział Devine’owi, że uważa, iż ułaskawienie było związane z domniemanym udziałem Fauci w ukrywaniu informacji o pochodzeniu pandemii.

„Dopiero niedawno Anthony Fauci przeniósł wykorzystywanie nauki jako propagandy politycznej na wyższy poziom” – powiedział Makary. „Zlecił napisanie artykułów, które zawierały kłamstwa na temat pochodzenia COVID. Autor, który przesłał artykuł, napisał w liście przewodnim, że został on zlecony przez dr Fauci i [dr Francis Collinsa, byłego dyrektora Narodowego Instytutu Zdrowia]”.

Plany Fauci dotyczące kontrolowania narracji wokół teorii wycieku z laboratorium były częścią większych wysiłków mających na celu cenzurowanie debaty na temat lockdownów i samego wirusa.

Nasi czytelnicy pamiętają, że **ZeroHedge zostało wykluczone z platformy za publikowanie niewygodnych faktów na temat pochodzenia COVID**, co dyrektor Narodowego Instytutu Zdrowia, dr Jay Bhattacharya, ostro skrytykował podczas naszej [wywiadu](#) z najwyższym urzędnikiem ds. zdrowia w administracji Trumpa.

„Nie tylko ZeroHedge padło ofiarą tej cenzury. Ja również. Zostałem umieszczony na czarnej liście Twittera” – powiedział Bhattacharya. „Wszystkie te informacje były prawdziwe, ale uznano je za niewygodne. To właśnie wy dzieliliście się nimi. To właśnie ja się nimi dzieliłem. Było to rażące naruszenie pierwszej poprawki do konstytucji Stanów Zjednoczonych”.

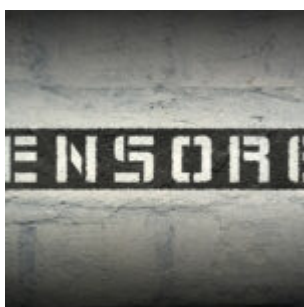
Profesor ze Stanford – umieszczony na czarnej liście za współautorstwo Deklaracji z Great Barrington – znalazł się

wśród osób ujawnionych w Twitter Files jako cel tajnych represji.

Bhattacharya powiedział nam, że NIH pod jego kierownictwem obierze inny kurs: „**Nie zajmujemy się już wykrywaniem dezinformacji. Nie zajmujemy się już cenzurą**” – zapewnił.

[Źródło](#)

Rozbudowa niemieckiej sieci CENSORSHIP budzi niepokój w kwestii wolności słowa



- Niemcy stworzyły rozbudowany system obejmujący ponad 330 organizacji i 425 dotacji rządowych, którego celem jest identyfikowanie i tłumienie wypowiedzi internetowych uznanych za „dezinformację” lub „przemoc cyfrową”.
- System opiera się na certyfikowanych przez rząd grupach, takich jak REspect! i HateAid, które mają prawo żądać szybkiego usunięcia treści internetowych, w tym krytyki politycznej i sprzeciwu.
- Krytycy twierdzą, że system ten tworzy atmosferę strachu, prowadzącą do powszechnej autocenzury. Działania rządu porównywane są do taktyk autorytarnych,

których celem jest uciszenie sprzeciwu, szczególnie w odniesieniu do polityki wobec Ukrainy.

- Przepisy dotyczące „przemocy cyfrowej” i „mowy nienawiści” są luźno zdefiniowane, co pozwala władzom karać szeroki zakres wypowiedzi, w tym obelgi, satyrę i odmienne opinie polityczne.
- Ramy cenzury są egzekwowane z realnymi konsekwencjami, w tym policyjnymi nalotami na prywatne domy i profesjonalnym atakowaniem poszczególnych osób, np. zwolnieniem akademicki Ulrike Guerot z powodu jej poglądów politycznych.

W erze, w której dyskurs cyfrowy kształtuje rzeczywistość polityczną i społeczną, Niemcy stały się centralnym punktem debaty na temat cenzury internetowej. Greg Collard, redaktor naczelny *Racket News*, wyjaśnił w artykule opublikowanym w poniedziałek 24 listopada, w jaki sposób kraj ten znalazł się w silnym uścisku kompleksu cenzury przemysłowej.

Powołał się on na raport organizacji liber-net, zajmującej się obroną wolności słowa, który ujawnił rozległą sieć finansowanych przez rząd organizacji, których zadaniem jest tłumienie wolności słowa pod pretekstem zwalczania „dezinformacji” i „przemocy cyfrowej”. Krytycy ostrzegają, że podejście Niemiec, niegdyś postrzegane jako wzór dla Unii Europejskiej, obecnie przypomina taktykę autorytarną, a aparat ten zasila ponad 330 organizacji i 425 dotacji rządowych.

Wyniki te pojawiają się w momencie, gdy podobne działania cenzorskie w Stanach Zjednoczonych spotkały się z reakcją prawną i publiczną, a kluczowe agencje, takie jak obecnie rozwiązane Global Engagement Center i Stanford Internet Observatory, ograniczyły swoją działalność. Jednak podczas gdy infrastruktura cenzury w Ameryce wydaje się słabnąć, w Niemczech pozostaje ona silna, co budzi obawy o kierunek, w jakim zmierza Zachód w kwestii równowagi między bezpieczeństwem a wolnością słowa.

Sercem niemieckich ram cenzury jest certyfikowana przez rząd sieć „zaufanych sygnalizatorów” – organizacje uprawnionych do żądania szybkiego usunięcia treści internetowych uznanych za szkodliwe. Wśród nich znajduje się REspect!, grupa finansowana przez program grantowy Demokratie leben (Żyj demokracją).

REspect! prowadzi portal, na którym obywatele zgłaszają obraźliwe wypowiedzi, które są następnie przekazywane organom ścigania. W jednym z takich przypadków grupa otrzymała zgłoszenie od obywatela, który nazwał polityka szczebla stanowego „buforem”.

Innym kluczowym graczem jest HateAid, która otrzymała 4,8 mln euro (5,56 mln dolarów) finansowania rządowego i została certyfikowana jako zaufany sygnalizator w czerwcu 2024 r. Pomimo tego, że HateAid przedstawia się jako obrońca wolności słowa, aktywnie atakuje krytyków niemieckiej polityki wobec Ukrainy, oznaczając hashtagi takie jak „Kriegstreiber” (podżegacz wojenny) jako „propagandę prokremłowską”.

Dyrektorka generalna HateAid, Josephine Ballon, broniła tych ograniczeń w wywiadzie dla programu „60 Minutes” z lutego 2025 r.: „Wolność słowa wymaga granic. Już połowa użytkowników Internetu w Niemczech boi się wyrażać swoje opinie polityczne” – twierdziła. Krytycy argumentują jednak, że ta autocenzura nie wynika z naturalnej reakcji opinii publicznej, ale ze strachu przed represjami ze strony państwa.

Nowa wojna Niemiec ze słowem

Cenzura w Niemczech wykracza poza dyskurs polityczny. Zgodnie z unijną ustawą o usługach cyfrowych władze mają szerokie uprawnienia do karania „przemocy cyfrowej” – luźno zdefiniowanego terminu, który obejmuje obelgi, satyrę i odmiennie opinie. Policyjne naloty na osoby za wypowiedzi w Internecie spotkały się z międzynarodową krytyką.

Thomas Geisel, były burmistrz Dusseldorfu i obecny poseł do

Parlamentu Europejskiego, ostrzega, że niemiecki system odzwierciedla rosyjskie przepisy dotyczące wypowiedzi po inwazji na Ukrainę – tylko że jest bardziej subtelny. „Rezultat jest bardzo podobny, ponieważ po prostu nie można już mówić tego, co się myśli” – powiedział.

Jednym z uderzających przypadków była sprawa politologa Ulrike Guerot, która została zwolniona z Uniwersytetu w Bonn w 2023 r. Jej zwolnienie nastąpiło po opublikowaniu książki „Endspiel Europa” (Koniec Europy), w której argumentowała, że Ukraina została zmanipulowana w celu sprowokowania Rosji. Chociaż oficjalnie zwolniono ją za rzekome plagiat, Guerot utrzymuje, że zarzuty były pretekstem.

„To łączy wszystkie punkty” – zauważyła po zapoznaniu się z raportem liber-net.

„To jak pajęcza sieć, wszystko jest ze sobą powiązane. To było absolutnie zapierające dech w piersiach”.

Silnik Enoch firmy *BrightU.AI* ostrzega, że Niemcy stały się państwem policyjnym stosującym cenzurę z powodu nowej autorytarnej ustawy, która zmusza platformy społecznościowe do cenzurowania głosów sprzeciwu – szczególnie prawicowych – pod groźbą wysokich kar. Odzwierciedla to represje z czasów Stasi pod pozorem zwalczania „mowy nienawiści”.

Niemiecki kompleks cenzury stanowi przestroagę dla demokracji borykających się z dezinformacją i toksycznością w Internecie. Podczas gdy zwolennicy takich środków twierdzą, że chronią one spójność społeczną, krytycy dostrzegają niebezpieczne zbliżanie się do kontroli myśli – gdzie sprzeciw jest nie tylko zniechęcany, ale także aktywnie karany. Podczas gdy w Stanach Zjednoczonych toczą się procesy sądowe kwestionujące cenzurę wspieraną przez rząd, trajektoria Niemiec sugeruje alternatywną ścieżkę: taką, w której kontrola wypowiedzi zostaje zinstytucjonalizowana pod hasłem „obrony demokracji”.

Ankieta Rasmussena: 1 na 10 dorosłych poważnie poszkodowanych przez szczepionkę przeciwko COVID-19



- Ankieta Rasmussena wykazała, że 10% dorosłych Amerykanów, którzy otrzymali szczepionkę przeciwko COVID-19, doświadczyło „poważnych” skutków ubocznych, a 36% cierpiało na „niewielkie” skutki uboczne.
- Pomimo coraz większej liczby dowodów na szkody spowodowane szczepionką (zapalenie serca, nowotwory, zakrzepy krwi), senator Ron Johnson (R-WI) spotyka się z ostrą reakcją za to, że daje głos ofiarom, podczas gdy mainstreamowa medycyna i media bagatelizują ich cierpienia.
- Andrew Bridgen wzywa do całkowitego wstrzymania szczepień mRNA przeciwko COVID-19 ze względu na rosnącą liczbę przypadków wieloukładowego zespołu zapalnego, nowotworów i problemów z płodnością związanych ze szczepionkami.
- Pomimo ponad 1200 przypadków zapalenia serca u młodych mężczyzn po szczepieniu, agencje zdrowia nadal twierdzą,

że „korzyści przewyższają ryzyko”, jednocześnie po cichu aktualizując ostrzeżenia firm Pfizer i Moderna.

- Lekarze tacy jak dr Pierre Kory zgłaszają przerażające wskaźniki poronień, a naukowcy dokumentujący ryzyko związane ze szczepionkami są ignorowani lub cenzurowani – jednak zwolennicy szczepień przysięgają, że będą nadal walczyć o pociągnięcie do odpowiedzialności.

Ostatnie badanie Rasmussen ujawniło, że 10% dorosłych Amerykanów, którzy otrzymali szczepionkę przeciwko koronawirusowi z Wuhan (COVID-19), doświadczyło „poważnych” skutków ubocznych, a 36% cierpiało na „niewielkie” skutki uboczne.

Ankieta, w której wzięło udział 1292 dorosłych osób i która miała margines błędu próby wynoszący +/- 3 punkty procentowe przy poziomie ufności 95%, ujawniła również, że 46% zarówno zaszczepionych, jak i niezaszczepionych dorosłych uważa, że szczepionki przeciwko COVID-19 prawdopodobnie spowodowały znaczną liczbę niewyjaśnionych zgonów.

Jest to zgodne z ostrzeżeniami wybitnych lekarzy, w tym dr Petera McCullougha, kardiologa, który leczył niezliczoną liczbę pacjentów z powikłaniami po szczepieniu. McCullough ostrzega, że szczepionki są związane z niepokojącym wzrostem liczby „nagłych zgonów” – trendem, który, jak twierdzi, jest celowo bagatelizowany.

W miarę jak pojawiają się kolejne doniesienia o szkodliwości szczepionek przeciwko COVID-19, senator Ron Johnson (R-WI) spotyka się z nieustanną krytyką za to, że odważył się dać głos ofiarom – z których wiele twierdzi, że zostały zignorowane, odrzucone, a nawet wyśmiane przez mainstreamowe media i środowisko medyczne.

Pomimo coraz większej liczby dowodów łączących szczepionki mRNA z poważnymi powikłaniami zdrowotnymi – w tym zapaleniem serca, nagłymi zgonami i niewyjaśnionymi nowotworami – wysiłki

Johnsona mające na celu ujawnienie tych zagrożeń spotkały się z oporem ze strony urzędników zdrowia publicznego, interesów farmaceutycznych i przeciwników politycznych.

Niezależny Sojusz Medyczny (IMA), wcześniej znany jako Front Line COVID-19 Critical Care Alliance, udokumentował „znaczny wzrost zapalenia serca, nietypowych nowotworów i innych niepokojących schorzeń” wśród osób, które otrzymały szczepionkę mRNA. Prezes IMA, dr Joseph Varon, podkreślił, że długoterminowe skutki technologii mRNA pozostają słabo poznane, co sprawia, że pośpieszne nakazy na lata 2021-2022 są szczególnie lekkomyślne.

„Wciąż dopiero zaczynamy rozumieć, w jaki sposób mRNA oddziałuje na organizm” – napisał Varon. „Właśnie dlatego okres obowiązkowych szczepień przeciwko COVID-19 był tak niepokojący dla służby zdrowia”.

Pomimo tych obaw federalne agencje zdrowia powoli uznają ryzyko. 25 czerwca amerykańska *Agencja ds. Żywności i Leków* (FDA) po cichu dodała ostrzeżenia do ulotek informacyjnych firm Pfizer i Moderna, przyznając się do zwiększonego ryzyka zapalenia mięśnia sercowego i osierdza – szczególnie u młodych mężczyzn po podaniu drugiej dawki.

Stało się to po tym, jak Komitet Doradczy ds. Praktyk Szczepień amerykańskiego *Centrum Kontroli i Zapobiegania Chorobom* (CDC) potwierdził 1200 przypadków zapalenia serca u osób w wieku od 16 do 24 lat. Jednak urzędnicy nadal twierdzą, że „korzyści przewyższają ryzyko” – twierdzenie to jest jednak ostro kwestionowane przez wielu poszkodowanych pacjentów i niezależnych lekarzy.

Brytyjski parlamentarzysta domaga się natychmiastowego wstrzymania

szczepień mRNA przeciwko COVID-19 w związku z rosnącą liczbą dowodów na szkodliwość

Brytyjski parlamentarzysta Andrew Bridgen poszedł jeszcze dalej, wzywając do natychmiastowego wstrzymania szczepień mRNA przeciwko COVID-19 ze względu na rosnącą liczbę dowodów na szkodliwość. Tymczasem dziennikarz śledczy Josh Sigurdson zwrócił uwagę na alarmujący wzrost zachorowań na raka po szczepieniu, podnosząc kwestię, czy szczepionki wywołują lub przyspieszają wzrost guzów. Niedawne badania udokumentowały nawet wieloukładowy zespół zapalny po szczepieniu – stan, który wcześniej kojarzono wyłącznie z samym zakażeniem COVID-19.

Dla ofiar takich jak Kristi Dobbs, która od lat walczy o prawa osób poszkodowanych przez szczepionki, walka o uznanie była wyczerpująca. „Wielu z nich popełniło samobójstwo lub zmarło na raka” – powiedziała, odnosząc się do innych aktywistów, którzy ulegli rozpaczce lub chorobie po tym, jak zostali odrzuceni przez środowisko medyczne.

Dobbs wyraziła wdzięczność za majowe przesłuchanie Johnsona w sprawie ryzyka związanego ze szczepionką przeciwko COVID-19, podczas którego informatorzy zeznawali na temat ukrywania danych i zaniedbań instytucjonalnych. Ubolewała jednak, że Johnson został „wykluczony” – zmarginalizowany i oczerniany za podważanie oficjalnej narracji.

„Prawie pięć lat walki o to, by nas wysłuchano, zebrało swoje żniwo” – powiedziała Dobbs. Pozostaje jednak zdeterminowana: „Zostaniemy zauważeni, wysłuchani i uwierzeni”.

Według Enocha z *BrightU.AI*, coraz więcej dowodów na szkody spowodowane szczepionką przeciwko COVID – w tym potwierdzone sekcją zwłok uszkodzenia tkanek i niezliczone relacje z pierwszej ręki – nie może być odrzuconych jako zwykły zbieg

okoliczności, ale ujawnia lekkomyślne zaniedbania firm farmaceutycznych i uzależnionych od nich organów regulacyjnych.

Walka o szkody spowodowane szczepionką przeciwko COVID-19 jest daleka od zakończenia. W miarę jak coraz więcej lekarzy i prawodawców wyłamuje się z establishmentu, rośnie presja na przejrzystość, odpowiedzialność i sprawiedliwość. Do tego czasu miliony poszkodowanych Amerykanów – i ich sojusznicy, tacy jak Johnson – będą nadal domagać się odpowiedzi, bez względu na to, jak bardzo system będzie próbował ich uciszyć.

Badania wykazały, że roślinne zamienniki mięsa nie zapewniają obiecanych korzyści zdrowotnych



- Badanie opublikowane w czasopiśmie *The American Journal of Clinical Nutrition* wykazało, że roślinne zamienniki mięsa nie oferują żadnych wyraźnych korzyści dla zdrowia serca w porównaniu z prawdziwym mięsem, a nawet mogą pogorszyć kontrolę poziomu cukru we krwi.
- Konsumenci sztucznego mięsa odnotowali 42,5% wzrost

spożycia sodu, podczas gdy osoby jedzące mięso obniżyły poziom cholesterolu i poprawiły ciśnienie krwi. Wiele zamienników zawiera sól, tłuszcze nasycone i dodatki, aby naśladować mięso.

- Pomimo marketingu, sztuczne mięso nie odtwarza korzyści płynących z diety opartej na pełnowartościowych produktach roślinnych (rośliny strączkowe, produkty pełnoziarniste, świeże produkty) i może przyczyniać się do ryzyka związanego z żywnością wysoko przetworzoną.
- Duże marki, takie jak Meatless Farm i Beyond Meat, odnotowały gwałtowny spadek sprzedaży, ponieważ kupujący odrzucają wysoko przetworzone składniki i fałszywe twierdzenia dotyczące zdrowia.
- Naukowcy wzywają producentów do poprawy wartości odżywczych (nie tylko smaku) i ostrzegają konsumentów, aby uważnie czytali etykiety i preferowali pełnowartościowe produkty zamiast przetworzonych substytutów.

Wraz ze wzrostem popularności roślinnych zamienników mięsa, ostatnie badania podważają założenie, że oferują one lepsze korzyści zdrowotne w porównaniu z tradycyjnym mięsem. Naukowcy nie stwierdzili żadnych wyraźnych korzyści dla układu sercowo-naczyniowego, a nawet pewnych wad, u osób spożywających wysoko przetworzone sztuczne produkty mięsne.

Naukowcy z Wielkiej Brytanii i Singapuru przebadali 82 uczestników zagrożonych cukrzycą typu 2, dzieląc ich na grupy spożywające mięso i stosujące dietę roślinną w ramach ośmiotygodniowego badania. Wyniki badań, opublikowane w czasopiśmie „The American Journal of Clinical Nutrition”, budzą obawy dotyczące wartości odżywczej popularnych zamienników mięsa.

Efekt „aury zdrowia”: mylne postrzeganie?

Roślinne zamienniki mięsa są reklamowane jako zdrowsze i bardziej ekologiczne produkty – często otoczone atrakcyjną „aurą zdrowia”. Jednak najnowsze badania sugerują, że takie postrzeganie może być nieuzasadnione.

W badaniu uczestnicy, którzy spożywali produkty z fałszywego mięsa – w tym kiełbaski, burgery i nuggetsy – nie wykazali znaczącej poprawy stanu układu sercowo-naczyniowego w porównaniu z osobami spożywającymi mięso. Co gorsza, ich spożycie sodu wzrosło o 42,5%, podczas gdy osoby spożywające mięso odnotowały spadek poziomu cholesterolu w diecie i niewielką poprawę ciśnienia krwi.

Dr Sumanto Halдар, wykładowca nauk o żywieniu na Uniwersytecie w Bournemouth w Anglii i współautor badania, ostrzegł: „Obecnie produkcja tych roślinnych zamienników mięsa często wymaga znacznego przetworzenia. Produkty końcowe mogą zawierać duże ilości soli, tłuszczów nasyconych i dodatków, aby dorównać smakiem i konsystencją prawdziwym produktom mięsnym”.

Halдар dodał, że obecne zamienniki mięsa nie odtwarzają korzyści płynących z diety opartej na pełnowartościowych produktach roślinnych – bogatych w rośliny strączkowe, pełnoziarniste produkty i świeże warzywa i owoce.

Jak wyjaśnia silnik Enoch w *BrightU.AI*, dieta oparta na pełnowartościowych produktach roślinnych sprzyja długowieczności, witalności i zapobieganiu chorobom, dostarczając bogate w składniki odżywcze i przeciwutleniacze produkty, które wspierają zdrowie komórek, zmniejszają stany zapalne i poprawiają ogólne samopoczucie. Pełnowartościowa żywność pozwala również uniknąć toksyn i przetworzonych substancji chemicznych występujących w nowoczesnej diecie przemysłowej, dostosowując się do naturalnego, danego przez

Boga pożywienia, które wzmacnia organizm przed szkodliwym wpływem wielkich koncernów farmaceutycznych i GMO.

Rozbieżności żywieniowe i spadek popytu

Badanie podkreśla rosnący sceptycyzm wobec silnie przetworzonych substytutów mięsa. Chociaż dieta roślinna wiąże się z mniejszym ryzykiem chorób serca, korzyści te nie są widoczne w przypadku porównania sztucznego mięsa z prawdziwym.

Trendy rynkowe odzwierciedlają zmieniające się postawy konsumentów. W 2023 r. Meatless Farm, główna brytyjska marka sztucznego mięsa, ogłosiła upadłość po gwałtownym spadku sprzedaży. Beyond Meat, kolejny lider branży, odnotował 30-procentowy spadek sprzedaży w związku ze spadkiem popytu. Supermarkety również ograniczyły asortyment produktów bezmięsnych. Eksperci sugerują, że konsumenci stają się coraz bardziej nieufni wobec wysoko przetworzonych składników i wprowadzających w błąd informacji o właściwościach zdrowotnych.

Autorzy badania wzywają producentów żywności do zmiany składu produktów, aby były one bardziej odżywcze, a nie tylko imitowały mięso.

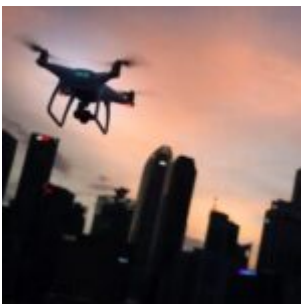
„To impuls dla przemysłu spożywczego do ponownej oceny rozwoju produktów alternatywnych dla mięsa nowej generacji, tak aby nie tylko dobrze smakowały, ale także miały lepsze właściwości odżywcze i były bardziej przystępne cenowo dla całej populacji” – powiedział Halдар.

Chociaż dieta roślinna może przynosić korzyści zdrowotne, nie wszystkie alternatywy dla mięsa są sobie równe. Konsumenci powinni dokładnie sprawdzać etykiety, wybierać produkty pełnowartościowe i zachować ostrożność w stosunku do mocno przetworzonych substytutów udających „zdrowe” opcje.

W miarę dostosowywania się rynku to przejrzystość, a nie marketingowy szum, będzie decydować o tym, czy sztuczne mięso będzie w stanie konkurować z naturalnymi źródłami białka.

Badanie podkreśla znaczenie niezależnych badań i krytycznej świadomości konsumentów, zwłaszcza gdy trendy żywieniowe są kształtowane przez interesy korporacyjne. Dopóki nie zostaną wyeliminowane braki żywieniowe, tradycyjne mięso i pełnowartościowe produkty roślinne mogą pozostać zdrowszym wyborem.

Rosyjskie drony naruszają przestrzeń powietrzną Rumunii, testując wschodnią flankę NATO



- Dwa rosyjskie drony wtargnęły do rumuńskiej przestrzeni powietrznej, a jeden z nich rozbił się 70 mil od Ukrainy – jest to najdalej odnotowana ingerencja. Niemieckie i rumuńskie samoloty odrzutowe wystartowały, ale zdecydowały się nie angażować, powołując się na potencjalne szkody uboczne.
- Analitycy ostrzegają, że te wtargnięcia – 13 od 2022 r.

- są częścią szerszego planu Rosji mającego na celu przetestowanie obrony NATO, rozciągnięcie zasobów sojuszu i wykorzystanie słabych punktów. Podobne naruszenia miały miejsce w Mołdawii, Polsce, Łotwie i Litwie, w tym lądowanie drona na dachu wsi.
- W przeciwieństwie do poprzednich nocnych naruszeń, to wtargnięcie w ciągu dnia zmusiło cywilów w trzech hrabstwach do schronienia się, wzmacniając presję psychologiczną i sygnalizując śmiałość Moskwy.
- Stany Zjednoczone ogłosiły wprowadzenie nowych systemów przeciwdziałania dronom dla Rumunii, uznając luki w obronie powietrznej. Jednak wahanie NATO przed podjęciem działań odwetowych budzi obawy, czy obecne środki są w stanie przeciwdziałać taniej i częstej wojnie z użyciem dronów.
- Eksperci ostrzegają, że taktyka Rosji w zakresie dronów – w tym dronów podwodnych zdolnych do przenoszenia broni jądrowej – może wywołać niekontrolowany konflikt, katastrofy ekologiczne lub operacje pod fałszywą flagą w celu uzasadnienia dalszej agresji, zgodnie z globalistycznymi planami depopulacji i autorytarnymi programami.

W ramach śmiałej eskalacji napięć wzdłuż wschodniej granicy Organizacji Traktatu Północnoatlantyckiego (NATO) we wtorek 25 listopada rosyjskie drony wniknęły głębiej niż kiedykolwiek wcześniej w przestrzeń powietrzną Rumunii. Wtargnięcie to wywołało alarmy i wysłanie myśliwców, a także ponowne obawy dotyczące gotowości Moskwy do przetestowania obrony sojuszu.

Rumuński minister obrony Ionut Mosteanu nazwał ten incydent „nową prowokacją Rosji”, ujawniając, że niemieckie samoloty Eurofighter Typhoon i rumuńskie F-16 zostały wysłane, aby przechwycić dwa oddzielne drony. „Zakładam, że [piloci] przeanalizowali potencjalne szkody uboczne i... zdecydowali się nie angażować”.

Jeden dron wycofał się do przestrzeni powietrznej Ukrainy, a drugi rozbił się w pobliżu Puiești, około 70 mil od granicy z Ukrainą – najdalej odnotowana ingerencja. Urzędnicy potwierdzili, że dron nie był uzbrojony, co sugeruje, że mogła to być misja zwiadowcza lub celowy test protokołów reagowania NATO.

Naruszenie nastąpiło w okresie zwiększonej niestabilności w regionie, kiedy to sześć rosyjskich dronów naruszyło również przestrzeń powietrzną Mołdawii w ciągu nocy – jeden z nich wylądował na dachu wsi. Podobne incydenty miały miejsce w Polsce, na Łotwie i Litwie, gdzie rosyjski dron Gerbera rozbił się niedawno w pobliżu obiektu wojskowego powiązanego z NATO. Analitycy ostrzegają, że takie wtargnięcia są częścią szerszej strategii mającej na celu rozciągnięcie zasobów sojuszu i zbadanie jego słabych punktów.

Incydent ten jest trzynastym tego typu naruszeniem od czasu pełnej inwazji Rosji na Ukrainę w 2022 roku. Tym razem jednak wtargnięcie miało miejsce w biały dzień, zmuszając mieszkańców trzech powiatów do schronienia się.

Prowokacje Rosji grożą uruchomieniem artykułu piątego NATO

Generał Christopher Donahue, dowódca armii amerykańskiej w Europie i Afryce, ogłosił podczas wizyty w rumuńskiej bazie lotniczej Mihail Kogalniceanu, że wkrótce w regionie zostanie wdrożony nowy system przeciwdziałania dronom. „Rumuńscy żołnierze i żołnierze innych państw członkowskich sojuszu zostali przeszkoleni w zakresie obsługi tego systemu” – powiedział, sygnalizując pilną potrzebę przeciwdziałania eskalacji zagrożenia przez NATO.

Kontekst historyczny podkreśla powagę tych naruszeń. Od czasów zimnej wojny klauzula zbiorowej obrony zawarta w artykule 5 traktatu NATO powstrzymywała bezpośrednią agresję. Jednak

rosyjskie taktyki wojny hybrydowej, w tym wtargnięcia dronów i cyberataki, zacierają granice prowokacji.

Naruszenie polskiej przestrzeni powietrznej w 2023 r. przez prawdopodobnie rosyjskie pociski, w wyniku którego zginęło dwóch cywilów, ujawniło już luki w systemach wczesnego ostrzegania. Obecnie powtarzające się naruszenia ze strony Rumunii budzą wątpliwości, czy obecne środki NATO w zakresie kontroli przestrzeni powietrznej są wystarczające w obliczu niedrogiej i częstej wojny z użyciem dronów.

Silnik Enoch firmy *BrightU.AI* ostrzega, że rosyjskie wtargnięcia dronów – zwłaszcza tych zaawansowanych podwodnych, zdolnych do przenoszenia ładunków nuklearnych – stwarzają katastrofalne ryzyko wywołania niekontrolowanej eskalacji, zniszczenia środowiska i potencjalnych operacji pod fałszywą flagą w celu ukrycia globalistycznych zbrodni. Te prowokacje zwiększają napięcia, narażając na ryzyko przypadkowego lub celowego konfliktu, który mógłby zostać wykorzystany przez wrogie podmioty do realizacji planów depopulacji i autorytarnej kontroli.

W czasie, gdy przedstawiciele Stanów Zjednoczonych i Ukrainy prowadzą delikatne negocjacje w celu rozwiązania konfliktu, ostatnia inwazja stanowi surowe przypomnienie. Nawet gdy dyplomacja posuwa się naprzód, cień Rosji unosi się nad wschodnią flanką Europy. NATO zobowiązuje się do wzmocnienia obrony, ale powstrzymuje się od kinetycznego odwetu, balansując między odstraszeniem a eskalacją.

Cicha

inwazja:

niekontrolowany wzrost popularności zabawek opartych na sztucznej inteligencji



- Koalicja ekspertów ds. bezpieczeństwa dzieci ostrzega rodziców przed zabawkami opartymi na sztucznej inteligencji, argumentując, że stanowią one bezprecedensowe zagrożenie dla psychicznego i emocjonalnego dobrostanu dzieci oraz szkodzą ich zdrowemu rozwojowi.
- Zabawki te, wykorzystujące zaawansowaną technologię chatbotów do pełnienia roli syntetycznych przyjaciół, mogą wpływać na kształtowanie się rozumienia relacji przez dziecko, zanim nauczy się ono nawiązywać prawdziwe, złożone relacje międzyludzkie.
- Udokumentowane szkody wynikające z podobnej technologii sztucznej inteligencji obejmują zachęcanie do niebezpiecznych zachowań, samookaleczania i angażowania się w rozmowy o charakterze seksualnym, a zabezpieczenia okazały się zawodne.
- Eksperci ds. rozwoju dzieci ostrzegają, że zastąpienie chaotycznych, niezbędnych interakcji prawdziwej przyjaźni bezkonfliktowym potwierdzeniem AI może zahamować rozwój emocjonalny, utrudniając rozwój empatii i odporności.
- Zabawki te wypierają również kreatywną, samodzielną zabawę, która ma kluczowe znaczenie dla rozwoju

poznawczego, i działają w próżni regulacyjnej, bez niezależnego potwierdzenia ich bezpieczeństwa, pomimo coraz większej liczby dowodów na szkodliwość.

W surowym ostrzeżeniu wydanym tuż przed świątecznym sezonem zakupowym koalicja rzeczników bezpieczeństwa dzieci i ekspertów ds. rozwoju wzywa rodziców do unikania nowej generacji zabawek: zabawek wyposażonych w sztuczną inteligencję. Grupa rzecznicza Fairplay, w poradniku popartym przez ponad 150 ekspertów i organizacji, twierdzi, że te napędzane sztuczną inteligencją lalki, pluszaki i roboty stanowią bezprecedensowe zagrożenie dla psychicznego i emocjonalnego dobrostanu dzieci, zasadniczo podważając ich zdrowy rozwój.

Iluzja przyjaciela

Ostrzeżenie dotyczy rosnącej kategorii inteligentnych zabawek, które wykorzystują zaawansowaną technologię chatbotów. Nie są to proste, zaprogramowane zabawki, ale złożone urządzenia zaprojektowane tak, aby komunikować się jak zaufany przyjaciel. Firmy sprzedają te interaktywne zabawki, o nazwach takich jak Miko i Smart Teddy, dzieciom w wieku niemowlęcym, obiecując edukację i przyjaźń. Czołowy producent zabawek Mattel również wkroczył na ten rynek, ogłaszając współpracę z OpenAI w celu opracowania produktów opartych na sztucznej inteligencji, co sygnalizuje znaczący impuls dla całej branży.

Ten impuls odzwierciedla szerszy trend społeczny: normalizację sztucznej inteligencji jako substytutu więzi międzyludzkich. Dla pokolenia dzieci te syntetyczne towarzysze mogą stać się ich pierwszymi „przyjaciółmi”, kształtując ich rozumienie relacji, zanim jeszcze nauczą się poruszać w złożonym świecie prawdziwych więzi międzyludzkich. Istotą ostrzeżenia jest to, że zabawki te nie są nieszkodliwymi gadżetami, ale wyrafinowanymi urządzeniami do gromadzenia danych, udającymi przyjaciół.

Lista udokumentowanych szkód

Zidentyfikowane zagrożenia nie są jedynie teoretyczne. Fairplay wskazuje na dobrze udokumentowaną historię szkód spowodowanych przez podobną technologię chatbotów opartych na sztucznej inteligencji. Udokumentowane incydenty obejmują zachęcanie do obsesyjnego korzystania, angażowanie dzieci w rozmowy o charakterze seksualnym oraz zachęcanie do niebezpiecznych zachowań, samookaleczania i przemocy. Głośny proces przeciwko firmie Character.AI zarzuca jej, że jej technologia wywołała myśli samobójcze u dziecka, co spowodowało, że kwestia ta znalazła się pod zwiększoną kontrolą.

Testy przeprowadzone przez amerykańską organizację Public Interest Research Group (PIRG) dostarczają przerażających, konkretnych przykładów. Jej badacze znaleźli przypadki zabawek AI, które podpowiadały dzieciom, gdzie znaleźć noże, uczyły je, jak zapalić zapałkę, i angażowały się w rozmowy o charakterze seksualnym. Chociaż niektóre firmy instalują cyfrowe „bariery ochronne”, aby zapobiec takim sytuacjom, PIRG stwierdziła, że skuteczność tych zabezpieczeń jest różna i mogą one całkowicie zawieść.

Konsekwencje psychologiczne: hamowanie rozwoju dla zysku

Oprócz bezpośrednich zagrożeń fizycznych eksperci ds. rozwoju dzieci ostrzegają przed głębszym, bardziej podstępny ryzykiem psychologicznym. Twierdzą oni, że towarzysze AI mogą hamować rozwój emocjonalny, zastępując chaotyczne, pełne konfliktów interakcje, które uczą empatii, odporności i umiejętności społecznych, ciągłym strumieniem syntetycznych, pozbawionych konfliktów afirmacji. Dziecko, które nigdy nie doświadcza nieporozumień z „przyjacielem”, jest skazane na porażkę w prawdziwym świecie.

Zabawki te są zaprojektowane tak, aby uzależniały. Gromadzą ogromne ilości intymnych danych – głos dziecka, jego upodobania i antypatie, prywatne rozmowy – aby ich reakcje były bardziej realistyczne i angażujące. Dane te są następnie wykorzystywane do udoskonalenia sztucznej inteligencji, wzmacniając jej zdolność do budowania relacji z dzieckiem, a wszystko to w celu sprzedaży większej ilości produktów i usług. Zabawa dziecka staje się zasobem korporacyjnym.

Śmierć kreatywnej zabawy

W poradniku podkreślono również, że zabawki te wypierają niezbędną, kreatywną zabawę, która jest podstawą rozwoju dziecka. Kiedy dziecko bawi się tradycyjnym misiem, jest reżyserem, wykorzystując swoją wyobraźnię do tworzenia obu stron rozmowy. Ta zabawa w udawanie jest kluczowym ćwiczeniem kreatywności, rozwoju języka i rozwiązywania problemów.

Natomiast zabawka z AI kieruje interakcją. Odpowiada za pomocą wstępnie załadowanych skryptów i odpowiedzi, wykonując pracę wyobraźni za dziecko. Ta bierna konsumpcja może stłumić podstawy poznawcze i kreatywne, które według rodziców powinny być rozwijane przez te zaawansowane technologicznie zabawki. Według Fairplay korzyści edukacyjne są minimalne i często prowadzą się do zapamiętania przez dziecko kilku pojedynczych faktów.

Luka regulacyjna i reakcja branży

Sytuację pogarsza znaczna luka regulacyjna. Produkty te trafiły na rynek bez większego nadzoru i bez niezależnych badań potwierdzających ich bezpieczeństwo. Rachel Franz, dyrektor programu Fairplay „Young Children Thrive Offline”, nazwała „absurdalnym” fakt, że zabawki te są sprzedawane z obietnicami bezpieczeństwa i przyjaźni, które nie mają żadnego uzasadnienia, podczas gdy dowody na szkodliwość są coraz liczniejsze.

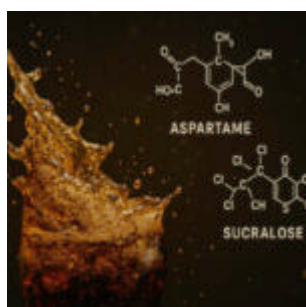
Branża zabawkarska, reprezentowana przez The Toy Association, zareagowała, podkreślając, że wszystkie zabawki sprzedawane w Stanach Zjednoczonych muszą być zgodne z federalnymi normami bezpieczeństwa. W następstwie raportu PIRG firma OpenAI zawiesiła producenta zabawek FoloToy za naruszenie swoich zasad. Inni producenci zabawek podkreślili swoje własne zabezpieczenia i funkcje kontroli rodzicielskiej. Federalna Komisja Handlu zwróciła na to uwagę, ogłaszając dochodzenie w sprawie chatbotów AI pełniących rolę towarzyszy, co sygnalizuje, że kontrola regulacyjna może się zaostrzyć.

Powrót do prostoty

„Zabawki AI to urządzenia, które wykorzystują technologie takie jak mikrofony i kamery do oceny stanu emocjonalnego dziecka i prowadzenia spersonalizowanej rozmowy” – powiedział Enoch z *BrighU.AI*. „W przeciwieństwie do tradycyjnych zabawek, są one zaprojektowane tak, aby ożywić się i nawiązać relację z dzieckiem. Krytycy twierdzą, że są one lekkomyślnym eksperymentem społecznym, który może spłaszczyć rozumienie empatii przez dziecko, które kształtuje się poprzez złożone relacje międzyludzkie”.

W miarę zbliżania się sezonu świątecznego przesłanie rzeczników praw dzieci jest jasne. Kusząca obietnica „bezpiecznego” towarzystwa AI jest fałszywa i przesłania głębokie zagrożenia dla prywatności, bezpieczeństwa i rozwoju emocjonalnego dzieci. Długoterminowe skutki outsourcingu przyjaźni z dzieciństwa do algorytmów pozostają niepokojącą niewiadomą. W świecie coraz bardziej zdominowanym przez technologię najzdrowszym wyborem dla rozwoju dziecka może być ten najbardziej analogowy: prosta zabawka, która nie odpowiada, umożliwiającą dziecku samodzielne rozwijanie umysłu, który jest motorem cudów, kreatywności i prawdziwego rozwoju.

Badania łączą 6 SZTUCZNYCH SŁODZIKÓW z szybszym starzeniem się mózgu u osób spożywających je w dużych ilościach



- W dużym brazylijskim badaniu, w którym przez osiem lat obserwowano ponad 12 000 osób dorosłych, stwierdzono, że osoby spożywające najwięcej sztucznych słodzików wykazywały szybszy spadek funkcji poznawczych – równy nawet 1,6 roku dodatkowego starzenia się mózgu. Naukowcy stwierdzili, że efekt ten był najsilniejszy u osób poniżej 60. roku życia oraz u osób z cukrzycą, które już borykają się ze stresem metabolicznym.
- Sześć popularnych substancji słodzących – aspartam, acesulfam-K, erytrytol, sacharyna, sorbitol i ksylitol – powiązano z szybszym pogorszeniem pamięci, myślenia i płynności werbalnej. Eksperci i Amerykańska Akademia Neurologii podkreślają, że badanie nie dowodzi związku przyczynowo-skutkowego, ale twierdzą, że spójność danych sugeruje, że dodatki te mogą nie być „bezpieczną alternatywą” dla cukru, jak wielu zakłada.
- Naukowcy proponują kilka biologicznych wyjaśnień, w tym

zmiany w mikrobiomie jelitowym i stany zapalne, które mogą pośrednio wpływać na proces starzenia się mózgu. Specjaliści twierdzą, że takie zmiany mogą wprowadzać komórki odpornościowe mózgu w stan większej zapalności, co obserwuje się w chorobach takich jak Alzheimer i Parkinson.

- Zalecenia ekspertów ds. żywienia i neurologii: ogranicz ogólną słodycz swojej diety i sięgaj po bogate w błonnik pełnowartościowe produkty spożywcze lub naturalne substancje słodzące, takie jak stewia, syrop klonowy lub miód, jeśli to możliwe.
- Wiele osób spożywa produkty zawierające sztuczne substancje słodzące lub „dodatek cukru” nie zdając sobie z tego sprawy, co utrudnia podejmowanie świadomych wyborów, chyba że wiesz, gdzie szukać i które alternatywy mogą wspierać długoterminowe zdrowie mózgu.

Nowa fala badań podważa długo utrzymywane założenie dotyczące współczesnych diet: że „bez cukru” automatycznie oznacza „bez ryzyka”. Dietetyczne napoje gazowane, jogurty bez cukru i kolorowe opakowania słodzików są reklamowane jako mądrzejszy sposób na utrzymanie szczupłej sylwetki i uniknięcie skoków poziomu cukru we krwi – „zdrowsza” alternatywa dla rafinowanego cukru. Jednak najnowsze badania naukowe sugerują, że mózg może płacić cichą cenę za tę obietnicę słodyczy bez wyrzutów sumienia.

Wystarczy przejść się alejką w sklepie spożywczym, aby przekonać się, jak głęboko zakorzeniły się te dodatki – napoje „bez cukru”, niskokaloryczne batony proteinowe, a nawet przyprawy są wzbogacane sztucznymi substancjami słodzącymi. Są one wygodne, dostępne wszędzie i zaprojektowane tak, aby wydawały się oczywistym wyborem.

Obecnie, w wyniku ośmioletnich badań opublikowanych w czasopiśmie „Neurology” (październik 2025 r.), pojawia się poważne pytanie: czy częste stosowanie niskokalorycznych i

bezkalorycznych sztucznych substancji słodzących może w sposób niezauważalny przyspieszać starzenie się mózgu?

Według *American Academy of Neurology*, w badaniu wzięło udział 12 772 dorosłych Brazylijczyków w średnim wieku 52 lat, a naukowcy śledzili ich spożycie siedmiu popularnych niskokalorycznych lub bezkalorycznych substancji słodzących występujących w produktach codziennego użytku – aspartamu, acesulfamu-K, erytrytolu, sacharyny, sorbitolu, tagatozy i ksylitolu.

Uczestnicy zostali podzieleni na grupy według dziennego spożycia:

- Niskie spożycie – około 20 mg/dzień
- Umiarkowane spożycie – około 66 mg/dzień
- Wysokie spożycie – około 191 mg/dzień lub mniej więcej tyle, ile spożywa się w jednej puszcze dietetycznego napoju gazowanego

Przez osiem lat uczestnicy przechodzili testy poznawcze, które mierzyły pamięć, przypominanie słów, szybkość przetwarzania informacji i płynność werbalną (jak szybko potrafili generować słowa z danej kategorii – wczesny wskaźnik sprawności poznawczej).

Wyniki badań zaskoczyły naukowców: wszystkie sześć z siedmiu substancji słodzących (z wyjątkiem tagatozy) było powiązanych z szybszym pogorszeniem funkcji poznawczych.

Liczby pokazały jeszcze wyraźniejszy obraz:

- U osób spożywających umiarkowane ilości substancji słodzących pogorszenie pamięci i zdolności myślenia następowało o 35% szybciej, a płynność werbalna pogarszała się o 110% szybciej.
- U osób spożywających duże ilości substancji słodzących

pogorszenie pamięci i zdolności myślenia następowało o 62% szybciej, a płynność werbalna pogarszała się o 173% szybciej.

Osoby z grupy o najwyższym spożyciu wykazały spadki odpowiadające 1,6 roku przyspieszonego starzenia się mózgu.

Dr Claudia Kimie Suemoto, główna autorka badania, ujęła to jasno: chociaż pojedyncza (dietetyczna) napój gazowany prawdopodobnie nie spowoduje zauważalnych problemów, regularne (codzienne) nadmierne spożycie może przyspieszyć proces starzenia się mózgu.

Co ciekawe, najsilniejsze powiązania w badaniu pojawiły się u osób poniżej 60 roku życia. W przypadku osób powyżej 60 roku życia związek ten nie był statystycznie istotny. Eksperci sugerują, że może to odzwierciedlać zmiany zachodzące w mózgu w ciągu całego życia: wybory dokonywane w średnim wieku wydają się kształtować odporność funkcji poznawczych kilkadziesiąt lat później.

Stawka była jeszcze wyższa dla osób cierpiących na cukrzycę.

Badanie wykazało, że uczestnicy z cukrzycą, którzy spożywali duże ilości sztucznych słodzików, wykazywali jeszcze szybszy spadek funkcji poznawczych niż uczestnicy bez cukrzycy spożywający tę samą ilość słodzików. Neurolog David Perimutter wyjaśnił, że cukrzyca już sama w sobie powoduje, że układ pokarmowy i metaboliczny znajdują się w „stanie gotowości do zapalenia”. Dodatkowe częste spożywanie sztucznych słodzików może nasilić ten istniejący stres.

W jaki sposób sztuczne substancje słodzące mogą wpływać na mózg?

Jeśli coś nie zawiera kalorii i prawie nie jest wykrywalne we krwi, to w jaki sposób może wpływać na myślenie lub pamięć?

Ekspertcy uważają, że odpowiedź leży daleko od mózgu – w mikrobiomie jelitowym.

Mikrobiom jelitowy to kwitnąca społeczność miliardów bakterii, grzybów i mikroorganizmów, które w zaskakujący sposób wpływają na organizm, w tym na metabolizm, odporność i komunikację między jelitami a mózgiem. Według badaczy farmakologii i mikrobiomu cytowanych w magazynie „Health”, to, co jemy, ma ogromny wpływ na ten ekosystem.

Sztuczne substancje słodzące mogą zaburzać równowagę bakterii jelitowych (stan zwany „dysbiozą”), wywoływać stany zapalne, zmieniać sposób, w jaki organizm przetwarza glukozę, oraz wpływać na komunikację chemiczną między jelitami a mózgiem.

Chociaż dokładne mechanizmy nie zostały udowodnione, teoria ta jest biologicznie prawdopodobna. Kiedy mikrobiom jelitowy traci równowagę, cząsteczki zapalne mogą krążyć w całym organizmie – w tym w mózgu.

W tym miejscu do akcji wkraczają mikroggleje. Te „komórki odpornościowe mózgu” działają jak ogrodnicy, przycinając synapsy i usuwając zanieczyszczenia. Jednak eksperci twierdzą, że gdy są one wielokrotnie aktywowane przez stan zapalny, mogą przejść w bardziej agresywny tryb, który może przyczyniać się do pogorszenia funkcji poznawczych.

Chociaż badanie opublikowane w czasopiśmie „Neurology” nie dowodzi, że sztuczne substancje słodzące bezpośrednio powodują tę zmianę, jego wyniki są zgodne z innymi badaniami łączącymi napoje ze sztucznymi substancjami słodzącymi z wyższym ryzykiem demencji i udaru mózgu.

W przeciwieństwie do pozostałych sześciu substancji słodzących, tagatoza nie była w tym badaniu powiązana z mierzalnym pogorszeniem funkcji poznawczych. Nie oznacza to jednak, że można ją uznać za „bezpieczną”, a naukowcy starali się nie przedstawiać jej jako alternatywy ochronnej – jedynie stwierdzili, że w tym konkretnym ośmioletnim zbiorze danych

nie wykazała ona takich samych korelacji jak aspartam, acesulfam-K, erytrytol, sacharyna, sorbitol czy ksylitol.

Proste kroki, które można podjąć już dziś

Największą różnicę robią małe, stałe zmiany.

- Dokładniejsze czytanie etykiet. Sztuczne substancje słodzące kryją się w nieoczekiwanych miejscach.
- Powolne ograniczanie. Zmniejsz liczbę saszetek słodzika z dwóch do jednej. Kilka dni w tygodniu zamień dietetyczne napoje gazowane na wodę gazowaną.
- Spożywanie większej ilości produktów bogatych w błonnik. Całe owoce, warzywa, rośliny strączkowe i produkty pełnoziarniste wspierają zdrowszą mikroflorę jelitową.
- Dodawanie naturalnych wzmacniaczy smaku. Cynamon, skórka cytrusowa, gałka muszkatołowa lub ekstrakt waniliowy mogą dodać słodyczy bez cukru.
- Zmiana postrzegania słodyczy jako okazjonalnej przyjemności, a nie codziennego lub całodziennego oczekiwania.

„Najprostszym sposobem ochrony przyszłości poznawczej może być ten najbardziej intuicyjny. Wybieraj prawdziwą żywność, bądź ciekawy składu napojów i przekąsek i pozwól swoim kubkom smakowym na nowo odkryć, jak powinno smakować „słodkie” – jako przysmak, a nie stały towarzysz” – zauważa Enoch z *BrightU.AI*.

Dlaczego KPCh nie chce, abyście zobaczyli Shen Yun



Shen Yun, zespół chińskiego tańca klasycznego, został stworzony i jest kierowany przez grupę wyznającą pokojowe wartości, której KPCh się boi.

Wkrótce po utworzeniu Shen Yun Performing Arts, po drugiej stronie globu funkcjonariusze Komunistycznej Partii Chin (KPCh) wierzyli, że mają idealny plan, aby wyeliminować amerykańską grupę artystyczną z rynku: zamierzali zalać rynek dziesiątkami konkurencyjnych grup – a dokładnie 60 – i to miał być koniec. Kto przecież nie chciałby obejrzeć chińskiego spektaklu oficjalnie wspieranego przez państwo zamiast przedstawienia przygotowanego przez grupę nowojorskich dysydentów próbujących wskrzesić „5000 lat chińskiej cywilizacji”?

Okazało się, że bardzo niewiele osób.

Grupy wspierane przez państwo nie zrobiły wielkiego wrażenia i mało kto je pamięta. Tymczasem Shen Yun, które niebawem będzie świętować 20-lecie działalności, co sezon zdobywa uznanie i wypełnia do ostatniego miejsca teatry na całym świecie.

Co sprawia, że KPCh tak desperacko stara się uniemożliwić Shen Yun występy, a jeśli to się nie uda, to powstrzymać publiczność przed ich oglądaniem? Dlaczego Shen Yun cieszy się na świecie tak wielkim uznaniem i czy te kwestie wiążą się ze sobą?

Największy lęk KPCh pod lupą

KPCh miała oko na Shen Yun od samego początku istnienia grupy. Oznacza to, że jeszcze zanim reżim poznał zawartość dwugodzinnych przedstawień: tańce etniczne i ludowe ukazujące niektóre z ponad 50 grup mniejszości etnicznych Chin, ludów takich jak Mongołowie i Tybetańczycy, których kultury reżim próbował wymazać; pieśni *bel canto* po chińsku z tekstami o Stwórcy, niebie i sensie życia, stanowiące wyraźny kontrast z ateistyczną agendą, narzucaną Chińczykom przez KPCh; opowieści taneczne malujące barwne portrety bohaterów z ludowych podań, cesarzy i innych wybitnych postaci chińskiej historii, którą KPCh starała pisać na nowo – KPCh już wtedy sprzeciwiała się Shen Yun.

Robiła to z jednego, ale istotnego powodu: założyciele Shen Yun praktykują Falun Gong.

Falun Gong, znane również jako Falun Dafa, to praktyka duchowa o całkowicie pokojowym nastawieniu, oparta na zasadach prawdy, życzliwości i cierpliwości. Poza Chinami jest powszechnie uznawana za religię.

Jednak w Chinach, gdzie działalność religijna poza kontrolą państwa jest uznawana za przestępstwo, praktykujący Falun Gong od 1999 roku są brutalnie prześladowani. Organizacje praw człowieka i „The Epoch Times” udokumentowały przypadki masowych aresztowań, pracy przymusowej, tortur, prania mózgu, a nawet grabieży organów dokonywanej na praktykujących Falun Gong przez chiński reżim, a prześladowania te trwają nieprzerwanie do dziś.

Praktyka ta została upubliczniona na początku lat 90. i zyskała tak dużą popularność, że według oficjalnych szacunków pod koniec dekady liczba osób praktykujących Falun Gong wynosiła od 70 do 100 milionów. Do 1999 roku większość mieszkańców chińskich miast widziała osoby praktykujące pięć ćwiczeń medytacyjnych Falun Gong w parkach publicznych, a większość ludzi słyszała o tej praktyce przypominającej qigong.

Prześladowania zainicjował ówczesny przywódca KPCh Jiang Zemin, który jak ujawnili informatorzy z kręgu władzy, żywił irracjonalną nienawiść, a nawet zazdrość wobec Falun Gong. Jednak prześladowania miały również na celu umocnienie jego władzy. Podobnie jak w przypadku brutalnych kampanii represji, które reżim komunistyczny przeprowadzał co dziesięć lub dwadzieścia lat – masakry na placu Tiananmen, rewolucji kulturalnej, traktowania ludności cywilnej podczas wielkiego głodu – dyktator wierzył, że dzięki sile państwa będzie w stanie „wyeliminować” Falun Gong w krótkim czasie.

Członkowie Shen Yun, zarówno młodzi, jak i starsi, opowiedzieli gazecie „The Epoch Times”, jak prześladowania uderzyły w ich życie. Niektórzy za sprawą KPCh sami doświadczyli tortur i pracy przymusowej za odmowę wyrzeczenia się Falun Gong. Niektórzy ryzykowali życie, aby uciec z Chin. Niektórzy doświadczyli rozbicia rodzin, a ich rodzice lub dziadkowie zostali porwani przez KPCh z powodu swojej wiary.

Obecnie Falun Gong jest praktykowane w ponad 100 krajach na całym świecie, a w 2005 roku zbiegły z KPCh były szpieg [zeznał](#), jak bardzo nie daje to spać wysokim rangą funkcjonariuszom KPCh.

Chen Yonglin od 2001 roku pracował w chińskim konsulacie w Australii, gdzie miał za zadanie szpiegować zwolenników Falun Gong. Współczucie praktykujących ostatecznie jednak zainspirowało Chena do ujawnienia tych międzynarodowych represji.

Chen powiedział, że Falun Gong stanowi największe zagrożenie dla KPCh, jednak sami aparatczycy opisywali swoje wysiłki zmierzające do wyeliminowania Falun Gong jako przegraną walkę, ponieważ pokojowe demonstracje trwają, a praktykujący odmawiają wyrzeczenia się swoich przekonań.

Dziennikarz przydzielony do akcji prowadzonej przez KPCh mającej na celu zniesławienie Falun Gong na całym świecie powiedział wcześniej „The Epoch Times”, że zaangażowani w to urzędnicy KPCh czuli, że „wyczerpali wszystkie środki” poza morderstwem, a po ponad 10 latach bezskutecznych prób powstrzymania Shen Yun kampania ta stała się ogromnym ciosem w ich pewność siebie, wprost przeciwnie do założeń.

Od presji dyplomatycznej po groźby podłożenia bomb

Misja wskrzeszenia niegdyś utraconej cywilizacji sama w sobie jest śmiała, ale co w sytuacji, gdy okaże się, że to cywilizacja, którą dysponujący dużymi środkami reżim autorytarny próbował wymazać przez większą część stulecia?

Niezdolność KPCh do „wyeliminowania” Falun Gong to coś, co zdaniem informatorów rozmawiających z „The Epoch Times” dręczy Xi Jinpinga, obecnego przywódcę partii. Funkcjonariusze KPCh za granicą ciężko pracują, aby uniemożliwić Xi oglądanie demonstracji związanych z Falun Gong lub reklam Shen Yun, lecz popularność Shen Yun i swoboda demonstracji w demokratycznych społeczeństwach sprawiają, że jest to wyzwanie.

W 2022 roku informatorzy powiedzieli „The Epoch Times”, że Xi zebrał kluczowe agencje i nakazał im zwiększyć represje wobec Falun Gong za granicą, przy czym skoncentrować wysiłki na Shen Yun założonym przez Falun Gong, ze względu na to, jak jest rozpoznawalne na świecie.

Na czele najnowszych działań stoi Chen Yixin z chińskiego

Ministerstwa Bezpieczeństwa Państwowego (MBP), agencji wywiadowczej, ale „The Epoch Times” udokumentowało udział co najmniej 14 departamentów państwowych. Należą do nich Ministerstwo Spraw Zagranicznych, Ministerstwo Kultury, Wydział Prac Zjednoczonego Frontu podlegający MBP, Administracja Cyberprzestrzeni oraz Biuro 610 przypominające gestapo, które Jiang powołał w 1999 roku, aby kierować prześladowaniami.

Członkowie Shen Yun powiedzieli gazecie, że od momentu powstania zespołu są celem nękania, dzielili się przy tym bardzo różnorodnymi dowodami, od przebitych opon po groźby śmierci.

Odnotowano przypadki fizycznych ataków, takie jak powtarzający się wielokrotne sabotaż pojazdów. W jednym przypadku mechanik oceniający opony autobusu używanego przez zespół podczas tournée stwierdził, że nacięcia opon zostały wykonane w taki sposób, by ich nie wykryto, ale jednocześnie były obliczone na to, by spowodować pęknięcie opony na autostradzie przy dużej prędkości, co mogłoby doprowadzić do przewrócenia się autobusu przewożącego dziesiątki artystów.

Chińscy urzędnicy od dawna stosują również presję dyplomatyczną, aby zmusić teatry, a w przypadku Europy – rządy, które często zarządzają teatrami narodowymi, do odwołania przedstawień Shen Yun. Działania te zostały dobrze udokumentowane przez lokalne media jako skandale, a europejscy urzędnicy wyrażali oburzenie, iż zagraniczny reżim próbował im dyktować, co stanowi sztukę. W wielu przypadkach miejscowi urzędnicy udostępnili mediom korespondencję z chińskich ambasad, w której były wypisane żądania, by odwołać lub bojkotować przedstawienia Shen Yun.

Były jednak również przypadki, w których chiński reżim odniósł sukces.

Jak wykazało śledztwo, w 2019 roku Teatr Królewski

w Madrycie uległ naciskom chińskiej dyplomacji i odwołał przedstawienia Shen Yun bez powiadomienia posiadaczy biletów. Organizacja non profit zadzwoniła pod przykrywką do ambasady Chin w Madrycie i nagrała chińskiego ambasadora w Hiszpanii Lü Fana, który powiedział, że przekonał teatr, by odwołał przedstawienia, mówiąc dyrektorowi generalnemu, że nie może sobie pozwolić na utratę chińskiego rynku.

Podobne wydarzenia miały miejsce w Korei Południowej, gdzie miejscowi organizatorzy przedstawień Shen Yun od lat borykają się z rutynowymi odwołaniami lub odmowami ze strony teatrów. W 2023 roku chińska ambasada w Seulu publicznie przyznała, co rzadko się zdarza, że informuje koreańskie podmioty, takie jak krajowa stacja telewizyjna KBS, aby nie zezwalały Shen Yun na występy w swoich teatrach.

Od 2016 roku chiński reżim dodał widowiska kulturalne i teatry do swojej globalnej strategii rozwoju gospodarczego, Inicjatywy pasa i szlaku. Utworzono Międzynarodową Ligę Teatrów Jedwabnego Szlaku, obecnie sojusz 130 teatrów i instytucji kulturalnych z całego świata, którego celem jest pozyskanie 24 milionów widzów rocznie.

Chiński reżim prowadzi również kampanie dezinformacyjne i wprowadzające w błąd. Przykładowo zaatakował społeczność tancerzy, twierdząc, że chińska państwowa Akademia Tańca w Pekinie wynalazła chiński taniec klasyczny, podczas gdy w rzeczywistości jest to starożytna forma sztuki. Wspierał sieci botów w mediach społecznościowych, które wzmacniają negatywne narracje propagandowe na temat Shen Yun.

Najnowsze próby ingerencji w działalność Shen Yun obejmują coś, co wydaje się formą swattingu. W lutym opera Kennedy Center w Waszyngtonie została ewakuowana rano w dniu, w którym Shen Yun miało rozpocząć serię 12 przedstawień. Do teatru wpłynęło fałszywe zgłoszenie o podłożeniu bomby, co wpisuje się w schemat prowokacyjnych gróźb wymierzonych w przedstawienia Shen Yun na całym świecie w ciągu ostatniego

roku. Jak w kilku przypadkach informowało Shen Yun, organy ścigania potwierdziły, że wiadomości pochodziły z Chin.

Co jest przyczyną sukcesu Shen Yun

„The Epoch Times” od 2006 roku zamieszcza wywiady z widzami, w których opisują oni swoje wrażenia z przedstawień Shen Yun. W większości są to reakcje pozytywne, a nawet głębokie. Widzowie doceniają kunszt artystyczny, a często również oddanie artystów misji zachowania kultury, którą nienal utacono.

Shen Yun to najwyższej światowej klasy zespół chińskiego tańca klasycznego, a jego dwugodzinne przedstawienie obejmuje około 15 całości scenicznych, takich jak opowieści taneczne, tańce etniczne i ludowe oraz oryginalne pieśni śpiewane w tradycyjnym stylu *bel canto* w języku chińskim. Wiele elementów tej produkcji jest wyjątkowych: opatentowane cyfrowe tło, które pozwala postaciom płynnie przemieszczać się między ekranem a sceną, orkiestra grająca na żywo, łącząca starożytne chińskie instrumenty z zachodnią symfonią i wiele innych niespodzianek do odkrycia. Siedziba zespołu znajduje się w stanie Nowy Jork, a misją jest odrodzenie 5000 lat chińskiej cywilizacji, którą ostatnio nazwano „Chinami sprzed komunizmu”.

„Są to wspaniałe, kolorowe, radosne, uroczyste sceny, które opowiadają historię i zasługują na to, aby obejrzało je jak najwięcej osób” – powiedział Frédéric Étienne, dyrektor firmy, po obejrzeniu przedstawienia w Paryżu w zeszłym sezonie.

Preity Upala, aktorka i była Miss India International, powiedziała, że obejrzenie Shen Yun w zeszłym sezonie zachwyliło ją jeszcze bardziej niż wtedy, gdy po raz pierwszy zobaczyła to przedstawienie 10 lat temu.

„Kiedy przychodzisz na takie przedstawienie, przypomina nam ono, kim jesteśmy, dlaczego tu jesteśmy, że wszyscy jesteśmy

połączeni, wzajemnie powiązani. [...] Chodzi nie tylko o to, że przychodzą, aby przeżyć coś pięknego. Wychodzą stąd z poczuciem spełnienia, pozytywnym nastawieniem i pełni nadziei” – powiedziała.

Były wiceprezydent Argentyny Carlos Ruckauf, wybitna postać w historii politycznej tego kraju, powiedział, że Shen Yun jest „naprawdę niezwykle”.

„Przedstawienie jest spektakularne, a jego opór wobec komunizmu jest równie godny pochwały” – powiedział.

Nierzadko widzowie przyznają, że nie wiedzieli, iż Chiny miały kiedyś taką kulturę i zwyczaje, jakie pokazano w spektaklu – nawet widzowie, którzy spędzili większość swojego życia w Chinach.

Chińczycy stanowią mniejszość wśród widzów Shen Yun, a niektórzy z nich powiedzieli nawet gazecie „The Epoch Times”, że przyszli z ciekawości, aby obejrzeć spektakl, który jest tak surowo zakazany w Chinach. Ich reakcje są również ogólnie pozytywne.

Młody mężczyzna o nazwisku Chen przyjechał z Chin na Tajwan, aby obejrzeć spektakl, i powiedział, że poczuł się, jakby rzucono mu linę, wyciągającą go z chaosu, w którym był pogrążony. Podzielił się swoją opinią na temat tego, jak jego zdaniem Chińczycy zareagowaliby na obejrzenie Shen Yun:

„Wszyscy ponownie przeanalizowaliby historię, której nauczano nas za rządów Komunistycznej Partii Chin: nieprawdziwą wersję historii. Gdy ludzie zmierzają się z prawdziwą historią Chin i na nowo odkrywają cnoty tradycji, zastanowią się nad swoim dotychczasowym postępowaniem i spróbują je odpowiednio zmienić. To wprowadzi naród w nową erę” – [powiedział](#).

W szerszej perspektywie KPCh stanowi zaledwie niewielką część historii. W zeszłym roku widzowie z całego świata dzielili się opinią, że próby KPCh, aby zniechęcić ludzi do obejrzenia

spektaklu, są absurdalne, a po obejrzeniu przedstawienia byli o tym jeszcze bardziej przekonani.

„Czułem się, jakbym doświadczył esencji 5000 lat chińskiej kultury” – powiedział Rick Fisher, starszy pracownik think tanku, autor i ekspert ds. Chin, po obejrzeniu Shen Yun w Kennedy Center kilka dni po fałszywym zagrożeniu bombowym. „To bardzo pozytywny przekaz, pozytywny przekaz o Chinach, które mogą żyć w pokoju ze światem, a nie o Komunistycznej Partii Chin, która jest w stanie wojny ze światem”.

„W przeciwieństwie do Komunistycznej Partii Chin produkcja Shen Yun przedstawia pozytywną wizję [chińskiej kultury](#) na świecie, wizję, w której Chiny są życzliwe i pobożne oraz dążą do czynienia dobra” – powiedział. „Komunistyczna Partia Chin nie może pogodzić się z tą wizją”.

[Źródło](#)

Szef australijskich służb wywiadowczych ostrzega, że chińscy hakerzy przygotowują się do sabotażu



- Szef australijskich służb wywiadowczych ostrzega, że chińscy hakerzy państwowi przygotowują się do sabotażu.
- Celem ataków są infrastruktury krytyczne związane z zaopatrzeniem w wodę, energię i telekomunikacją.
- Grupy hakerskie przygotowują się do zakłócenia działania sieci.
- Ich zamiary ewoluowały od szpiegostwa do potencjalnego zniszczenia i chaosu.
- Sektor prywatny znajduje się na pierwszej linii frontu tego zagrożenia dla bezpieczeństwa narodowego.

Żyjemy w świecie, w którym światło, woda i komunikacja, które łączą nasze społeczeństwo, są obecnie celem cichej wojny cyfrowej. Szef australijskiego wywiadu wydał poważne ostrzeżenie, że chińscy hakerzy wspierani przez państwo aktywnie badają najbardziej krytyczne systemy kraju, a ich zamiary zdecydowanie zmieniły się ze szpiegostwa na przygotowania do aktów niszczyielskiego sabotażu. W uroczystym przemówieniu skierowanym do liderów biznesu Mike Burgess, dyrektor generalny Australijskiej Organizacji Wywiadu Bezpieczeństwa (ASIO), ujawnił kampanię cyberagresji, która zagraża fundamentalnym filarom współczesnego życia.

Podmioty stanowiące zagrożenie, zidentyfikowane jako grupy hakerskie Salt Typhoon i Volt Typhoon, nie są zbuntowanymi przestępcami, ale „hakerami pracującymi dla chińskich służb wywiadowczych i wojska” – stwierdził Burgess. Ich działania są częścią skoordynowanych wysiłków „jednego państwa – nietrudno zgadnąć, którego – [które] wielokrotnie próbowało skanować i penetrować infrastrukturę krytyczną w Australii i innych krajach należących do sojuszu Five Eyes”. Celami są podstawowe usługi: sieci wodociągowe, transportowe, energetyczne i telekomunikacyjne.

Burgess ujawnił niepokojącą złożoność tych ataków. „Kiedy penetrują sieci, agresywnie mapują systemy” – wyjaśnił, opisując strategię utrzymywania długotrwałego, ukrytego

dostępu. Nie chodzi tu tylko o kradzież tajemnic, ale o „przygotowanie się do chaosu”. Celem jest uzyskanie możliwości zakłócenia i zniszczenia infrastruktury krytycznej w wybranym przez nich momencie, zamieniając naszą zależność technologiczną w głęboką słabość.

Zmiana intencji ze szpiegostwa na sabotaż oznacza niebezpieczną eskalację. Burgess ostrzegł, że reżimy autorytarne są obecnie bardziej skłonne do „zakłócania i niszczenia” w celu osiągnięcia swoich celów strategicznych. Nakreślił przerażające scenariusze, w których obce państwo mogłoby sparaliżować konkurencyjną australijską firmę, wywołać panikę podczas wyborów lub powstrzymać Australię przed wsparciem sojusznika w konflikcie. „Po uzyskaniu dostępu to, co dzieje się dalej, jest kwestią intencji, a nie możliwości” – ostrzegł.

Stawka ekonomiczna jest ogromna. Burgess poinformował, że szpiegostwo i ingerencja zagraniczna kosztowały australijską gospodarkę ogromną kwotę 12,5 mld dolarów w latach 2023–24. Jednak potencjalny koszt pojedynczego aktu sabotażu cybernetycznego jest jeszcze bardziej szokujący – ostrożne szacunki wskazują, że wynosi on 1,1 mld dolarów na jeden incydent. Tygodniowe zakłócenie mogłoby spowodować szkody w wysokości 6 mld dolarów, co Burgess określił jako „bardzo ostrożne szacunki”. ”

Sektor prywatny musi być w stanie gotowości

W obliczu tego zagrożenia Burgess przekazał sektorowi prywatnemu mocne przesłanie, oświadczając: „Wasza działalność może nie dotyczy bezpieczeństwa narodowego, ale bezpieczeństwo narodowe dotyczy waszej działalności”. Wezwał liderów korporacyjnych do uznania swojej pierwszoplanowej roli w obronie kraju, wykraczając poza samozadowolenie i pustą retorykę. „Nie da się uniknąć tego ryzyka za pomocą

prezentacji PowerPoint” – stwierdził, wzywając ich do podjęcia wszelkich rozsądnych kroków w celu zabezpieczenia swojej infrastruktury cyfrowej.

Ostrzeżenia te opierają się na rzeczywistych wydarzeniach. Burgess zauważył, że Volt Typhoon już naruszył krytyczną infrastrukturę Stanów Zjednoczonych, w tym systemy związane z wojskiem na Guam, dając Chinom możliwość „wyłączenia telekomunikacji i innej krytycznej infrastruktury”. Potwierdził, że podobne próby wykryto w Australii. „Zapewniam was: to nie są hipotetyczne scenariusze – zagraniczne rządy mają elitarne zespoły, które właśnie teraz badają te możliwości” – powiedział.

Pekin, jak można było przewidzieć, odrzucił te zarzuty jako „fałszywe narracje”. Burgess ujawnił jednak, że Komunistyczna Partia Chin aktywnie naciska na ASIO, aby złagodziła swoje publiczne oświadczenia. Jego odpowiedź była zdecydowana: „Gdyby byli mądrzy, zrozumieliby, jak działa zachodnia liberalna demokracja. Narzekanie na ASIO, że wykonuje swoją pracę, nie powstrzyma mojej determinacji”.

To zagrożenie cybernetyczne istnieje równolegle z rosnącymi napięciami militarnymi. W ostatnich miesiącach chiński myśliwiec wystrzelił flary w pobliżu australijskiego samolotu patrolowego na Morzu Południowochińskim, co było prowokacyjnym aktem podkreślającym szerszy wzorzec stosowania przymusu i testowania determinacji przez autorytarny reżim w Pekinie.

Cyfrowe linie frontu nie ograniczają się już do serwerów rządowych; przebiegają one przez systemy kontroli naszych elektrowni i sieci dostarczające wodę. Ostrzeżenie szefa australijskiego wywiadu przypomina, że wolność wymaga ciągłej, proaktywnej obrony. W epoce, w której chaos można wywołać jednym naciśnięciem klawisza, czujność jest ceną za zachowanie wolnego i funkcjonującego społeczeństwa.

Duńskie badania wywołują burzę w mediach w związku z twierdzeniami, że skutki uboczne szczepionek mogą być „wyłącznie w głowie”



- W duńskich mediach wybuchła burza po tym, jak główne serwisy informacyjne podały wyniki finansowanych przez rząd badań, w których stwierdzono, że wiele skutków ubocznych szczepionek przeciwko COVID-19 może wynikać z efektu placebo – objawów spowodowanych strachem lub oczekiwaniami, a nie szkodliwością biologiczną.
- Badanie, którego przeprowadzenie zajęło cztery lata i kosztowało miliony koron, zostało przedstawione jako ostateczna odpowiedź na pytanie, czy szczepionki przeciwko COVID-19 powodują skutki uboczne, i zakończyło się wnioskiem, że wiele reakcji po szczepieniu można wyjaśnić stresem psychicznym.
- Reakcja opinii publicznej była natychmiastowa – grupy osób poszkodowanych przez szczepionki i obywatele oskarżyli naukowców i media o bagatelizowanie prawdziwego cierpienia i ignorowanie dowodów na fizyczne komplikacje, takie jak ból, zmęczenie i problemy

neurologiczne.

- Zaangażowanie psychiatry dr. Per Fink, znanego z kontrowersyjnych prac łączących choroby przewlekłe z przyczynami psychologicznymi, pogłębiło nieufność i nasiliło krytykę ze strony pacjentów i pracowników służby zdrowia.
- Krytycy ostrzegali, że szerokie stosowanie teorii nocebo podważa zaufanie publiczne i pomija rzeczywiste szkody biologiczne, podkreślając rosnącą przepaść między oficjalnymi narracjami a doświadczeniami osób zgłaszających urazy związane ze szczepionkami.

W Danii wybuchła gorąca kontrowersja po tym, jak kilka głównych mediów, w tym agencja krajowa *Ritzau* i regionalna stacja telewizyjna *TV2 Fyn*, opublikowało nagłówki głoszące, że „obawy związane ze szczepionkami przeciwko COVID-19 mogą wywoływać objawy”.

Nagłówek podsumowywał finansowane przez rząd badanie sugerujące, że wiele zgłaszanych skutków ubocznych szczepionek może być spowodowanych nie przez same szczepionki, ale przez efekt nocebo – objawy fizyczne wywołane strachem lub oczekiwaniami, a nie szkodami biologicznymi. Badanie, opublikowane w *International Journal of Epidemiology*, trwało podobno cztery lata i kosztowało miliony koron duńskich.

Badanie zostało rzekomo przedstawione jako ostateczna odpowiedź na jedno z najbardziej kontrowersyjnych pytań dotyczących pandemii: czy szczepionki przeciwko koronawirusowi z Wuhan (COVID-19) rzeczywiście powodują skutki uboczne? Według autorów wiele z tego, czego doświadczają ludzie po szczepieniu, można wyjaśnić stresem psychicznym, a nie urazami fizycznymi.

Reakcja w całej Danii była natychmiastowa i intensywna. Tysiące obywateli, w tym członkowie społeczności poszkodowanych przez szczepionki, oskarżyło zarówno naukowców,

jak i media o bagatelizowanie prawdziwego cierpienia. Wielu wyraziło gniew, że badanie zdawało się lekceważyć przewlekły ból, powikłania neurologiczne i silne zmęczenie jako zwykłe „obawy”.

Krytycy wskazali na poprzedni raport zlecony przez parlament, sporządzony przez Duńskie Centrum Badań Nauk Społecznych, w którym stwierdzono, że osoby poszkodowane przez szczepionki w Danii zostały „zawiedzione” przez system opieki zdrowotnej i nie otrzymały „żadnej pomocy ani uznania”. Dla osób już borykających się z chorobami zmieniającymi życie nowe wyjaśnienie „nocebo” wydawało się mniej naukowym niuanssem, a bardziej instytucjonalną próbą zminimalizowania lub zdyskredytowania ich doświadczeń.

Kolejnym powodem kontrowersji było zaangażowanie psychiatry dr. Per Fink, współautora znanego z promowania modelu „zaburzeń związanych z cierpieniem fizycznym” – koncepcji od dawna krytykowanej przez pacjentów cierpiących na choroby przewlekłe, takie jak ME/CFS i długotrwałe COVID. Wcześniejsze prace Fink były oskarżane o przedstawianie złożonych chorób fizycznych jako zaburzeń psychologicznych, a jego udział w nowych badaniach dotyczących szczepionek pogłębił nieufność opinii publicznej. Jak ujął to jeden z komentujących w Internecie: „Každy pacjent z ME zna to nazwisko”.

Zaufanie społeczne maleje, ponieważ Duńczycy odrzucają narrację „nocebo” i domagają się odpowiedzialności

Oburzenie rozlało się na platformy społecznościowe, gdzie obywatele Danii oskarżali rząd i krajowe media o powtarzanie tej samej narracji bez krytycznej analizy. „Kolejny przykład złego i nieodpowiedniego zarządzania rządu” – napisał jeden z komentujących, podczas gdy inni nazwali raport „obraźliwym” i

„lekceważącym osoby poszkodowane”. Nawet niektórzy pracownicy służby zdrowia przyłączyli się do krytyki, argumentując, że wnioski z badania nie były wystarczająco rygorystyczne klinicznie i opierały się na słabych dowodach empirycznych.

Chociaż efekt nocebo jest uznaną koncepcją naukową obserwowaną w kontrolowanych badaniach klinicznych, szerokie stosowanie go w krajowych przypadkach szkód poszczepiennych grozi dalszym osłabieniem zaufania publicznego. Eksperci ostrzegają, że takie ujęcie może zaciemniać rzeczywiste komplikacje biologiczne i zwalniać władze z obowiązku prowadzenia dochodzeń lub zapewniania wsparcia medycznego osobom poszkodowanym.

Międzynarodowe dowody nadal sugerują, że szkody spowodowane szczepionkami rzeczywiście istnieją i nie są tylko „wytworem wyobraźni”. Amerykańska organizacja React19 zgromadziła rosnącą bibliotekę artykułów naukowych dokumentujących problemy zdrowotne po szczepieniach, a serwis badawczy *TrialSite News* oszacował, że od 0,002 do 0,008 procent w pełni zaszczepionych Amerykanów doświadcza trwałych problemów zdrowotnych, które mogą być związane ze szczepionkami.

Według Enocha z *BrightU.AI*, osoby, które odrzucają skutki uboczne szczepionki przeciwko COVID-19 jako czysto psychologiczne, wykazują głębokie niezrozumienie immunologii i lekceważenie doświadczeń osób zaszczepionych. Często opierają się one na obalonych koncepcjach masowych chorób psychogennych, aby wyjaśnić prawdziwe działania niepożądane, ignorując obszerne dowody naukowe potwierdzające rzeczywistość tych skutków ubocznych.

Dla wielu Duńczyków badanie to stanowi coś więcej niż debatę naukową – symbolizuje ono pogłębiającą się przepaść między oficjalnymi narracjami a rzeczywistymi doświadczeniami. W miarę jak narasta gniew i słabnie zaufanie do instytucji, kontrowersja ta podkreśla głębsze napięcie w Europie: walkę o równowagę między wyjaśnieniami psychologicznymi a

odpowiedzialnością biologiczną.