

Das Geheimnis eines langen und gesunden Lebens

Guten Tag, mein Name ist Dr. Jackson Stockwell. Ich moderiere zwei Radiosendungen pro Woche, bin Arzt und leite eine Klinik in Salt Lake City, Utah, USA. Heute werde ich über eines meiner größten Forschungsergebnisse zum Thema Gesundheit und Therapie berichten. Meine Botschaft an Sie muss weiter getragen werden. Von Stadt zu Stadt, von Land zu Land. Sie ist schon zu lange überfällig. In erster Linie möchte ich Ihnen zeigen, wie Sie Ihr Leben krankheitsfrei und frei von Schmerzen führen können.

Es handelt sich hier nicht um vage Ideen eines entdeckungsfreudigen Pioniers und auch nicht um ein esoterisch angehauchtes Konzept zur Bewußtseinskontrolle. Es handelt sich um ein Grundlagenkonzept, das Ihnen helfen soll, plötzlich auftretende Krankheitsattacken zu überstehen. Hören Sie gut zu, Sie könnten Ihr eigener Lebensretter werden.

Als ich vor ca. 30 Jahren mit meiner Arbeit begann, war meine Überzeugung, dass Ärzte so gut wie alles bewirken können. Es gibt gegen jede Krankheit das richtige Medikament bzw. die Möglichkeit eines operativen Eingriffs, so dass im Prinzip niemand sterben muss.

Wie naiv ich doch war! Denn bald schon lernte ich, dass dies nicht der Wahrheit entspricht.

Im Gegenteil. Ich musste mir eingestehen, dass häufig erst der Gang zum Arzt das Risiko krank zu werden erhöhte. Ich kam zu dem Schluss, dass unter bestimmten Umständen kein noch so fähiger Arzt helfen kann, sondern wir nur die Möglichkeit haben, die Kräfte zu mobilisieren, die unserem Körper eigen sind.

Am Beginn unseres Lebens steht die Bildung eines Nervensystems. Am achten Tag unserer Existenz setzt die Zellteilung ein. Es entwickeln sich Rückenmark und Stammhirn. Von diesem Zentrum aus werden im Laufe unseres Lebens wichtige Nervenbahnen zu unseren Organen geleitet. Wir selbst sind unser Nervensystem. Und wenn unser Nervensystem einwandfrei arbeitet funktioniert auch unser Körper einwandfrei. Das heißt, wir werden nicht krank.

Es ist die von Natur aus gegebene Aufgabe unseres Nervensystems, ein Höchstmaß an Wohlbefinden für uns zu bewirken und diesen guten Befindlichkeitsgrad zu bewahren. Zur Erfüllung dieser Aufgabe benötigt es Hilfe. Und genau das ist meine Aufgabe. Erkrankte Nervensysteme wieder in ihren natürlichen Zustand zu bringen. Ich zeige meinen Patienten, was sie ihrem Nervensystem an Nahrung geben müssen, um sich vor weiteren Krankheiten und Schmerzen zu schützen.

Der menschliche Körper arbeitet zu 90% nach einem einfachen Plan. Einige von Ihnen erinnern sich vielleicht an ein Experiment, das vor einigen Jahren in Arizona durchgeführt wurde. Und zwar in einem geschlossenen Raum, einer so genannten Biosphäre.

An diesem Experiment waren drei Paare beteiligt. Sie lebten zwei Jahre lang innerhalb dieser Biosphäre. Während dieser Zeit ernährten sich die Paare ausschließlich aus den Erträgen, die aus den nährstoffreichen Böden der Biosphäre stammten. Ihre Luft zum Atmen wurde gefiltert. Nach Ablauf der zwei Jahre mussten sie sich einer Reihe von medizinischen Tests unterziehen. Medizinische Computer wurden mit den Daten ihrer Blut- und Gewebeproben gefüttert. Das Ergebnis des

Tests war, dass die drei Paare, würden sie fortan weiterhin in der Biosphäre leben, eine Lebenserwartung von 160 Jahren und mehr hätten.

Wir lesen öfter in der Zeitung über Leute, die **mehr als 100 Jahre alt** geworden sind und sich bis zu ihrem Tode in einem guten gesundheitlichen Zustand befanden.

Uns sind auf der Erde mindestens fünf Kulturen bekannt, in denen Menschen eine Lebensdauer von 100 bis 120 Jahren haben. Sie sind rassisch, geographisch oder kulturell betrachtet sehr unterschiedlich. Dazu gehören die Russen Georgiens, die Einwohner Aserbeidschans, die Armenier und das Volk am nördlichen Ural. Sie alle werden weit mehr als 100 Jahre alt und die Männer sind auch nach ihrem 100. Lebensjahr noch voll zeugungsfähig.

Weitere Gruppen sind ein kleines Volk im Osten von Pakistan und eine Gruppe in Westtibet. Darüber hinaus sind uns zwei Gruppen aus Südamerika bekannt.

Alle scheinen außer Langlebigkeit nichts gemeinsam zu haben. Und doch sind sie sich in einem Punkt gleich. Sie wurden aus unterschiedlichen religiösen Gründen von mächtigen Teilen der Gesellschaft ins Exil verbannt und auch hier liegen ihre Gemeinsamkeiten.

Jedes einzelne dieser Völker lebt abgelegen jeglicher Zivilisation weit oben in den Bergen. Sie leben nahe der Baumgrenze in dünner und sehr trockener Luft. Es regnet wenig. Die Luft, die sie atmen, weist nur einen Bruchteil des Verschmutzungsgrades unserer eigenen auf. Ihr Wasser bekommen sie von schmelzenden Gletschern. Da das Klima äußerst trocken ist, sind sie gezwungen ihre Felder zu bewässern. Ihr Trinkwasser, so wie das Wasser zum Bewässern ihrer Felder ist Gletscherwasser. Jeder von uns weiß, was ein Gletscherrutsch ist. Bei einem Rutsch bewegt sich der Gletscher ca. 10 Zentimeter pro Jahr und zermahlt dabei das Gestein unter sich. In den wärmeren Jahreszeiten, wenn der Gletscher bis zum Gestein schmilzt, führt das Gletscherwasser das gemahlene Felsgestein mit sich und so gelangt es auf die Äcker der dort ansässigen Bauern. Und natürlich benutzen die Bewohner dieses Wasser auch als Trinkwasser. Es hat eine weiße über gelbe bis blau-weiße Färbung und erscheint uns wie Milch. Es wird auch übrigens Gletschermilch genannt. Es beinhaltet ca. 35 bis 45% festen Kraps. Das sind Bodenbestandteile. Diese Bodenbestandteile lagern sich im Körper dieser Menschen ein. Sie finden sich im Ackerboden, der so eine ständige Erneuerung mit Mineralien erfährt. Die Menschen, die dort oben in den Bergen leben, haben alle notwendigen Nahrungsmittelzusätze von denen wir nur träumen können.

Ich habe früher schon erwähnt, dass ich meinen Patienten nach Instandsetzung ihres Nervensystems eine bestimmte Nervennahrung verordne. Ich gebe ihnen genau das Gleiche, das all die vorhin beschriebenen Kulturen zu sich nehmen: **Mineralien**. Sie bilden den Grundstein des Lebens.

Aus was glauben Sie im Wesentlichen zu bestehen? Aus was bestehen Sie neben Haar und Haut, neben Muskeln, Knochen, Sehnen, Bindegewebe und Organen? Was sind wir, wenn wir all das beiseite lassen? Ich sage Ihnen was wir sind: Erde, Dreck und Wasser. Wir bestehen zu 65% aus Wasser, zu 35% aus Mineralien. Es ist in der Tat Erde, zusammen gesetzt aus Mineralien und kleinsten Felsbestandteilen. Mineralien bilden physisch gesehen die Basiselemente, die wir vom Periodensystem aus der Chemiestunde kennen. Diese Elemente müssen in unserem Körper ständig erneuert werden. Jeder, der aus allen Poren schwitzt, verliert Unmengen an Mineralien.

Unter diesen körpereigenen Mineralien darf man sich keine in unserem Körper befindlichen Miniaturfelsstückchen vorstellen. Sie bilden unser Körpergewebe. Unsere Knochen z.B. sind eine Zusammensetzung aus Calcium und Phosphor. In der Tat ist von allen Mineralien Calcium in unserem Körper am häufigsten vertreten. Bei einem Calciummangel können eine ganze Reihe gesundheitlicher Probleme auf uns zukommen. Hat jemand von Ihnen Probleme mit der Lendenwirbelsäule? Wie viele von Ihnen haben schon gehört, Sie hätten Nierensteine, weil Sie zuviel Milch trinken oder zuviel Käse essen? Solche Aussagen sind schlichtweg falsch. Sie bekommen niemals Nierensteine weil Ihr Körper ein zuviel an Calcium aufweist, sondern im Gegenteil, weil es ihm an Calcium mangelt. Wenn Sie einen akuten Calciummangel haben, verfällt ihr Körper in einen Zustand lokalisierter oder universeller Osteoporose, d.h. Sie sind bedroht durch eine Verminderung von Knochengewebe. In solch einem Zustand beginnt der Körper den noch vorhandenen Vorrat an Calcium umzulagern, d.h. Calcium auf zu spüren, um die notwendigen Funktionen aufrecht zu erhalten.

Ich werde Ihnen sagen, warum Sie Nierensteine bekommen. Weil Ihre Niere der Ort ist, an dem Ihr Körper Calcium aus dem Blut resorbiert kurz bevor es mit dem Urin aus dem Körper ausgeschieden wird. Ihre Niere leistet unglaubliches. Sie filtert nicht nur den Harnstoff aus dem Blut, sondern sie resorbiert zusätzlich Mineralien bevor sie unseren Organismus verlassen. Wenn unser Körper von Osteoporose bedroht ist, hält die Niere so viel Calcium zurück wie sie kann. So kommt es zur Bildung von Steinchen, noch bevor das in der Niere angesammelte Calcium an den gesamten Körper weiter gegeben werden kann. Dieser Vorgang endet, sobald kein Calciummangel mehr besteht.

**Ein Calciummangel kann zu folgenden Krankheiten führen:
Osteoporose, Schlaflosigkeit, Herzprobleme, Bluthochdruck, Parodontose,
Muskelzucken, Nervosität.**

Ich möchte behaupten, dass jeder von Ihnen, der nicht irgendein Nahrungsergänzungsmittel zu sich nimmt an Calciummangel leidet.

Ist Ihnen bekannt, wie viel Geld jedes Jahr zum Auskurieren von Krankheiten ausgegeben wird? Ich beziehe mich lediglich auf Krankheiten, die überhaupt nicht auftreten müssten, nähme man jeden Tag eine geringe Menge Calcium zu sich. Diese unnötigen Ausgaben laufen nicht unbedingt über Ihre Krankenversicherungsprämie. Aber über Ihre Steuergelder, die zur Erhaltung des Gesundheitssystems aufgebracht werden müssen. Für wen ist es da? Für die Älteren in unserer Gesellschaft, denn diese leiden am meisten unter einem Mangel an Mineralien. Warum? Weil sie bereits in ihrem Leben den längsten Weg ohne geeignete Nahrungsergänzungen zurück gelegt haben.

Reden Sie sich bitte nicht ein, hochwertige Nahrungsmittel aus Ihrem Lebensmittelgeschäft zu beziehen. Sie können jeden Tag in den besten Nahrungsmittelabteilungen der besten Lebensmittelgeschäfte einkaufen und dennoch mangels Mineralien verhungern. Warum ist das so? Weil die Nahrungsmittel, die auf unseren Böden wachsen, keinen Nährwert mehr besitzen.

Vor über 60 Jahren veröffentlichte das Landwirtschaftsministerium der USA das Regierungsdokument 264. Dieses Dokument stellte eindeutig fest, dass 99% der amerikanischen Bevölkerung nicht die Mineralien zu sich nehmen, die sie benötigen. Es führt ebenso auf, dass Ackerboden und Weideland auf 15% des Wertes an Mineralien gesunken ist, den sie noch 100 Jahre zuvor hatte. Wenn dies für 1936

stimmte, um wie viel schlimmer ist es heutzutage? Was geschieht mit unserem Körper, wenn wir ihm nicht Mineralien zuführen, die er benötigt? Ich habe gerade die Auswirkungen von Calciumdefiziten aufgeführt.

Wie steht es mit Geburtsfehlern? Sie können auf Zinkmangel zurück gehen. Zink ist schon für den werdenden Menschen ein sehr wichtiges Mineral.

Ein **Mangel an Zink** kann **bei dem Kind im Mutterleib** zu folgenden Schäden führen:

Mongolismus, Lippenspalte, Gaumenspalte, Hirndefekte, Schlitzaugen, mit Verwachsungen versehene Gelenke, Füße mit Schwimmzehen und Wirbelsäulenspaltung.

Wenn Zink schon für ein Baby so wichtig ist, wie wichtig ist es dann erst für einen **Erwachsenen?**

Ein Zinkmangel kann hier folgendes auslösen:

abnorme Essgelüste, Verlust von Geruchs- und Geschmackssinn, Unfruchtbarkeit, schlechte Wundheilung, Dysfunktion des Immunsystems, geringes Wachstum, hohe Kindersterblichkeitsrate, verzögerte weibliche Reifung, Blutarmut, Haarausfall, Kraushaar, Diarrhöe, Wahnzustand, Depressionen, orale und periorale Dermatitis, akuter Gewichtsverlust, gutartige Prostatavergrößerungen, Magersucht, Bulimie, hormonale Unterfunktion der Keimdrüsen - reicht das?

Unser Körper braucht Zink.

Unser Organismus braucht täglich folgende Nährstoffe: 60 Mineralien, 15 Vitamine, 12 wesentliche Aminosäuren und 3 wesentliche Fettsäuren. Das macht zusammen 90 Nahrungsnotwendigkeiten.

Ich mache hier keine Vorschläge. Ich spreche hier von unbedingt zwingenden Notwendigkeiten. Ungefähr 10 Krankheitszustände gehen auf den Mangel an jeweils einem der oben aufgeführten 90 Nährstoffe zurück. Dies bedeutet, dass 900 Krankheiten umgangen werden könnten, wenn wir unseren Organismus in die Lage versetzten, sich selbst zu wehren. Denken Sie einmal daran, was dies für unsere Kinder bedeuten könnte. Sie würden vollkommen anders als wir heran wachsen. Wie gesund und intelligent sie sein könnten, wären sie jeden Tag mit all den 90 Nährstoffen versorgt, die unser Körper braucht. Wie würde sich die Welt verändern, wenn sich allmählich eine Krankheit nach der anderen in Nichts auflöste.

Wie entstehen Krankheiten? Werden sie wirklich von Viren oder Bakterien ausgelöst, oder gehen sie auf geschwächtes menschliches Gewebe zurück?

Leiden wir an einem akuten **Nährstoffmangel**, so kann unser Organismus nicht ordnungsgemäß funktionieren. Er ist geschwächt. Und in diesem Zustand Nahrung bzw. Angriffsfläche für Viren und Bakterien.

Ein Abstrich im Rachenraum würde bei jedem von Ihnen die Existenz von Streptobazillen bzw. Streptokokken als natürliche Bewohner der Schleimhaut nachweisen. Dennoch haben wahrscheinlich die wenigsten von Ihnen eine Rachenentzündung. Warum? Die Antwort liegt auf der Hand. Weil die körpereigene Abwehr in den meisten Fällen stärker ist als die Vermehrungskraft des Streptobazillus und das Körpergewebe noch zu intakt ist, um einen geeigneten Nährboden für ihn zu bieten.

Viren und Bakterien greifen niemals erfolgreich gesundes Gewebe an! Haben es nie getan und werden es nie tun. Sie vermehren sich nur in erkranktem Gewebe. Sie

sind die kleinsten natürlichen Aasfresser. Ihre Nahrung ist ausschließlich nicht gesundes Gewebe.

Die Mediziner Pasteur und Bernard haben im vorigen Jahrhundert einen lange unentschiedenen Streit ausgefochten. Es ging um die Frage, was den größeren Einfluss auf den Krankheitsverlauf habe: Saat oder Boden, Keim oder Gewebe. Pasteur war davon überzeugt, Keime seien als Krankheitsauslöser anzusehen. Bernard meinte, dafür sei krankes Gewebe verantwortlich. Der Streit der Mediziner zog sich über Jahre hin. Und erst auf dem Sterbebett räumte Pasteur ein, dass Bernard recht habe. Wie kam er zu diesem Schluss?

Er hat herausgefunden, dass Menschen aus den alten Regionen, die weit oben in den Bergen lebten und so das nährstoffreiche Wasser als Trinkwasser benutzten, womit sie auch ihre Äcker bewässerten, einen äußerst guten Gesundheitszustand hatten. Hingegen wurden diejenigen, die tiefer gelegene Felder bewirtschafteten und deren Äcker und Weideland einen kaum nennenswerten Mineralstoffgehalt beinhalten, ständig von Krankheiten heim gesucht.

Er machte auch ebenso die Erfahrung, dass Bauern, deren Äcker im Tal regelmäßig überschwemmt wurden, noch relativ gesund waren. Wurden die Äcker überflutet, so wurde der Boden gleichzeitig mit den Nährstoffen angereichert, die ihm verloren gegangen waren. Ein Grund dafür, dass Weizen aus Ägypten schon im Altertum den Ruf hatte, der beste zu sein. Man baute ihn vor allem im Nildelta an. Ackerland, das damals vor dem Bau des Assuan-Staudamms ständig überschwemmt war.

Mit der Bodenbeschaffenheit hängt auch die große Abwanderung der amerikanischen Bevölkerung Richtung Westen zusammen. Die Menschen orientierten sich nicht nach Westen im Zuge einer allgemeinen Expansionswelle, sondern weil ihr Ackerland in 7 bis 10 Jahren verbraucht war. Und Mutter und Vater langsam wieder Schwindsucht bekamen. So wurde zu der Zeit Tuberkulose genannt. Die Kinder hatten regelmäßig Lungenentzündung und Hautprobleme. Die Mütter wurden von Kindern mit Geburtsschäden entbunden. Geschah dies, wusste man, es war an der Zeit weiter zu ziehen, um sich mineralhaltiges Ackerland zu suchen.

Kinder mit Geburtsschäden sind heutzutage kaum noch zu zählen. Die WHO hat vor einigen Jahren eine Studie über die 33 höchst industrialisierten Nationen der Welt durchgeführt. Und das hinsichtlich mehrerer Gesundheitskategorien. Was die Lebensdauer angeht, belegen die USA Rang 17. In 16 Nationen leben die Menschen demnach länger als in den USA. Bezüglich der Überlebensrate von Kindern im ersten Lebensjahr stehen die USA an 23. Stelle. 22 Länder ermöglichen ihren Neugeborenen bessere Chancen das erste Jahr zu überstehen, als die USA.

Was nun Gewebeerkrankungen angeht so belegen die Vereinigten Staaten den allerletzten Rang. Warum ist dies so? Weil die Amerikaner ein besonders hohes Defizit an Mineralien haben.

Schon vor Jahren hat das Ministerium für Ackerbau und Viehwirtschaft Farmern den Rat gegeben, ihr Schlachtvieh von vornherein gegen Krankheiten wie Alzheimer, rheumatische Arthritis, Diabetes, Verschluss der Herzkranzgefäße und Herzmuskelerkrankungen versichern zu lassen, um nicht in kurzer Zeit vor dem Ruin zu stehen. Vor etwa 50 Jahren begannen viele Farmer zu begreifen, dass Mineralzusätze im Tierfutter ihre Tiere vor Krankheiten bewahren. Bis zu dem Zeitpunkt sah man allorts Schafe mit solchen Gedächtnisproblemen, dass sie zu fressen vergaßen. Von Diabetes geplagte Pferde, die ins Koma fielen und starben, Schweine mit so ausgeprägter Osteoporose, dass ihre Hinterläufe während der Begattungsprozedur in zwei Hälften zerbrachen. Das war an der Tagesordnung.

Später lernten die Rancher ihr Vieh so gut wie krankheitsfrei aufzuziehen. Sie reicherten das Viehfutter mit Vitaminen und Mineralien an. Kennen Sie die Anzahl der Kinder, die in den USA mit Geburtsschäden zur Welt kommen. Das Verhältnis ist 1 zu 5.000. Beim Vieh ist das Verhältnis 1 zu 500.000, also 100mal kleiner. Der Grund ist folgender: Das Hundefutter, das z.B. von der Hills Company hergestellt wird, ist mit 40 Mineralien versetzt. Das Futter für Labortiere enthält in der Regel bis zu 28 Mineralstoffzusätze. Nun gehen Sie doch mal in ein Geschäft in Ihrer Nachbarschaft und lesen Sie sich die Inhaltsstoffe auf einer Dose mit Babynahrung durch. Sie werden nicht eine einzige Dose finden, auf der mehr als 12 Mineralien aufgelistet sind. Das ist mehr als Besorgnis erregend.

Wann haben Sie das letzte Mal einen kranken Hund gesehen? Um ein krankes Kind zu sehen, müssen Sie sich nur einmal während der Pause auf einem Schulhof umsehen. Sie finden die ganze Bandbreite. Kinder die husten, keuchen, schniefen, schreien. Schon lange vor dem Erwachsen werden sind sie prädestiniert für Krankheit und Degeneration. Manche der Kinder mögen äußerlich gesund aussehen. Sie tragen oft andere Probleme in sich, haben Konzentrationsstörungen oder sind hyperaktiv oder sind beides. Wenn wir daran denken, unseren Kindern durch geeignete Nahrungsergänzungen eine gesündere Zukunft zu bieten, dürfen wir auch nicht vergessen, unsere werdenden Mütter ausreichend mit Vitaminen und Mineralien zu versorgen.

Ich habe zur Zeit eine schwangere Patientin mit cephalen Infekt. Ich bat sie, mir beim nächsten Besuch das Präparat zu zeigen, das sie auf Anraten ihres Geburtshelfers als pränatale Vorsorge nimmt. Es beinhaltete 4 Mineralien und, um der Lächerlichkeit die Krone auf zu setzen, war auf einer Packungsseite zu lesen: Dieses Präparat erhalten Sie ausschließlich auf Rezept. Ich machte ihr klar, dass ihr Verhalten leichtsinnig sei und auch für ihr Baby gefährlich werden könnte.

Zum Thema Ernährung während der Schwangerschaft soll ihr der Gynäkologe den Rat gegeben haben, nur immer möglichst viel Gemüse zu essen. Wären alle unsere medizinischen Fachkräfte so ignorant, würde die Anzahl der Kinder mit Geburtsfehlern noch mehr steigen.

Ich habe es abgelehnt eine Patientin zu behandeln, die sich dagegen sträubte, ihre Nahrung mit Mineralien anzureichern. Ich möchte nicht und ich werde nicht verantwortlich sein für das, was mit dieser Patientin geschieht.

Wissen Sie, warum die meisten Kinder, die krank zur Welt kommen, Kinder von Spätgebärenden sind oder von Müttern, die bereits mehrere Kinder zur Welt gebracht haben?

Die Erklärung ist, dass der Körper zum Zeitpunkt der letzten Geburt bereits ein extrem hohes Defizit an Mineralien und Vitaminen aufwies. Sie konnten ihrem letzten Kind keine guten Startchancen bieten. Es hatte von Anfang an nicht die Nährstoffe, die es gebraucht hätte.

Wenn Ihnen Ihr Arzt beim nächsten Besuch sagt, dass Vitamine und Mineralien als Nahrungsergänzungen nicht so wichtig sind, fragen sie ihn dann mal, warum er diese Schwangeren verschreibt und geben Sie ihm den Rat, Farmern und Ranchern zu erzählen, Vitamine hätten keinen Stellenwert. Er soll dann abwarten, was diese dazu sagen.

Empfinden Sie von Zeit zu Zeit extrem ausgeprägte Nahrungsgelüste? Haben Sie schon einmal eine Schwangere erlebt, die mitten in der Nacht aufwacht und völlig

verrückt nach Gurken, Paprika, Pistazien, Eis, usw. ist? Wenn Sie das schon einmal von Ihrer Ehefrau gehört haben, so hat in Wirklichkeit das Unterbewusstsein Ihrer Frau zu Ihnen gesprochen. Es hat sich in diesem Fall verselbständigt und aufgezeigt, dass der Körper der Schwangeren an einem akuten Nährstoffmangel leidet. Ihre Frau wurde von ihrem Innersten gezwungen, sich die Nährstoffe zu beschaffen, die sie zu diesem Zeitpunkt benötigte.

Wir alle besitzen System regulierende Kräfte. Eine Art Streitmacht, die uns im günstigsten Fall schützt. Ist dieses System gestört, so treten Fehler auf, die sich an uns oder unseren Babys manifestieren. Man muss nicht unbedingt schwanger sein, um Nahrungsgelüste zu haben. Verspürt jemand von Ihnen Hunger nach Schokolade, Zucker, Koffein, Alkohol oder sogar nach Erde? Wenn ja, dann leiden Sie unter dem sogenannten Picard-Syndrom.

Das sind abnorme Essgelüste, die verstärkt bei Schwangeren aber auch bei psychisch kranken Menschen auftreten. Der Fall ist der gleiche, wie bei einer schwangeren Frau. Ihr Unterbewusstsein signalisiert Ihnen: MANGEL und drängt Sie zum Ausgleich dieses Mangels. So wird das eine oder andere Nahrungsmittel ungebremst verschlungen.

Leider kann Ihr Unterbewusstsein nicht in Worten mit Ihnen kommunizieren. Es sendet Ihnen Signale über Gefühle aus und zwingt Sie so dazu, Ihren Nährstoffmangel auszugleichen. Durch Alkohol, Koffein, weißen Zucker oder Schokolade werden Ihrem Körper noch mehr Nährstoffe entzogen. Das gerade ist die heimtückische Wirkung von Alkohol oder Nikotin. Sie entziehen Ihrem Körper Mineralien und treiben Sie im gleichen Atemzug dazu noch mehr zu trinken und noch schneller zur nächsten Zigarette zu greifen.

Wie bin ich zu dieser Erkenntnis gekommen? Ich habe eine große Anzahl von Patienten, die sowohl trinken als auch rauchen und sich dennoch bester Gesundheit erfreuen. Der Grund dafür ist, dass diese Patienten sich schon seit Jahrzehnten ihre Nahrung mit Vitaminen und Mineralien anreichern, um gesund zu bleiben.

Dies soll aber bitte kein Freibrief für Raucher und Alkoholiker sein. Ich möchte damit nur sagen, dass die Haupt-Todesursachen bei Rauchern und Alkoholikern nicht die Zigarette und nicht das Glas Bier waren, sondern dass Nikotin und Alkohol den natürlichen Nährstoffhaushalt stören. Menschen, die rauchen oder Alkohol trinken sind um ein vielfaches anfälliger für Krankheiten als andere.

Wie viele von Ihnen haben Übergewicht? Wissen Sie, warum Sie nicht aufhören können, Nahrungsmittel in sich hinein zu stopfen? Wieder ist Ihr Unterbewusstsein im Spiel. Es nötigt Sie, einen bestimmten Mineralmangel zu regulieren. Sie stopfen also alles Mögliche in sich hinein und sind doch einige Stunden später gleich wieder hungrig. Denn Ihr eigentlicher Hunger sitzt tief in Ihnen. Er lässt sich nur über Einnahme aller 60 Mineralien stillen, die Ihr Körper täglich braucht. Aus diesem Grund haben Diäten auch keinen Erfolg. Nicht eine einzige Diät bewirkt letztendlich anderes als eine weitere Gewichtszunahme. Nehmen wir einen meiner Patienten, der vor kurzer Zeit an Krebs gestorben ist - **Linus Pauling**. Er hatte fortwährend gepredigt, wie wichtig Vitamin C sei um uns vor Krebs zu schützen. Nun ja, er ist dennoch an Krebs gestorben, aber das mit 93. Er hat immerhin 20 Jahre länger als die meisten seiner männlichen Zeitgenossen gelebt und sogar 35 Jahre länger als ein Arzt im Durchschnitt. Er hatte bestimmt nicht ganz unrecht. Doch zur Vorbeugung von Krebs reichen Vitamin-C-Gaben alleine nicht aus.

In mehreren Forschungsstudien hat eine unserer bekanntesten Universitäten auf den evidenten Zusammenhang zwischen der Ergänzung unserer Nahrung mit Selen und

der Entwicklung von Cardio-Myopathien hingewiesen. Wie wichtig ist dieses Mineral für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden?

Selenmangel kann der Auslöser folgender Gesundheitsbeeinträchtigungen sein:

verminderte Aktivität der roten Blutkörperchen, konstante Müdigkeit, Muskelschwäche, Muskelschmerzen, Muskelschwund, Wirbelsäulenverkrümmung, Multiple Sklerose, Herzklopfen, unregelmäßiger Herzschlag, Leberzerrhose, Entzündungen der Bauchspeicheldrüse, Parkinson, Alzheimer, Unfruchtbarkeit, geringes Geburtsgewicht, hohe Kindersterblichkeitsrate, plötzlicher Kindstod, sekundäre Anämie. Sie sehen welche Auswirkungen allein der Mangel an einem Spurenelement haben kann.

Wussten Sie, dass es in den USA nur 24 medizinische Fakultäten gibt, die Ernährung als Fach anbieten? Und selbst dort wird es nicht einmal als Nebenfach gefordert. Würde man anfangen, nach dem Grund der Erkrankungen zu forschen anstatt zu versuchen, die Krankheit auf irgendeine Weise zu kontrollieren, würde man in der medizinischen Versorgung vollkommen neue Wege gehen und zu gänzlich anderen Resultaten gelangen.

Erstmals wurde in den USA im vergangenen Jahr mehr Geld für Behandlungen jenseits der traditionellen Schulmedizin ausgegeben als für Allgemeinmedizin oder Krankenhäuser. Ein Grund dafür ist, dass Medikamente nicht wirklich helfen. Sie bekämpfen nicht die Krankheit selbst, sondern nur deren Symptome. Dies wird immer mehr Menschen bewusst. In einer September Ausgabe von Reader's Digest aus dem Jahr 1993 war ein Artikel zu lesen mit dem Titel: "Können Sie einem Arzt trauen?" Für eine eher gemäßigte und stets menschenfreundliche Zeitschrift ein überaus erstaunlicher Titel.

In dem Artikel wurde das Problem der bei manchen Medizinern üblichen "Eigenüberweisung" angesprochen. So würden manche Ärzte ihre Patienten zu Spezialuntersuchungen - oftmals völlig unnötig - an bestimmte Labors überweisen, an denen sie einen Anteil haben, oder die ihnen zum Teil sogar gehören.

Machte man derartige Aktivitäten in anderen Berufssparten publik, würde dieses Verhalten gerichtlich geahndet und die Täter verbrächten ihre Zeit hinter Gittern. Warum geschehen solche Dinge? Warum geben Ärzte die neuesten Forschungsergebnisse über Ernährung nicht an ihre Patienten weiter? Sie haben dafür den gleichen Grund wie die pharmazeutische Industrie, die sorgfältig darauf bedacht ist, ihre eigene Goldmine zu schützen. Da werden chemische Pülverchen, die 50 Cents wert sind in Fläschchen für 75 Dollar verkauft.

Geld ist der Lebenssaft unserer westlichen Kultur. Jeder ist nur am eigenen Profit interessiert, oft genug auf Kosten Unschuldiger. Warum wohl startet das Fernsehen eine regelrechte Wiederbelebung mit Shows und Ärztesendungen mit medizinischen Themen? Man möchte den verlorenen Patienten zurückholen, der in den letzten Jahren einen unkonventionellen Weg gegangen ist, um seine Gesundheit wieder zu erlangen.

Bitte verstehen Sie mich jetzt nicht falsch. Auch die traditionelle Schulmedizin hat ihren Platz. Gute Intensivstationen mit der besten Ausrüstung und dem besten Personal retten Menschenleben. Doch sobald Sie von der Intensivstation auf eine andere Station verlegt werden und Sie auf "Fachpersonal" treffen, das nach dem Grundsatz verfährt, keine Vitamine, keine Mineralstoffe, ausschließlich Medikamente, dann tun Sie gut daran, Ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen.

In einem Artikel der Denver Post vom 15.03.1993 wird der Einsatz von Beta Carotin, Selen und Vitamin E in der Krebstherapie gepriesen. Wie kamen die Forscher zu diesem Ergebnis? Sie führten ihre Versuche in der Hinong Provinz in China durch, die eine auffällig hohe Rate an Magenkrebspatienten hat. Über 5 Jahre lang verabreichten sie einer kontrollierten Anzahl von ca. 29.000 Menschen unterschiedliche Dosen verschiedener Nahrungsmittelergänzungen. Die Studie belegt, dass die Bewohner der Hinong Provinz, nähmen sie regelmäßig Beta Carotin, Selen und Vitamin E, ihre Disposition zu Magenkrebs erheblich verringern würden. Dabei weiß jeder, der schon einmal das Fach Ernährung belegt hat, das Beta Carotin, Selen und Vitamin E die wichtigsten Antioxydantien sind und das Krebs nur in Sauerstoffträgergewebe wächst. Wenn man die freien Radikale im Organismus vermindert und das Gewebe mit genug reinem Sauerstoff versorgt, hat Krebs keine Chance.

Als George Bush vor vielen Jahren während seiner Präsidentschaft erklärte, er habe Krebs, ging ein Ruck durch den gesamten Kongress. Zusammen mit dem Präsidenten erklärte man sich zum Kampf bereit.

Heute liegt der Grad an Krebserkrankungen um 18% höher. Jede 8. Frau läuft Gefahr an Brustkrebs zu erkranken. Doch nicht nur Krebserkrankungen verzeichnen Zuwachsraten, auch andere Krankheiten sind im Vormarsch: **Arthritis, Diabetes, Herzerkrankungen, Alzheimer, Osteoporose, Depressionen, Nierenerkrankungen**, usw. . Man muss sich in der Tat fragen, ob ein Verantwortlicher wirklich daran interessiert ist, diesen alarmierenden Zustand zu ändern. Es findet sich immer jemand, der ein neues Gen erforscht, dass für schlechtem Atem, verpasste Hochzeiten oder üble Witze verantwortlich ist. Aber niemand aus dem Bereich der medikamentösen Therapie hat sich ernsthaft darum bemüht, den rasanten Zuwachs von Krankheitsfällen zu stoppen. Hingegen hat sich jenseits der Medikamententherapie auf der Basis natürlicher Heilmittel, d.h. mit körpereigenen Substanzen, nämlich Mineralien, vieles getan. Ich selbst habe unzählige Patienten, die dies belegen.

Es folgen zwei weitere Artikel. Der erste ebenfalls aus der Denver Post vom 24.03.1993. Eine Studie über den positiven Einfluss von Hühnerproteinen auf den Schwellungsschmerz bei Arthritis Patienten. Ergebnis der Studie war, dass man einem Arthritis Patienten die Schmerzen nehmen kann, wenn man ihm die Substanz verabreicht, an der er Mangel leidet. Einfach umwerfend.

Im New England Channel of Medicine vom 29.03.1991 wird von einer Studie berichtet, in der ein Proband pro Tag 29 Eier verspeist hatte - sein Cholesterinspiegel dennoch nicht anstieg. Was hören wir Tag für Tag: Essen Sie keine Eier, verzichten Sie auf Butter, nehmen Sie statt dessen Margarine, meiden Sie Geflügelhaut, essen Sie nur Hühnerbrust ohne Haut. Wie sagte Steven Holly von der University of California: Jede einzelne Cholesterineinheit lastet wie eine Todsünde auf unserer Seele.

Sie erinnern sich sicher noch, wann die **Cholesterinhysterie** begann. Das war in den frühen achtziger Jahren. Damals hieß es: Ein Cholesterinwert von 300 sei noch akzeptabel. Ganz plötzlich wurde diese Grenze auf 200 herab gesetzt, ohne die Neufestsetzung durch eine relevante Studie belegt zu haben. Es existiert bis heute keine einzige Studie, die Negativwirkungen bestimmter Cholesterinspiegel nachweist.

Dagegen gibt es genug Studien, die nachweisen, dass die Hälfte aller Patienten, die an Herzkrankheiten gestorben sind, keine der drei Hauptrisikofaktoren aufwies wie

Bluthochdruck, erhöhte Cholesterinwerte oder Nikotin. Sie sollten wissen, dass erhöhter Blutdruck und erhöhte Cholesterinwerte in erster Linie auf einen **Calciummangel** zurück zu führen sind. Bei vielen meiner Patienten hat die alleinige Gabe von Calcium Blutdruck und Cholesterinspiegel in nur drei Monaten auf normale Werte geführt.

In der Medizin werden täglich neue Fakten veröffentlicht, doch niemand kommt zum Kern des Problems. Die 5 ethnischen Gruppen, die ich zu Beginn vorgestellt habe, kennen keine Herzkrankheiten, keine Diabetes, keine Arthritis, keine Osteoporose, kein Alzheimer, keine Nierenkrankheiten. Natürlich kennen sie auch keine speziellen Gesundheitsforschungsprogramme oder gar eine Art Krankenversicherung. Sie haben ein gewisses medizinisches Notfall-Versorgungssystem. Allerdings nur auf eine kurze Verweildauer ausgerichtet. Eine langfristige medizinische Versorgung wie bei uns in den Krankenhäusern benötigen sie nicht, denn sie haben einfach nicht die Krankheiten, an denen wir leiden.

Wie konnte es überhaupt zu all den Nachlässigkeiten in der medizinischen Versorgung kommen? Die Antwort kann nur die eine sein: aus Geldgier, aus reiner Profitsucht. Mit Ihren Steuergeldern erhalten sie dieses marode System. Jeder Forscher wird über Ihre Steuern unterstützt noch bevor er ein brauchbares Resultat auf den Tisch gelegt hat. Nun, etwas mehr als Nichts kommt meist dabei heraus, zum Wohle der Allgemeinheit. Wirklich bahnbrechende Erfolge werden meist von den Magnaten der Branche unterdrückt. Dazu zwingt sie schon ihr eigenes Profitdenken. Berichte über einfache und zudem noch preisgünstige Methoden zur sinnvollen Nahrungsergänzung sind schnell vergessen.

Die Leute mit den wirklichen Antworten auf medizinische Fragen bekommen kaum Forschungsunterstützung. Die pharmazeutische Industrie scheint die stärkste Macht der Erde zu sein. Aber Sie selbst können etwas in Gang bringen und dabei Erfolge erzielen, die Sie niemals für möglich gehalten haben.

Ich erwähnte bereits an anderer Stelle, dass Sie pro Tag ca. 60 Mineralien, einige Vitamine, Aminosäuren und Fettsäuren benötigen. Sie müssen selbst für eine angemessene Ernährung Ihres Körpers sorgen. Denken Sie auch daran, dass die Nahrungsmittel, die Sie für gewöhnlich zu sich nehmen, eine nährstoffreiche Versorgung nicht mehr garantieren, weil die Böden der kommerziell ausgerichteten Landwirtschaft kaum mehr Mineralien aufweisen. Ackerböden und Weideland geben nicht mehr die Nährstoffe ab, die wir brauchen. Bei landwirtschaftlichen Produkten gilt nur noch der Preis, nicht mehr die Güte. Natürlich ist jeder Landwirt froh, wenn er seinen Ertrag verdoppeln kann. Doch was erhalten wir als Verbraucher? Womit erzielt man smaragdgrüne Paprika? Tomaten, so rot wie ein Sonnenuntergang und Getreide, so hoch wie das Auge eines Elefanten? Mit einer Verbindung aus Stickstoff, Kalium und Phosphor. Man nennt sie auch NPK. Das Gleiche, mit dem Sie im Frühjahr und Herbst Ihren Garten düngen. Es handelt sich hierbei also um eine Kombination von drei Mineralien.

Doch wo bleiben die anderen 57, die Ihr Körper benötigt? Wenn Sie ohne NPK keine gute Ernte erzielen, der Boden in Ihrem Garten oder Landwirtschaftsbetrieb diese Mineralien aufsaugt, wie wird es dann wohl um die anderen Mineralien wie Calcium, Eisen, Zink, Selen usw. stehen? Machen Sie sich nichts vor. Sie waren schon längst aufgezehrt als Sie zur Welt kamen.

Die Nahrungsmittel der vier Gruppen, die Sie aus der Schule kennen: Kohlehydrate, Eiweiß, Fette und Zucker haben in Wirklichkeit so gut wie keine Nährstoffe mehr. Sie kommen allenfalls im Supermarkt oder auf Ihrem Tisch äußerlich gut zur Geltung.

Warum wohl wachsen Lebensmittelhändler ihr Obst und Gemüse? Weil sonst ihr Personal nicht ausgelastet wäre? Natürlich nicht! Sie tun dies, weil das ganze Zeug ohne Wachs unansehnlich und gehaltlos aussieht. Was es in der Tat auch ist. Genau so sehen Sie bei akutem Mineralienmangel aus. Vergessen Sie bitte eines nie: Leben auf unserem Planeten gründet auf Wasser und Mineralien. Leiden Sie an einem Mineraliendefizit, so führt dies nicht nur zu inneren Krankheiten, sondern zeigt sich ebenso in Ihrem Äußeren. Sie erscheinen ausgelaugt und müde.

Ackerböden, die regelmäßig mit Wachstumsnährstoffen versorgt werden, benötigen keinerlei Pestizide. Flächen, die von Ungeziefer heimgesucht werden und die nicht ohne Pestizide auskommen, sind als Anbauflächen für unsere Nahrungsmittel nicht geeignet. Es sind ungesunde Böden. Und genau so ungesund sind wir, wenn wir von Ungeziefer wie Viren und Bakterien befallen werden. Wir werden wie die Ackerböden auch aus nur einem Grund immer nur von feindlichen Organismen heimgesucht. Wegen des Mangels an notwendigen Mineralien kann unsere körpereigene Abwehr nicht mehr funktionieren.

Nun komme ich zu einem Experiment. Schauen Sie doch einmal in die Augen Ihres Gegenübers. Hat Ihr Körper ausreichend Zink, könnten sich romantische Gefühle einstellen. Nun sehen Sie sich die untere Augenpartie Ihres Gegenübers näher an. Zeigen sich Färbungen im Rot-, Grün- oder Braunbereich? Wenn ja, könnte Ihr Partner kurz vor einem Herzanfall stehen. Derartige Färbungen deuten auf einen Mangel an Selen hin.

Fallen Ihnen im Gesicht stark erweiterte Blutgefäße auf, könnte ein Kupfermangel vorliegen.

Entzündungen in den Mundwinkeln weisen auf ein Defizit von Zink und Vitamin B2 hin.

Wir können uns nicht verstecken. Unsere Haut und unsere Augen verraten alles. Ist unsere Haut sehr uneben und trocken, benötigt unser Körper Kupfer, Selen, Vitamin A, C und E.

Woher beziehen wir diese Mineralien? Man könnte natürlich, wie auch immer, kleinste Gesteinsbröckchen aus dem Gebirge beziehen und mit diesem hochnährstoffreichen Staub Weideböden und Ackerland anreichern. Dann würde man 100 Dollar für ein Steak und eine Unsumme für ein Kilo Tomaten bezahlen. Man könnte auch in irgend ein Fleckchen der Erde ziehen, wo vorher sonst noch niemand Landwirtschaft betrieben hat. Doch auch das würde uns nur ca. 7 - 10 Jahre Vorteile verschaffen. Man könnte sich auch zu den noch am Rand der Zivilisation lebenden Kulturen gesellen, die ich zu Beginn des Vortrags erwähnt hatte. Aber dann müssten wir Sprache und Lebensstil ändern. **Eine weitere Möglichkeit ist die mineralische Anreicherung unserer täglichen Nahrung.**

Im Handel werden Mineralien in verschiedenster Form angeboten. **Davon sind 90% wertlos.** All diese Produkte, die überwiegend in Lebensmittelgeschäften erhältlich sind, könnten Ihnen allenfalls von Nutzen sein, wenn Sie die Mineralien zu Pulver zermahlen und auf dem Beet in Ihrem Garten verteilen. Dann könnten Ihre Tomaten sie in eine organische Form verwandeln. Und in dieser Form könnten sie vom Körper absorbiert werden.

Die meisten Mineralien werden in rein metallischer Form verkauft. Ich gebe Ihnen hierzu ein Beispiel. Wenn ich meine Patienten frage, ob sie Mineralien einnehmen, sagt fast jeder: "Natürlich, ich nehme Calcium. Damit schütze ich mich vor Osteoporose." Dann frage ich: "Was für eine Art von Calcium nehmen Sie?"

Gewöhnlich bekomme ich dann keine Antwort. "Aber es ist wirklich Calcium", sagen sie mir. "Was ist denn an einer bestimmten Sorte so wichtig?"

Aber genau hier liegt der große Unterschied! Wie oft erkenne ich auf Röntgenbildern starke Mineraldefizite in den einzelnen Wirbelsäulensegmenten. Und das bei weiblichen Patienten, die mir glaubhaft versichern, seit Jahren Calciumpräparate zu nehmen.

Drei unterschiedliche Arten mineralischer Nahrungsergänzungen können Sie zu sich nehmen, wobei leider diejenige am beliebtesten ist, die vom Körper am wenigsten absorbiert wird. Nämlich Mineralien in metallischer Form. Sie können in jedem Lebensmittelgeschäft Calcium kaufen. Auf dem Etikett steht dann: Calcium-Magnesium. Gefüllt ist die Flasche mit großen rauhen Pillen. Sie benötigen Unmengen an Wasser, um sie herunter zu spülen. Beim Überlesen der Inhaltsstoffe erfahren sie: Calcium 1000mg, enthalten in Calciumkarbonat. Calcium ist hier folglich mit einem Karbonat-Molekül verbunden. beide Teile bilden zusammen das metallische Präparat, das Sie einnehmen.

Der Calcium-Anteil in diesem Präparat liegt gewichtsmäßig tatsächlich bei 48%. Dies bedeutet, dass Ihre 1000mg Calcium-Tablette in Wirklichkeit nur 480mg Calcium enthält. Der Karbonat-Anteil liegt gewichtsmäßig bei 52%.

Die 480mg Calcium erhalten Sie in metallischer Form. Zwar zu 100% von Pflanzen absorbierbar, jedoch von einem erwachsenen Menschen nur zu 3 bis 5%. Stimmt diese Rechnung, dann nimmt Ihr Körper über jede 1000mg Calcium-Tablette allein nur 24mg auf. Sollte er wirklich 1000mg absorbieren, müssten Sie dafür mehr als 40 Tabletten einnehmen. Das war Ihnen sicherlich bisher nicht bekannt - oder?

Ein Verkäufer wird Ihnen das bestimmt nicht sagen. Und diese Informationen finden sich auch nicht auf dem Verpackungsetikett. Nach geltendem Arzneimittelrecht müssen nur die Inhaltsstoffe angegeben werden, nicht jedoch ihre Absorbierbarkeit. Sie können sich sicher vorstellen, was für ein Aufschrei durch die gesamte Lebensmittelbranche ginge, müsste jede Packung im Regal ab sofort darüber informieren, wie hoch der Anteil des Packungsinhaltes ist, den der menschliche Körper wirklich aufnimmt.

Glauben Sie jetzt ja nicht, Lebensmittelhersteller wüssten das nicht. Sie stellen ihre Produkte ob Nahrungsmittel und Tabletten doch nicht aus Menschenfreundlichkeit her um Sie mit dem Notwendigen zu versorgen. Jeder von ihnen ist in erster Linie an seinem eigenen Portemonnaie interessiert. Sie möchten einen schnellen Profit machen. Selbst Produkte aus den sogenannten Gesundheitsläden, wie Drogerien und Reformhäuser sind in der Regel schlecht absorbierbar.

Nun werden Sie verstehen, wie es dazu kommen kann, dass ich einer bestürzten Osteoporose-Patientin, die beteuert, seit Jahren Calcium zu nehmen, ihr Defizit an Mineralien in den Knochen mittels Röntgenaufnahme beweisen muss. Wenn ich meine Patientinnen dann bitte, mir bei einem ihrer nächsten Besuche ihr Calcium-Präparat zu zeigen, handelt es sich in 9 von 10 Fällen um ein Präparat in metallischer Form. Ich erkläre ihnen dann, was es mit dem Präparat auf sich hat. Verständlicherweise sind meine Patientinnen dann nieder geschlagen. Sie können nicht verstehen, warum man sie vorher darüber niemals informiert hat.

Lassen Sie uns die biologischen Vorgänge noch einmal vergegenwärtigen. Es ist von der Natur aus so angelegt, dass Pflanzen metallische Mineralien aus dem Boden

aufnehmen und mit Kohlenstoff eine Verbindung eingehen, den sie über die Aufnahme von Kohlendioxyd aus der Luft erhalten. Die Pflanzen verwandeln dann die metallische Form des Minerals in ein organisches Molekül auf Kohlenstoffbasis, welches zu 98% absorbierbar ist. Was für ein gewaltiger Sprung von maximal 5% Absorbierbarkeit eines metallischen Minerals durch den Menschen zu 98% bei den Pflanzen! Doch das sind die von Natur aus gegebenen Vorgänge. Und bevor es uns nicht gelingt, diese zu beeinflussen, kann es weiterhin geschehen, dass Sie Massen hübsch verpackter Mineralien zu sich nehmen und dennoch an einer dieser furchtbaren Krankheiten sterben, die schlicht und einfach durch ein Defizit an Mineralien hervorgerufen werden.

Aber es gibt für Sie einen besseren Weg zur Nährstoffbeschaffung, als den, den die Pflanzen gehen. Es handelt sich hierbei um eine vor einigen Jahrzehnten entwickelte Methode, die man Ummantelung nennt. Ein ummanteltes Mineral ist ein metallisches Mineral mit einer Protein und Zucker-Umhüllung. Das Mineral bekommt ein neues Äußeres.

Vergleichen sie es mit dem bekannten Wolf im Schafspelz. Mit dieser Methode wird Ihr eigener Körper überlistet. Das Calcium-Molekül ist - wie Sie wissen - nur bis zu 5% absorbierbar, doch ummantelt mit Protein, wird Ihrem Verdauungstrakt Eiweiß signalisiert. Das an sich metallische Calcium wird so über die Dünndarmwände bis zu 50% absorbiert.

Über den Blutkreislauf gerät es an die erste Körperzelle, die das ummantelte Molekül auf der Suche nach Protein über die innere Zellwand in die Zelle aufnimmt. So hat sich das Calcium-Molekül in der Zellstruktur etabliert noch bevor die Protein-Umhüllung sich auflöst. Der Plan ist nahezu perfekt. Calcium-Absorption mittels Überlistung des körpereigenen Systems. Anstatt über 40 Tabletten die gesamten 1000mg Calcium zu bekommen müsste man nur noch 5 einnehmen. Wobei ich ganz genau weiß, dass viele von Ihnen mit 1000mg nicht auskommen werden, um ihren Mineralhaushalt zu restabilisieren. Sie werden 2000 bis 3000mg Calcium benötigen. Selbst in Anlehnung an die eben beschriebene Methode müssten Sie jeden Tag eine Menge Tabletten einnehmen.

Der allerbeste Weg ist folgender: Sie führen Ihrem Körper Mineralien in kolloider, also in gallertartiger Form zu. Und zwar in einer Lösung. Kolloide Mineralien können nur in Flüssigkeit aufgenommen werden. Sie sind so klein, dass man 7000 von ihnen brauchte, um in etwa die Größe eines roten Blutkörperchens zu erreichen und dabei benötigte man schon ein Mikroskop mit einer 400-fachen Vergrößerung, um ein rotes Blutkörperchen zu erkennen.

Um Ihnen die Winzigkeit eines kolloiden Minerals zu verdeutlichen, bitte ich Sie, sich vorzustellen, ihre 1000mg Tablette hätte die Größe unseres Planeten. Dann wäre ein rotes Blutkörperchen ungefähr so groß wie Ihr Haus; ein kolloides Mineral wäre selbst bei diesen Größenverhältnissen kaum mehr aus zu machen. Es handelt sich hierbei wirklich um aller kleinste Moleküle.

Die Pflanzen in Ihrem Garten verkleinern die Mineralien millionenfach, die sie in metallischer Form dem Boden entnehmen und wandeln sie in eine organische von uns absorbierbare Form um. Eine Pflanze funktioniert wie eine Chemiefabrik. Sie wandelt anorganische Metalle in organische Nährstoffe um.

Doch was nehmen wir überhaupt noch zu uns über Obst und Gemüse, wenn es auf Böden "gedeiht", die kaum noch Mineralien aufweisen? Die Lage scheint aussichtslos. Natürlich können wir unser Obst und Gemüse aus

gesundheitsbewussten Naturkostläden beziehen. Aber die dort verkauften Produkte garantieren in der Regel nur die Unbeeinträchtigung durch Herbizide und Pestizide. Nicht aber die Herkunft von mineralisch angereicherten Böden. Was also können wir tun?

Woher beziehen wir die für uns so wichtigen Nährstoffe? Meine Mitarbeiter und ich haben eine in ihrer Form einzigartige Quelle an Mineralien entdeckt. Es handelt sich hierbei um Schieferschichten, die von Pilzen zersetzt sind. Sie sind über Jahrtausende aus prähistorischen Pflanzen zusammen mit Felsgestein, Schlamm und Sandablagerungen entstanden. Dieser pilzige Schiefer enthält 77 Mineralien, darunter auch die 60 Nährstoffe, die unser Körper benötigt um gesund zu bleiben. Ein besonders positiver Aspekt an dem Material ist, dass sich die Mineralbestandteile sehr leicht in kolloide Form umwandeln lassen.

Man zermalt den Schiefer zu Pulver und löst dieses in Mineralwasser auf, bis mindestens 38 Gramm kolloider Mineralien an je ein viertel Liter Wasser abgegeben sind. Eine beachtenswerte Menge in einer Lösung von einem viertel Liter.

Starten Sie einmal folgendes Experiment: nehmen Sie einen Liter Mineralwasser und kochen Sie es bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. An festen Bestandteilen werden Sie weniger als ein Häufchen von Nadelkopfgröße vorfinden. Warum nennt man dieses Wasser noch Mineralwasser?

Machen Sie sich eins immer wieder klar: Sie allein sind verantwortlich für Ihre Ernährung. Sie allein sind verantwortlich für Ihren Gesundheitszustand, der schlicht und einfach das Resultat einer ausreichenden oder unzureichenden Ernährung ist.

Sie allein sind der Garant für Ihre Gesundheit. Machen Sie jetzt den Schritt in die richtige Richtung. Führen Sie Ihrem Körper zu was er braucht um gesund zu bleiben. **Geben Sie ihm was naturgemäß für ihn bestimmt ist: Lebenserhaltende Mineralien.**

Ich bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit.

Dr. Jackson Stockwell