

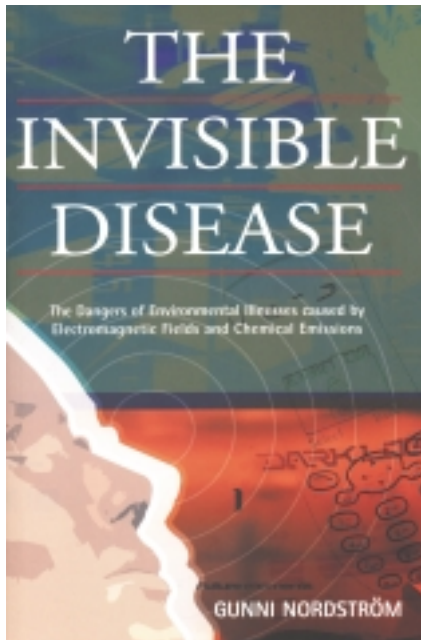
Hvem tager ansvaret?

Det gælder om at være sund hele livet

"Det er vigtigt at huske, hvad det hele handler om."  
Statsminister Anders Fogh Rasmussen

**"Sundhed er et fælles ansvar"**  
Regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram  
"Sund hele livet" fra september 2002.

"Giv aldrig efter. Aldrig, aldrig, aldrig, aldrig.  
Hverken i stort eller småt, vidtrækkende eller ubetydeligt...  
giv aldrig efter undtagen over for overbevisninger,  
der bunder i ære og sund fornuft."  
Winston Churchill



"The Dangers of Environmental Illnesses caused by Electromagnetic Fields and Chemical Emissions"

**This is the first book** to make the connections between the range of illnesses and chemicals used in the manufacture of modern appliances that we mistakenly consider safe. **They are not.**

Læs uddrag fra bogen på Internet.

Bogen kan bestilles på [www.altereenergi.dk](http://www.altereenergi.dk) eller telefon 861 49 861



**Morten Julius Bøgh**  
Energiforsker og ansvarligt menneske

Frederiksberg den 13. september 2004

"The Year of Mastery"

# "Hvem tager ansvaret?"

Det gælder om at være sund hele livet

"Fader, tilgiv dem – de ved ikke, hvad de gør"  
Jesus

## Rapporten om ansvar og sund fornuft

Tag det du kan bruge, og lad resten ligge...

Dedikeret til alle dem, der allerede tager ansvar og bruger deres sunde fornuft til at fremme et sundt samfund.

Til dig der efter at have læst denne rapport begynder at tage mere ansvar gennem at gi' din viden videre til andre...

Dette er skrevet som et opråb til ansvarlige mennesker, der ønsker at tage del i det fælles ansvar, som sundhed er. Det nytter ikke noget at råbe op, såfremt mange er døve eller ikke vil lytte. Det er derfor helt bevidst, at det er nedskrevet i denne artikel, da man så i ro og mag kan læse det skrevne og danne sin egen mening og holdning ud fra at bruge sin sunde fornuft.

Det er dumt ikke at bruge sin sunde fornuft – dvs. at lytte til sig selv. Alle mennesker ved godt inderst inde, hvad der er rigtigt, og hvad der er "pseudo". Lyt til din sunde fornuft og du vil få svar!

Ikke at bruge sin sunde fornuft, er reelt at fralægge sig ansvaret, og dermed stiger risikoen for at blive syg markant. Når man f.eks. har kroniske hovedpiner eller migræner (som i øvrigt et stort og stigende antal danskere har), er det at indtage mange hovedpinepiller ikke at bruge sin sunde fornuft. Det gælder om at spørge sig selv, hvorfor man har hovedpinen eller migrænen. Det er at tage ansvar og bruge sin sunde fornuft at lede efter årsagen, og det er fuldstændig i tråd med regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet".

Ansvar er en alvorlig sag eller nødvendighed. Ansvar er ikke for sjov, selvom ansvaret i disse år bruges synonymt med sorteper i et kortspil eller som en løssluppen hoppebold, ingen vil kendes ved. Ansvar er blevet et virkelig "hot spot" i dagens samfund. Jo længere tid der går, førend nogen griber ind og tager ansvaret, desto mere "hot" bliver det. De sundhedsmæssige konsekvenser stiger proportionalt med ventetiden. Det vender tilbage som en boomerang – læs længere nede under cigaretter.

### **Vi er alle del af et "live'n'hot" eksperiment!**

Indtil videre har ingen i min. 16 år villet tage ansvaret. I 1994 bragte Jyllands-Posten en artikel med titlen "Farlige forbindelser", som ganske klart og tydeligt beskrev situation med de opståede sundhedsfarer ved den nye teknologi. Man havde allerede siden 1988 hos sundhedsmyndighederne været klar over, at der var en alvorlig og reel sundhedsfare ved den hastige tilgang af ny teknologi som computere og mobiltelefoni. Du og din familie har altså reelt været "live" forsøgskaniner siden 1988, eftersom en samlet dansk strålelov fortsat ikke er blevet realiseret. Der foreligger nok dokumentation til at begrænse eller forbyde mobiltelefonien, da de pulserende mikrobølger griber dybt ind i de biologiske processer med det resultat, at stress, udbrændthed og sygdom eskaleres, uden at der "tilsyneladende" er en årsag.

Regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet" fra september 2002 – de nationale strategier for folkesundheden 2002 – 2010" udtrykker i indledningen følgende:

*"Det er helt bevidst, at programmet bruger udtrykket, "fælles udfordringer". Der er nemlig tale om en fælles opgave og et fælles ansvar. Ingen kan alene løfte opgaven med en bedre sundhed."*

Et program er normalt en oversigt eller køreplan, hvordan kommer videre gennem konsekvent handling. Er det sund fornuft at give dem der ved mundkurv på, eller på anden vis ignorere dem? Vil det gavne den danske folkesundhed i positiv retning, sådan som "Sund hele livet" programmet lægger op til? Læs længere nede om de berømte mundkurve, som også nedenstående bog beskriver indgående.

Oversat uddrag fra bogen **"The Invisible Disease – The Dangers of Environmental Illnesses caused by Electromagnetic Fields and Chemical Emissions"**:

"Sandheden har ligget på bordet min. de sidste 20 år, i virkeligheden længere. Dem som forstod sagde ikke et ord. Imens er tusindvis af mennesker blevet latterliggjort og gjort tavse. De vil også lide i fremtiden, fordi sandheden vil blive fornægtet i mange år fremover.

Samt et citat fra professor Bertil Persson, en af de tre bag de revolutionerende opdagelser med blod-hjerne barrieren, der åbner efter ganske kort tids brug af mobiltelefon. Deres studie er en gentagelse af tidligere studier fra henholdsvis Rusland og USA. Deres resultater har skabt frygt i mobiltelefonindustrien, og **store forsikringselskaber som bl.a. Lloyds i London vil ikke forsikre producenterne af frygt for store erstatningskrav fra mennesker**, der er blevet syge af at tale i mobiltelefon.

**"Vi ønsker ikke, at nogen skal bebrejde os i fremtiden, at vi ikke fortalte, hvad vi har opdaget"**

Det gælder om at bruge sin sunde fornuft og tage ansvar. Men ovennævnte citat af meget anerkendte og respekterede forskere bør man stoppe op og reflektere – hvorfor mon at de udtaler sig sådan, hvis det er så "ufarligt", som nogle forsikrer om? Hvorfor giver man forskere mundkurv på, hvis det er "forkert", hvad de kommer frem med? Hvorfor vil Lloyds ikke forsikre producenter af apparater til mobilindustrien, da de jo lever af at vurdere risici?

"Ord som ikke følges af handling er uvæsentlige" Che Guevara

Vi er i de sidste 10-15 år blevet meget mentale og fokuserede på videnskabelige modeller og anskuelsesmåder. Samfundet bærer langt fra præg af at være et drømmesamfund, som ellers var hensigten. "Walk the talk" udtrykket passer bedre end nogensinde på vores samfund, fordi der bruges mange ressourcer på "snik snak" – der tales, debatteres og diskuteres (læs: kæmpes) i det uendelige med det resultat, at der ingen resultater er. Konsekvent handling udebliver, og en laden stå til holdning er altdominerende.

## Hvem tager ansvaret og bruger deres sunde fornuft?

I august 2003 blussede den største debat i 20 år op omkring sundhedsfarerne ved den eskalerende mobiltelefoni, da mobilmaster placeres tæt på private boliger overalt i byer i hele Danmark. Førrende forskere og professorer i hele verden advarer herimod, og særligt vigtigt er det at lægge mærke til professor Santini fra Frankrig, som er europas eneste masteforsker. Han lavede en undersøgelse, der indbefattede 530 personer, og fandt en meget tydelig sammenhæng mellem udbrændthed og mobiltelefon. **Stress og udbrændthed "eksploderer" i dagens samfund.** Han undersøgelser er identisk med de symptomer, som ca. 2.000 læger med Freiburg Appellen har påpeget. Lægerne, primært miljømedicinere, har observeret stigende og "mystiske" symptomer i forbindelse med, at patienterne eller naboer har anskaffet trådløse DECT telefoner, eller at der er blevet installeret et mobilsendeanlæg i den umiddelbare nærhed. Det interessante ved Freiburg Appellen er, at symptomerne forsvinder, når man fjerner patienterne til et miljø, hvor disse påvirkninger ikke er.

## Er mundkurve ny "trend"?

- og er det sund fornuft at give mennesker dem på?

Normalt bruges mundkurve til bidske hunde, fordi man frygter, at de skal bide. Selvom hovedpersonen i filmen "Verden ifølge Garp" bider øret af en hund, er det vel yderst sjældent, at mennesker løber rundt og skambider hinanden. Dog ser vi det ofte i sportens verden, at især "gladiatorerne" bider hinanden, men det er udtryk for de laveste og dyriske instinkter, der tager over og får dem til at reagere irrationelt.

Først lige et sidespring til filmen Matrix - har du set Matrix? Hvis ikke opfordres du til at se den, og derefter overføre handlingen på dagens samfund. Temaerne fra filmen er identiske med, hvad der styrer samfundet og verden i dag. Man benytter i stigende grad frygt til at styre mennesker. Frygt er medvirkende til den stigende stress, udbrændthed, angst og depression i samfundet. Frygt handlingslammer folk, hvormed de lader stå til.

I filmen Matrix siger hovedpersonen Nero: ***"You can't scare me with all that Gestapo crap"***

Det kan virke lidt voldsomt at bringe Gestapo ind i denne artikel, men det er mere principperne med at lukke munden på folk, som er det interessante. I Matrix får Nero en ret interessant "mundkurv" på, hvorefter han bliver programmeret ved hjælp af en form for microchip, hvormed de præcist ved, hvor han er, og hvad han foretager sig.

Dette fænomen i filmen med en microchip er ikke langt ude i fremtiden. Allerede nu foretager man forsøg med indopererede microchips på mennesker rundt omkring i verden. Man taler om ***"the microchip'ed population"***, hvilket er interessant at reflektere lidt over i forbindelse med det nye dankort med chip eller en borgerkonto på cpr-nummeret, hvormed alle data om et menneske kan lagres i en chip. Det svarer præcis til George Orwells forudsigelser i bogen 1984 fra 1948 – nemlig ***"big brother is watching you"*** – det modsatte af frihed, hvor mennesker kan udtrykke deres unikke potentiale.

Man har siden 2. verdenskrig brugt ***"mind control"*** programmer til at styre folk og deres tanke og handlemønstre i en ønsket retning. Det er lig med kontrol, hvormed mennesker reelt mere virker som maskiner eller har "robot" agtig adfærd.

Matrix filmen rummer det hele på mange planer. Se filmen flere gange da flere aspekter og perspektiver kommer frem. Det handler i bund og grund om, at man ønsker at skabe og styre mennesker via frygt, og få dem til at reagere og handle ud fra reptil hjernen, som har to muligheder – nemlig enten kamp eller flugt. Vi oplever i dag netop flere kampe end nogensinde. Politikere, mennesker, nationer og mange kæmper uafbrudt mod hinanden for at få ret på det ene eller andet plan – men i bund og grund drejer det sig om ***en fælles opgave og et fælles ansvar*** – uanset hvordan vi vender og drejer det, er vi alle i samme båd. "Der er ikke noget, der ikke påvirker andet", Niels Bohr.

## Er det ytringsfrihed at give troværdige forskere og mennesker mundkurv på?

Der skal ikke megen sund fornuft til at besvare ovennævnte. Måske er dette "Gestapo crap" allerede vel ret aktuelt. Først lige egne erfaringer, og derefter hvad førende og troværdige forskere og professorer over hele verden oplever.

Nu kommer en historie fra det virkelige liv, der fortæller lidt om den nye "trend" med mundkurve på mennesker. Undertegnede har oplevet det på egen krop, og det er ret fascinerende, hvad det er, der foregår. Det er så transparent og let gennemskueligt, hvis blot man åbner sine øjne og sanser og ser alting, som de virkelig er.

Undertegnede er ingen bidsk hund, og dog hund ud fra det kinesiske horoskop. Har højest bidt nogle kammerater i de mindre klasser eller måske en kæreste. Horoskopet matcher ellers fuldstændig regeringens mantra: At tage ansvar, handle konsekvent og ikke lade stå til!" Undertegnede er meget i verden ud fra dette mantra. I 2003 fik undertegnede nærmest monteret en mobilmast mellem benene i sin seng, hvilket førte til meget uregelmæssige søvnrytmer og konstant hyperaktivitet i hjernebølgeaktiviteten. Eftersom jeg professionelt arbejdede med at styrke folks sundhed og forebygge mod de ubalancer, som påvirkningen fra elektromagnetiske felter medfører, var det naturligt, at jeg måtte påpege dette, da jeg tænker i helheder og i, at vi **alle skal tage ansvar, fordi sundhed er et fælles ansvar!** Følgende hændte:

*"Der blev udsendt en presseinformation med titlen 'Mobilmaster er en tikkende bombe under den danske folkesundhed' via af en kendt presseservice på Internet. I løbet af få timer efter udsendelse stod en repræsentant fra et stort teleselskab på lektor Sianette Kwees kontor på Århus Universitet og spurgte, hvad det var for noget. Pressebureauet var imponeret over meddelelsen, fordi det var den mest læste nogensinde, og de fandt den meget velskrevet. Ugen efter blev der udsendt en ny meddelelse, som også blev populær. 14 dage efter første udsendelse skulle der udsendes en ny, men pludselig var login ikke aktivt til pressebureauet længere...hmm....ved opringning dertil næste dag var beskeden, at de ikke ønskede at have mig som kunde, og noget af begrundelsen var at lektor Sianette Kwee var blevet kaldt professor. I udlandet er en lektor en professor. Nå, men det kom så frem af samtalen, at nogle havde ringet til dem og bedt dem om at forbyde deres kunde at udsende flere meddelelser, da det ellers kunne få konsekvenser for deres egen virksomhed. Ingen ordentlig begrundelse eller argumentation var mulig at få, og ejeren af bureauet som ellers havde virket positiv og hjælpsom hele tiden udviste pludselig en fjendsk eller had fuld adfærd, som virkede som styret af frygt. Debatten blussede efterfølgende voldsomt op i medierne og især Jyllands-Posten bragte ca. 60-70 artikler herom indenfor få måneder."*

Ved brug af sund fornuft viser reaktionsmønsteret omkring dette tydeligt, at det ikke er helt så "ufarligt", som man gerne vil gøre det til. Ellers ville der ingen grund være til at gå ind i debatten og forklare, forsvare og kæmpe og uddele mundkurve i det omfang, der er sket.

Når Jyllands-Posten skriver 60-70 artikler om emnet og sætter så kraftigt fokus herpå, og dette sammenholdt med facts fra artiklen "Farlige forbindelser" fra 1994 fra Jyllands-Posten samt f.eks. bøgerne "The Body Electric" af Dr. Robert Becker, 2 gange nomineret til Nobelprisen og "The Invisible Disease" netop udkommet i august 2004 viser, hvorfor man bruger mundkurvene – argumentationen er usammenhængende og utroværdig. Den underbygger igen udtalelsen fra det Nordiske Cochrane Institut om, at 94% af al lægevidenskabelig forskning er styret af profithensyn og forfremmelser.

## Største målgruppe eller aftagere af mundkurve

Lidt karikeret er situationen den, at en lang række af verdens førende og mest kompetente forskere og professorer går rundt på universiteter og forskningsinstitutter med mundkurve på – af sikkerhedsårsager for de øvrige ansatte. Tilsyneladende er det et kendt fænomen indenfor forskerkredse, at de mest troværdige af dem kan finde på at gå til angreb på de mindre troværdige forskere og forsøge at skambide dem ihjel – eller hvordan er det egentlig, at det forholder sig?

Det er et meget kendt fænomen, at forskere der kommer frem med sandheden bliver latterliggjort og modarbejdet. Efter en årrække må man ofte krybe til korset og indrømme, at man tog fejl, idet **"ligene hober sig op i gaderne"**. Det lyder lidt groft at sige sådan, men desværre skal der ofte mange dødsfald til og lig på bordet, førend man stopper op og bruger den sunde fornuft.

Desværre viser historien gang på gang, at man hellere sætter folkesundheden over styr for såkaldte teknologiske fremskridt – koste hvad det vil. De fleste mennesker ved ud fra deres sunde fornuft, at det er langt smartere at forebygge og være på forkant end at vente en årrække, og så se om man tog skade. Denne sunde fornuft halter desværre mange steder i "systemet" i dag.

Forskere bliver handlingslammede med mundkurve eller gjort tavse på anden vis gennem trusler mod dem selv eller deres familier. Det kommer sjældent frem i lyset. Filmen "The Insider" om afsløringen af tobaksindustrien er identisk med, hvad forskere oplever, når de finder frem til banebrydende opdagelser om sundhedsfarerne ved mobiltelefonien. Resultater som understøtter f.eks. regeringens hovedbudskab i sundhedsprogrammet "Sund hele livet" – nemlig at tage ansvar og **forebygge sygdomme og helbredsproblemer**. Det gør man ikke gennem at give forskere og mennesker mundkurve på og prøve at fortie facts, oplysninger og resultater i form at syge mennesker og mennesker med stigende symptomer. Tobaksindustrien blev dømt, fordi de bevidst havde tilbageholdt viden, hvilket bl.a. er årsagen de til direkte advarsler på cigaretpakkerne i dag.

Rygning er et af de helt store områder i sundhedsprogrammet.

**Hvordan går det til, at Danmarks mest kompetente og troværdige forsker på området omkring sundhedsmæssige effekter fra elektromagnetiske felter og mobiltelefonien bliver ignoreret totalt og modarbejdet af myndigheder og politikere?**

## Hvis sundhed beskytter myndighederne?

Man har endvidere fjernet hende fra den arbejdsgruppe under EU, hvor hun med, hvilket virker lidt besynderligt, fordi man selv havde to år tidligere havde udnævnt hende hertil. **"Sundhed er et fælles ansvar"**.

Lektor Sianette Kwee har forsket i en menneskealder i disse ting på Institut for Medicinsk Biokemi på Århus Universitet, og hun er med i internationale netværk, hvor de ypperligste af professorer og forskere fra hele verden kommer. **Lektor Sianette Kwee er ansat af Staten, forsker og har forsket i dette emne i 35 år!**

Hver gang en forsker kommer for tæt på sandheden, hvilken efterhånden er indlysende for mange, får de mundkurv på gennem trusler direkte, eller indirekte gennem at de begrænses ved ikke at kunne få nogle forskningskroner, hvormed de bliver handlingslammede. Uden forskningskroner har de ikke mulighed for at forske.

Olle Johansson fra Karolinska Institutet i Stockholm er en af **pionererne**, der har måttet sande, hvordan det foregår. Han er kommet frem til mange banebrydende resultater og har udgivet mange hundrede videnskabelige artikler. I bogen "The Invisible Disease" kan du læse mere om, hvordan mundkurvene benyttes på den ene eller anden måde.

### Den danske folkesundhed virker alvorligt syg

Situationen i dagens Danmark med alvorlige "strålende" sundhedsfarer hængende over hovedet på os, bliver ikke mindre alvorlige ved at lukke øjnene. Det er som med den røde olie-lampe i bilen. Når den lyser, er det advarsel om, at en alvorlig situation er ved at opstå i

motoren. Signalet fortæller os, at vi stoppe op, tage ansvar, bruge vores sunde fornuft og handle konsekvent gennem at fylde olie på motoren. Lukker vi øjnene af den eller anden årsag eller bagved liggende motiv eller skjulte agenda, ved vi alle, at motoren eller "systemet" brænder sammen på et tidspunkt i en ikke fjern fremtid. **Den røde olielampe lyser alvorligt i det danske samfund, og den har reelt blinket alarmerende i nogle år nu!**

**Uddrag fra regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet" fra september 2002:**

"At forbedre vores sundhed forudsætter, at vi alle **vedkender os vores ansvar** og påtager os vores del af opgaverne.

Dvs. den enkelte, familien, de nære netværk; den frivillige verden; daginstitutioner, uddannelsessteder, sundhedsvæsenet, m.v.; arbejdspladser; private og offentlige virksomheder; kommuner, amter og staten."

**At tage ansvar, handle konsekvent og ikke lade stå til** - er regeringens budskab med andre ord.

## **Er der sammenhæng mellem mikrobølger og stress, angst, udbrændthed og depression?**

WHO har i 2003 udtrykt, at stress og depression vil være de største sygdomsfaktorer i 2020.

Det ser dog ud til at blive tilfældet betydeligt før – måske allerede inden 2012.

I 2004 har WHO meldt ud, at 50% af alle dødsfald indenfor de næste 10 år vil skyldes stress og sygdom, som følge af langvarigt stress. En stresset organisme er første skridt på vejen til sygdom og død. Når organismen bringes ud af den sunde balance – homøostasen, er den reelt stresset på biokemisk niveau eller i kroppens energisystem afhængig af terminologi. Der er mange faktorer, der stresser organismen, og heriblandt er elektromagnetiske felter højst sandsynlig den værste af alle. Siden 2. verdenskrig har vi oplevet en fantastisk teknologisk udvikling, som desværre påvirker den menneskelige organisme på en uheldig måde. Der dannes elektromagnetiske felter fra de fleste elektriske apparater og i særdeleshed fra computere. Herudover bliver vi i nærmest "eksploderende" grad påvirket af bombardementet af mikrobølger fra mobiltelefonien, både fra master og telefoner. De udstråler begge pulserende mikrobølger, der i den grad stresser organismen og via de høje frekvenser skaber kaos i hjernens vigtigste "styresystemer",

## **Er der grund til at udvise ekstra forsigtighed og bruge sin sunde fornuft?**

**Årsagen eller fænomenet hedder elektrostress.**

Når undertegnede har henvendt sig til Danmarks førende stress forskere for at oplyse dem over "den oversete faktor", har de enten arrogant afvist fænomenet som værende eksisterende eller overhovedet ikke ønsket at høre herom. Der er pt. 76 stress forskningsprojekter i Danmark, og ingen af dem har fundet den røde tråd eller skabt resultater, som Statens Institut for Folkesundhed udtrykker det.

Den røde tråd i hvorfor stress og udbrændthed "eksploderer" er meget tydeligt!

Det er sund fornuft at oplyse hinanden om vore opdagelser og iagttagelser, såfremt vi ønsker

at skabe et sundt samfund med en bedre sundhed for alle. "Sundhed er et fælles ansvar" og dem der kan bidrage til at bringe budskabet eller oplysningerne om "den oversete faktor" videre bærer reelt et stort ansvar, fordi de ved ikke at gøre det reelt bliver en slags "gate keeper", der vogter og afgør, hvad befolkningen skal vide. I relation til stress udviklingen i Danmark er det meget usundt, når de såkaldte førende stress forskere ikke kender til begrebet elektrostress eller elektromagnetisk stress, som man i udlandet har forsket i siden min. 1969. **Elektrostress er sandsynligvis den væsentligste og primære årsag til den "eksplosive" stigning i stress!** I 35 år har fænomenet været udforsket, og dette sammenholdt med hvad professor Santini, mange læger i Freiburg Appellen, kompetente professorer og forskere i verden og danske lektor Sianette Kwee er kommet frem til, **er den røde tråd ikke til at overse, hvis man bruger sin sunde fornuft!**

Uddrag fra bogen "The Invisible Disease – The Dangers of Environmental Illnesses caused by Electromagnetic Fields and Chemical Emissions":

"The writers had hoped that their message would become more widespread but, it seems, the major newspapers didn't wish to publish a debate article that was in exact opposition to the predominant thoughts on stress in working life as the major, perhaps the sole, cause of the catastrophically increasing ill-health."

## Kollektiv depression og "sygt" samfund

Det danske samfund er på ind i den største kollektive depression nogensinde, som vil kræve mange skæbner og lidelser på alle niveauer i samfundet. Det bliver den værste depression i Danmarks historien. Hver 8. dansker er i dag på lykkepiller, og tallet er stigende. Denne form for symptombehandling vil ikke være tilstrækkelig til den kommende kollektive depression, som vil sende landet ud i en meget kritisk periode af mange års varighed. Tænk blot på sammenlægninger af kommuner, hvilket administrativt og menneskeligt kaos, det vil medføre. I forvejen er kommunalt og offentligt ansatte nogle af de grupper af befolkningen, hvor stress konstant stiger – højst sandsynlig som følge af elektrostress, "computer sickness" eller "sick building syndrome (SDS)".

De næste 8 år bliver skæbnesvangre for, hvordan vi vælger at tage ansvar og handle. Gør vi fortsat intet, vil vi blive tvunget til det om 8 år. Tager vi ansvar og bruger vores sunde fornuft nu, vil vi begrænse skaderne og den kollektive depression, og begynde at vende den synkende "skude", og på sigt kan Danmark udvikle sig til det drømmesamfund, som der ellers var lagt op til ved regeringsskiftet for nogle år siden – et er ord, noget andet er handling.

## Handling uden sund fornuft er ikke udvikling.

Vores samfund er præget af uigennemtænkte hovsa løsninger. Man handler ofte med hovedet under armen og gør dermed mere skade end gavn. Dette gælder overalt i vores samfund og især på "sundhedsområdet". I Danmark dør ca. 6.000 mennesker om året på danske hospitaler, som direkte følge af medicinsk fejlbehandling.

Hvor mange der går rundt i en "zombie" tilstand, som følge af ordinerede piller til at dulme symptomerne er uvist – men alene i 2001 blev der solgt 54 mill. lykkepiller – et tal der i 2004 sandsynligvis ikke er blevet mindre.

## "Ikke gøre skade!"

Hippokrates, den græske læge, der indførte lægeløftet

Hovsa løsninger eller lappeløsninger virker som et særligt dansk fænomen, hvorfor tyskerne måske i flere omgange har kaldt os "**die dumme Dänen**".

Fra mange sider prøver man at overbevise om, at der ingen sundhedsfarer er ved forskellige ting. Man har givet tilladelse til forskellige ting uden først at undersøge, hvilke mulige konsekvenser, der kunne være forbundet hermed. Altså det modsatte af at tage ansvar, handle konsekvent og ikke lade stå til.

At handle i begejstring over teknologiske "fremskridt" uden brug af sund fornuft er ikke udvikling – og slet ikke når menneskers sundhed bliver påvirket negativt. Det er som at tisse i bukserne. Først bliver det "dejlig" varmt, og man føler sig godt tilpas, men derefter bliver det koldt og rigtig ubehageligt. Det er den situation, vi mere og mere går i møde, når ingen tager hånd om det "hotte" ansvar og handler konsekvent ud fra en sund fornuft.

Danskerne bliver mere og mere syge, og antallet af folkesygdomme stiger. Stress, depression og kræft hører til 3 "eksploderende" folkesygdomme, og de hænger højst sandsynlig sammen, eftersom man endnu ikke "kender" årsagen til dem.

**Stress er allerede udråbt til verdens mest alvorlige arbejdsmiljøproblem**, og hele samfundet vidner i dag om en kollektiv stress, der fortsat stiger, indtil folk til sidste brænder ud og bliver syge heraf. De større pensionselskaber har stigende udbetalinger til kunder, der er blevet invalideret af stress, antallet vokser stiger også kraftigt der.

Stress er første skridt på vejen til angst, depression, udbrændthed og sygdom, og en "løsning" er ofte at ordinere lykkepiller, som dulmer symptomerne. Den virkelige årsag tikker i det skjulte videre som en "**sygdomsbombe**", der kan gå af når som helst.

Alle ubalancer og sygdomme drejer sig om forstyrrelser i kroppens energisystem. Når forstyrrelsen eller blokeringen i kroppen genoprettes, bringes vi tilbage i den dynamiske balance – homøostasen, som holder os i live.

Den menneskelige organisme eller rettere alle levende organismer bringes ud af den sunde balance af påvirkningerne fra computere, trådløse DECT telefoner, mobiltelefoner, mobilsendemaster, trådløse Internet og netværksforbindelser med stigende "**computer sickness**", "**sick building syndrom (SBS)**" og **elektrostress** til følge.

Budskabet i regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet" vil kun blive en realitet, såfremt vi alle **bruger vores sunde fornuft, vedkender os vores ansvar og påtager os vores del af opgaverne**. Regeringens budskab er faktisk rigtig sund fornuft, men det kræver, at vi alle, inkl. regeringen, handler konsekvent på ordene, da det hele jo ellers blot er ord – og dermed uvæsentligt.

Er det sund fornuft, at vi skal gøre alt, hvad vi kan for at hæve og sikre en bedre folkesundhed?

**Det er dumt ikke at bruge sin sunde fornuft!**

Det er ekstremt farligt og usundt individuelt såvel som kollektivt. Når man ikke som individ bruger sin unikke sunde fornuft, overlader man reelt ansvaret til andre og deres forsikringer eller lovprisninger. Når man lytter sig selv, vil man i enhver given situation vide inden i sig selv, hvad der er rigtigt, og hvad der er forkert.

### Eksempler på sund fornuft:

**Is:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det er temmelig usundt at spise en liter is om dagen, da hele kroppen fedtes ind og kommer til at fungere mere trægt. Alligevel er danskerne et af de mest is spisende lande i verden. Det smager nu meget godt.

**Sodavand:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at 2 liter cola om dagen ikke er sundt, da der er meget fosforsyre og andre ingredienser i sodavanden. Alligevel har mange mennesker fast en "sutteflaske med skruelåg" i hånden eller indenfor rækkevidde.

**Lørdagsslik:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det ikke er helt sundt med at indtage ca. 50 kilo sukker pr. år. For 50 år siden indtog folk i gennemsnit ca. 1 kilo sukker om året. Alligevel er lørdagsslik blevet til hverdagsslik. Sukker menes at have en stor medskyld i stigende depressioner og hyperaktivitet hos børn og unge. I USA har man direkte konstateret, at unge kriminelle ændrer adfærd, når sodavand, slik og "fast junk food" tages fra dem.

**Rygning:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det er sundhedsskadeligt at ryge, og det står efter mange års fortielser nu på pakkerne, hvormed ingen kan være i tvivl længere. Mange er blevet stærkt afhængige af at få disse "fix", men det er så en anden problematik.

**Mikrobølgeovne:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det er mad uden næring, der kommer ud af en mikrobølgeovn – altså død mad. Blodprøver viser efter at have indtaget mikrobølgemad, at der sker ting i blodet, der ikke er helt normale. Herudover ved de fleste, at man ikke skal stå direkte op af en ovn, når den er i gang, da mikrobølger ofte udstråles op til 3-4 meter væk fra den. Alligevel bruger mange mikrobølgeovnen, og den er installeret i de fleste børneinstitutioner, hvor børnene ofte er med i køkkenet og står og kigger direkte ind i ovnen, når den er tændt.

**Højspændingsmaster:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at man ikke skal bo i nærheden af højspændingsmaster, fordi det har givet mange mennesker kræft og andre kroniske lidelser. Dette er som med rygningen facts. Derfor graves kablerne i dag ned i jorden, om det så blot fjerner synligheden af masterne eller sundhedsfaren er uvist.

**Computere:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at de påvirkes af at sidde mange timer foran computerskærmen, og at kommunikationsmåden er distancerende og upersonlig. Mange mærker stigende hovedpiner, dårlig koncentration, tung i hovedet, problemet med synet, hudproblemer i ansigtet og generel utilpashed. Mange er blevet alvorligt syge af computer syge og er i stand ude af stand til at arbejde med computere grundet overfølsomhed herfor. Fænomenet kaldes "computer sickness".

**Mobiltelefoner:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det ikke er sundt at holde mobiltelefonen ind til hovedet, fordi de mærker en varme brede sig i hovedet. Mange føler sig ofte svimle eller "tågede" efter at have snakket. Mange føler sig trætte efter brug. Det er blevet en bekvemmelighed og vane, som mange er blevet så afhængige af, at de slet ikke kan forestille sig et liv uden. Mange forældre udstyrer børn ned til børnehaveklassen med mobiltelefoner, selvom førende forskere i hele verden advarer herimod, og Kræftens Bekæmpelse i Danmark fraråder også børn og unge at bruge mobiltelefoner. Mange foræl-

dre bruger det som en ekstra sikkerhed, men bliver så urolige, hvis de alligevel ikke kan få fat i børnene, fordi batteriet er løbet ud eller andet. Herudover er det direkte en alvorlig børnetjeneste, forældrene risikerer at gøre deres børn, når vi husker på, hvad førende forskere udtaler om sundhedsfarerne.

**Mobilsendemaster:** De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det ikke er helt sundt at bo tæt på en mast. Mange går rundt og føler sig utrygge eller med en indre fornemmelse af, at det er ikke er sundt. Mange mennesker får symptomer og helbredsproblemer, efter at en mast er sat op i nabolaget. Mange har fået stillet alle mulige psykiske diagnoser og ordineret piller af forskellig slags for at dulme symptomerne. Herudover er mange ejerboliger faldet væsentlig i pris, og mange vil med tiden blive direkte usælgelige, fordi ingen ønsker at bo ved siden af en mast, uanset om det er farligt eller ej.

## Det er dumt at køre over for rødt lys.

De fleste mennesker ved inderst inde godt, at det er direkte livstruende at køre over for rødt lys, da man ikke er herre over, hvad der kommer for grønt fra siderne.

Når man ikke bruger sin sunde fornuft, svarer det til **at køre over for det ene røde lys efter det andet**. Man overlader reelt ansvaret for sin sundhed og sikkerhed til andre mennesker eller instanser, der højst sandsynlig ikke er på vej i samme retning som dig eller arbejder med samme reelle motiver som dig.

### Er det sund fornuft at forbyde kosttilskud, vitaminpiller og mineraler?

Med regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet" kan det virke lidt "mystisk", at man ønsker at **forbyde danskerne at købe produkter og præparater, der forebygger helbredsproblemer og sygdom** – og dermed sparer staten for store udgifter til senere sygdomsbekæmpelse. Ingen er til dato død af at spise vitaminpiller.

"Ny forskning viser, at mineraler og vitaminer hjælper med at bekæmpe kræft, hjertesygdomme, alderdomstegn, m.m."  
Times Magazine, 6. april 1992

Hvordan går det mon til, at man ikke "piller" ved de direkte påviseligt sundhedsskadelige piller med et utal af bivirkninger eller ingen "lykke" virkning?

Hvad er det bagved liggende motiv eller skjulte agenda ved at forbyde noget, der forebygger?

### Er det sund fornuft at have produkter på markedet, der kan dræbe?

Det Nordiske Cochrane Institut på Rigshospitalet har udtalt, at det max. er 6% af al lægevidenskabelig forskning i Danmark, der er til at stole på – resten drejer sig om profithensyn og forfremmelser. Der dør ca. 6.000 mennesker om året på danske hospitaler, som direkte følge af medicinsk fejlbehandling.

Cigaretter kan slå direkte mennesker ihjel!

Cigaretter giver mennesker kræft!

Herudover bliver folk afhængige af nikotin "fix'et", og det står på cigaretpakkerne nu, at det er sundhedsskadeligt at ryge.

### **Hvordan går det til, at man kan acceptere at have en produkt på markedet, som man ved forårsager kræft og slår folk ihjel?**

Samtidig fylder rygning en stor del af regeringens helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet". Hvordan går det til, at man tillader et produkt, der er årsag til så mange kræfttilfælde og dødsfald, og så samtidig vil forbyde kosttilskud, vitaminpiller og mineraler, der aldrig nogensinde har slået nogen ihjel – *hvor er den sunde fornuft blevet af, eller hvad er det bagved liggende motiv eller skjulte agenda?*

Hvorfor sætter man afgifterne på cigaretter og alkohol ned, når det præcist er nogle af de områder, som fylder allermost i regeringens sundhedsprogram? Alkohol forbruget er efter afgiftsnedsættelsen steget, hvormed der bliver endnu større problemer og mere at forebygge. Samtidig er alkohol forbruget steget blandt børn og unge, hvilket burde få alle alarmklokker til at ringe.

Dette sammenholdt med de uskadelige kosttilskud, vitaminpiller og mineraler **virker fuldstændig vanvittigt og blottet for alle former for sund fornuft!**

I rigtig mange år fortiede man sundhedsfarerne ved rygning, og i dag er mange mennesker enten døde eller har fået kræft af at ryge. Rygning er en **boomerang**, det er kun et spørgsmål om tid og ens modstandskraft, om og hvornår man bliver syg eller dør af det.

### **Er det sund fornuft ikke at udvise største forsigtighed i omgangen med højteknologi?**

Elektrosmog fra højteknologien er eskaleret betydeligt siden slutningen af 1980'erne. Vi har oplevet denne kraftige stigning i teknologi i vore hjem og på vore arbejdspladser. I de sidste 30-40 år er elektrosmog (elektromagnetisk forurening) forøget min. 1 million gange, og alle disse frekvenser bringer uorden i vores hjerne og kroppens energisystem.

Tilgangen af nye teknologiske opfindelser og stigningen i stress er nærmest direkte proportionale.

Vores organisme behøver århundreder for at tilpasse sig forandringer i miljøet. Ny teknologi er meget besnærende og forførende, dog bør vi bruge vores sunde fornuft og udvise største forsigtighed, da ingen kender de sundhedsmæssige konsekvenser på lang sigt. På kort sigt ved vi af elektrosmoggen forringer menneskers sundhed og livskvalitet på en meget uheldig måde, og det tyder mere og mere på, at de fleste degenerative sygdomme og stress siden 2. verdenskrig skyldes stigende i elektriske apparater og den trådløse kommunikation, der benytter sig af pulserende mikrobølger. Hvad doktor Andrew Weil mener om elektrosmoggen:

**"Elektromagnetisk forurening (EMF) er måske den mest betydningsfulde kilde til forurening, som menneskeheden har skabt i de sidste hundrede år. Endnu mere farlig, fordi den er usynlig og umærkelig."**

**Det er grotesk og total uansvarligt uden glimt af SUND FORNUFT og stik imod budskabet i regeringens eget helhedsorienterede og forebyggende sundhedsprogram "Sund hele livet", når man kommer frem med, at der ingen sundhedsfarer er ved elektromagnetiske felter og mobiltelefonien. Der sker reelt det samme i hjernen ved rygning som ved brug af mobiltelefon – nemlig blod-hjerne barrieren åbnes, hvormed gifte der transporteres af proteiner kan**

trænge ind og beskadige hjernen.

**Det er mange gange værre end rygning!** Man er passiv rygning, når man er indenfor det felt, hvor røgen og rygeren er. Med højteknologiens udstråling af elektromagnetiske felter bliver alle mennesker ufrivilligt indfanget heraf. **Der foreligger nok dokumentation allerede til, at man helt eller delvist kunne forbyde mobiltelefonen,** og med erindring om, hvad professor Santini og Freiburg Appellen udtrykker, er det tankevækkende, at ansvaret fortsæt sendes videre som sorteper, når det nu en gang gælder, at sundhed er et fælles ansvar, og ingen alene kan løfte opgaven med en bedre sundhed.

## Det går "strålende" i Danmark eller gør det?

Det kommer an på, om man arbejder ud fra en sund fornuft eller ud fra en syg fornuft. Arbejder man ud fra den sunde fornuft, er man interesseret i at tage ansvar, handle konsekvent og bidrage på bedst mulig måde gennem at være på forkant og forebygge. Hellere forebygge ekstra end at tage sundhedsmæssige risici, fordi man ved, at det vender tilbage som en rigtig kold og ubehagelig oplevelse.

**"En krone anvendt på forebyggelse nu,  
sparer 10 kroner om 10 år."**

Læge Claus Hancke, 1999, citat er fra artiklen  
"Sundhedsvæsenets fremtid er en blind vej"

Arbejder man ud fra en syg fornuft, er man på meget farlig kurs, der fører Danmark og befolkningen direkte mod afgrunden. Det danske sundhedsbudget er i forvejen en "over oppustet ballon", der snart risikerer at eksplodere i endnu mere sygdom og elendighed. Det danske samfund har ikke råd til øgede udgifter til sygdomsbekæmpelse. Siden 1990 er udgifterne til medicin fordoblet. Stress og udbrændthed som følge af påvirkningerne fra højteknologien "eksploderer".

**"...hvis de nuværende sundhedsudgifter fortsætter deres eksplosive vækst, vil de om 25 år udgøre 25% af bruttonationalbudgettet..."**

Læge Claus Hancke, 1999

Lad os håbe at nogen begynder at bruge den sunde fornuft og tage ansvar, inden det er for sent. "Ingen kan alene løfte opgaven med en bedre sundhed.", skriver regeringen i sit sundhedsprogram, og det er fuldstændig rigtigt. Derfor er der kun at håbe, at nogle af de mere ansvarlige stopper op og lytter til deres egen sunde fornuft. Eller måske bliver nogle af dem snart selv syge af påvirkningerne, hvormed de selv vil mærke, hvad det vil sige. Ofte er smerte eller lidelse den bedste lærer.

Flertallet af de ansvarlige i Folketinget er højst sandsynlig allerede påvirket i mere eller mindre alvorlig grad. Der er en eskalerende stress på Christiansborg, og de benytter mobiltelefoner mere end gennemsnittet, har mobilsendemast på selve Christiansborg. Herudover foregår stort set al intern kommunikation via trådløse telefoner, og der er tale om, at der skal være trådløst Internet i Folketingssalen og højst sandsynlig på hele Christiansborg. Dette betyder reelt, at "borgen" på nuværende tidspunkt reelt er en stor elektromagnetisk "suppedas", som vil koge mere og mere for hver dag med stigende elektrosmog - for til sidst at brænde på eller ud.

## "Det er kun et spørgsmål om tid og den individuelle tilstand, om og hvornår vi bliver syge heraf"

Dr Lebrecht von Klitzing, medicinfysiker  
på det Medicinske Universitet i Lübeck

Det danske samfund bygger på, at vi alle solidarisk tager ansvar for os selv, hinanden og samfundet. Et demokratisk og sundt samfund bygges på sunde valg, beslutninger og sund fornuft.

Tendensen i det danske samfund er blevet mere og mere "Gestapo" agtig siden 2002. Det virker som om, at demokratiet har fået en helt anden betydning. Det er blevet populært at trække ting ned over hovedet på folk, og når folk modsætter sig eller protesterer, lukker man enten munden på dem, kører dem ud og parkerer dem på et sidespor eller trækker endnu **flere ting ned over hovedet på dem. Tale er sølv, og tavshed er guld – det er sund fornuft at lytte – tænk hvis man kan lære noget nyt!** Det virker som om, at man fuldstændig gør, som man har lyst til, og passer noget ikke ind i ens agenda, får man det til at passe ind gennem at fremstille diverse rapporter eller undersøgelser, der underbygger det budskab, man vil have frem. Er det en sund demokratisk proces eller sund fornuft?

Dette underbygges af, at det Nordiske Cochrane Institut på Rigshospitalet, der overvåger al lægevidenskabelig forskning i Danmark udtrykker, at 94% af al forskning er "Junk Science" – eller det som også benævnes "spøgelsesrapporter", der ofte har den hensigt at latterliggøre eller skabe et utroværdigt billede af seriøse, kompetente og uafhængige forskere.

Det er kun døde fisk, som svømmer med strømmen. I det forgangne år har døde fisk offentliggjort meget "skidtfisk" (læs: Junk Science), som benyttes til et slags "ophørsudsalg" af den danske folkesundhed. Det fascinerende er blot, at det bliver mere og mere transparent for hver gang nogen udtaler, at det ikke er sundhedsfarligt med strålingen eller påvirkningen fra mobiltelefoner eller mobilsendemaster. **Alle ved, at det drejer sig om magt og penge, ellers vil man ikke kæmpe på denne "reptil" frekvens** (kamp eller flugt).

Hvor blev den sunde fornuft af?

Hvorfor har det hele kunnet køre så meget af sporet siden min. 1988? Det har det ganske enkelt, fordi man har benyttet mange ord, som ikke har udmøntet sig i ansvarlig eller konsekvent handling, men derimod manifesteret sig i en uansvarlig og total omsluttende laden stå til. Hvad driver mennesker til at blive ved med at latterliggøre og modarbejde dem, der på troværdig vis fremkommer med facts og resultater, der dokumenter, at sundhedsfarerne er reelle og meget ildevarslende. **Tobaksindustrien blev dømt, fordi det kom frem, at man bevidst havde tilbageholdt informationer!**

Måske tør ingen virkelig at tage ansvaret omkring de elektromagnetiske felter og strålingen fra mobiltelefonien, fordi man derved begynder at rokke ved hele vores højteknologiske samfund. Det kan virkelig uoverskueligt og skræmmende at tænke på, at årsagen til de fleste degenerative sygdomme og stress siden 2. verdenskrig skyldes elektromagnetiske felter fra både lavfrekvente og højfrekvente påvirkninger. Det kan alle blive enige om.

Ved brug af sund fornuft er spørgsmålet blot, om det bliver bedre af fortsat at forbyde og fortie de reelle og meget veldokumenterede facts om sundhedsfarerne?

## At kæmpe og modarbejde kompetente og troværdige forskere over hele verden og uddele de "populære" mundkurve bekræfter, hvor sundhedsfarligt det er!

"Sundhed er et fælles ansvar", og vi skal alle vedkende os vores del af ansvaret og tage del i opgaverne. Hvad sker der, hvis ingen ønsker at vedkende sig ansvaret?

Har du børn eller børnebørn? Ønsker du dem en ordentlig og tryk opvækst med et sundt miljø?

**JA**, svaret er entydigt. Børn er fundamentet i fremtidens samfund, og vi ser på nuværende tidspunkt allerede nogle meget alvorlige symptomer, som indikerer, at noget er riv-ravruskende galt. På 6 år er antallet af børn på nervemedicin 3-doblet. Flere og flere halvstore børn indlægges på hospitaler med svære og alvorlige stress symptomer. Børn har i stigende grad indlærings- vanskeligheder og koncentrationsbesvær. Børn bliver mere urolige, ængstelige og hyperaktive. Alle er indikationer af, at noget er ude af balance, da det ikke er meningen, at børn skal have det sådan.

Hvordan kan det mon være, at man hellere bruger en masse krudt på at forsikre befolkningen om, at der ingen sundhedsfarer er forbundet hermed, når man reelt har kendt til de alvorlige sundhedsmæssige konsekvenser i min. 20 år?

Angst og depression opstår i stigende grad, når man presser folk eller trykker noget ned over hovedet på folk, hvormed de føler, at de mister meningen og formålet med livet. Depression betyder nedtrykthed – og mange mennesker beskriver den stigende elektrosmog som en tung dyne eller et låg, der trykker dem ned. Depression opstår, når man mister retning i livet. Flere og flere fugle er begyndt at miste orienteringsevnen pga. at de stigende kunstige elektromagnetiske felter i luften. **Er der grund til at tro, at menneskers orienteringsevne ikke påvirkes af de selv samme kunstige elektromagnetiske felter?**  $2+2 = 4$  og ikke 5, som mange prøver at manipulere andre til at tro. Alt andet end 4 er en illusion.

**"Når man VED, at noget er meget sundhedsskadeligt - og man ikke fortæller det videre, bliver man mere SKYLDIG!"**

Undertegnede ønsker at bidrage til at skabe et sundt samfund – derfor dette **opråb om at tage ansvar**, fordi sundhed er et fælles ansvar. Ingen kan eller skal løfte ansvaret eller opgaven alene, og derfor opfordres du og andre mennesker til at stoppe op og **bruge Jeres sunde fornuft**.

Såfremt Danmark skal udvikle sig til at blive et sundt land med sunde borgere, kræver det, at vi alle begynder at tage mere ansvar og ikke blot tale herom. Vi skal handle konsekvent og bidrage på bedst mulig måde. Vi skal stoppe med at kæmpe mod hinanden eller bekæmpe sygdom – vi skal derimod arbejde ud fra sund fornuft og forebygge.

"Glæden ved at tilgive er sødere end glæden ved hævn"  
Koranen

Med ønske om en bedre folkesundhed og et sundere miljø for alle.



Oprigtig energi  
Morten Julius Bøgh  
Energiforsker og **ansvarligt menneske**

Den 6. september 2004



Besøg nedenstående website og download gratis rapporten "Sundhed kræver bevidsthedsskift", se videoklipet "Den oversete faktor", lyt til lyden du ikke kan skrue ned for, læs uddrag fra bogen "The Invisible Disease", læs Freiburg Appellen og find yderligere inspiration og oplysninger om, hvordan du styrker din sundhed, forebygger og beskytter dig mod elektrosmog.

[www.alterenergi.dk](http://www.alterenergi.dk)

"The fact that we are not able to observe it doesn't mean it doesn't exist, rather than human perception is severely limited." Guiliana Conforto, Fysiker