

Peter Jentschura · Josef Lohkämper

# **zivilisatoselos**

leben – frei von den  
Zivilisationskrankheiten unserer Zeit

Körperreinhaltung  
Körperreinigung  
Körperregenerierung



Verlag Peter Jentschura · Münster

## Das Symptom

Zu Beginn des neuen Jahrtausends stehen wir auf dem Scherbenhaufen, den das zu Ende gegangene zweite Jahrtausend hinterlassen hat. Nicht nur, daß die bemannte Raumfahrt, die Nukleartechnologie und die Schulmedizin als frühere Hoffnungsträger gescheitert sind. Jetzt drohen nächst diesen technologischen Pleiten die wirtschaftliche, dann die finanzielle und dann die soziologische, am Ende möglicherweise die militärische globale Katastrophe. Wir nähern uns dem Ende der „kämpfenden Staaten“, wie Oswald Spengler einmal richtig vorhergesehen hat.

Es kämpfen nicht nur die gutgläubigen Staaten gegen die Schurkenstaaten. Das „Bekämpfen“ zieht sich durch alle Ebenen unseres Seins. Himmel und Hölle, Gott und Satan stehen sich gegenüber. Und logischerweise haben wir den Teufel in uns zu bekämpfen, ebenso wie wir in unserem soziologischen Umfeld die Arbeitslosigkeit, die Konkurrenz oder sonstwelche Probleme zu bekämpfen haben. Bekämpft werden selbstredend auch die bestehenden Krankheiten, die Schmerzen, die Angst, die „Schädlinge“, die „Pilze“, das „Unkraut“ und auch alle Symptome, mit denen uns die modernen Zivilisationskrankheiten entgegentreten.

Insofern ist der Symptome bekämpfende Arzt integraler Bestandteil einer alles und jedes bekämpfenden Gesellschaft. Deren zentrales Kriterium ist dasjenige, daß sie „gut“ ist und daraus das Recht ableitet, alles bekämpfen zu dürfen und sogar zu müssen, was „böse“ ist. Logischerweise besorgen die Definition dessen, was denn gut oder böse ist, diejenigen selbst, die zum Kampfe rüsten.

Unglücklicherweise ist das Symptom auf der „falschen Seite“ gelandet. Es ist, wie Dr. Engelhardt formulierte, ein Opfer des Kollektivirrtums in der Medizin geworden. Es ist auf der Seite der „Bösen“ gelandet. Es gehört jedoch auf die Seite der „Guten“. Das Symptom wird als ein „Schurkenphänomen“, als ein zu eliminierendes statisches Phänomen wahrgenommen. Dabei ist es doch ein dynamischer Lebensprozeß, mit Ausscheidungen oder Ablagerungen oder Öffnungen darum bemüht, unseren Organismus in einem optimalen Status psychischen und physischen Wohlbefindens zu halten.

Dieser dynamische Prozeß ist in aller Regel auf die Selbstheilung unseres Organismus, auf die Ausscheidung schädigender Gifte oder auf die Ablagerung nicht ausscheidbarer Schlacken gerichtet. Die große Aufgabe der Heilerinnen und Heiler als auch aller Menschen, die an ihrer eigenen Gesundheit interessiert sind, ist es zu erkennen, welche Heilungsabsicht hinter den zu beobachtenden dynamischen Prozessen sichtbar wird. Der von unserem Organismus eingeschlagene Heilungsweg ist intellektuell zu kennen und nach der intellektuellen Erkenntnis seiner Sinnhaftigkeit weiter zu verfolgen und zu fördern.

Wir haben die modernen Zivilisationskrankheiten in drei große Gruppen aufgeteilt: In die Strukturschäden, die Ablagerungen und in die Ausscheidungen. Leider gibt es nur wenige Krankheiten, die uns monosymptomatisch entgegentreten. Nehmen wir als ein solches Beispiel die Cellulite, eine reine Ablagerungskrankheit.

## Das Symptom

### Verständnis der Lebensmedizin

„verstehen“

Symptom = Heilungsweg des Körpers

Der intelligente Organismus macht nichts falsch.

Ausscheidungen sind sinnvolle Körperreinigungen und werden unterstützt.

Ablagerungen werden aufgelöst und ausgeschieden.

Strukturschäden werden gekonnt und liebevoll regeneriert.



Heilung



Gesundheit und Schönheit



Wohlstand



langes Leben

### Mißverständnis der Schulmedizin

„bekämpfen“

Symptom = Irrweg des Körpers

Wir müssen die Fehler der unbeseelten, unintelligenten Zellen und Organe korrigieren.

Ausscheidungen werden unterdrückt.

Ablagerungen werden operativ entfernt.

Strukturschäden werden „transplantiert“ oder lebenslang „versorgt“.



Behandlung



Chronifizierung/Siechtum/„Pflege“



Armut



frühzeitiger Tod

Viele Krankheiten treten uns mit Symptomen aus zwei oder aus allen drei Krankheitsgruppen entgegen. Nehmen wir das Phänomen des angeblich zu hohen Blutdruckes. Diesem Erscheinungsbild geht in aller Regel eine Entkalkinierung der Gefäße, also ein Strukturschaden voraus. Für diesen ist ursächlich ein ständig steigender Anteil von Schadstoffen im Blut, zu deren Verstoffwechslung der Organismus sich der Mineralstoffe aus den Gefäßen bedient hat. Um die entstandenen regelrechten „Kalziumlöcher“, wie Dr. Albele einmal formuliert hat, zu schließen, fährt der Körper die Cholesterinproduktion hoch, bindet an das Cholesterin Säuren, Gifte und andere Schadstoffe und deponiert zum Schluß die Cholesterinkonglomerate an den Arterienwänden. Hier haben wir also Symptome des Strukturschadens und der Ablagerung vergesellschaftet.

Oder nehmen wir das Offene Bein. Vordergründig tritt uns der Strukturschaden des offenen Geschwüres entgegen in Form von durch Säure und Gifte verätzter und zerfressener Haut und Gewebe. Gleichzeitig beobachten wir am Fuß neben diesem Strukturschaden Ablagerungen in Gelenken, Geweben und Gefäßen. Durch das Geschwür tritt Sekret aus, um mit diesem Phänomen der Ausscheidung das umliegende Gewebe, den Fuß und eigentlich den ganzen Organismus über diese quasi Hilfsniere zu reinigen. Insofern ist das Offene Bein ein dreisymptomatisches Geschehen.

Vor kurzem hatten wir den Anruf eines befreundeten Internisten. Er berichtete uns davon, daß er sich unserer Sicht der Dinge betreffend die modernen Zivilisationskrankheiten angeschlossen habe. Unter Berücksichtigung unserer drei Krankheitsgruppen der Struktur-schäden, der Ablagerungen und der Ausscheidungen könne er davon berichten, daß 95 % seiner Patienten mit dieser Betrachtung schnell und richtig zu diagnostizieren seien. Noch nie bisher habe er so ziel- und heilungssicher therapieren können.

Ablagerungen werden als erstes mit dem Gebot belegt: „Meide Schädliches!“ Denn von nichts kommt nichts. Es ist mit den Patienten zu besprechen, welche Gifte und Schadstoffe aus Genußmitteln, Arbeitsplatz, eigener Küche und Ernährung o.ä. zu den Ablagerungsphänomenen führen. Gleichzeitig ist über Stoffwechselschwächen der Leber oder der Nieren oder auch über einen Basenmangel nachzudenken, welcher die Nieren dermaßen schwächt, daß sie nicht mehr in der Lage sind, Säuren und Gifte auszuschcheiden.

Auch hier stoßen wir auf die Wichtigkeit basischer und basenbildender Zufuhr und gleichzeitig basischer Ableitung. Diese beiden Phänomene der Versorgung und der Entsorgung laufen beide über die Base, d.h. Alkalität.

Bringen wir es auf den Punkt: Der Symptompfusch ist ein- für allemal zu beenden! Es hat ein Paradigmenwechsel vom „bekämpfen“ zum „verstehen“ stattzufinden! Zum Verständnis der Symptome als Heilungsweg bringen wir zwei Beispiele, die Hämorrhoiden und den Schweißfuß. Heute werden die Hämorrhoiden am Anus mit Verödungen operativ behandelt, der Schweißfuß am Fuß mit Cortisonsalbe. In beiden Fällen wird ein unappetitliches Erscheinungsbild „bekämpft“, oftmals mit fatalen Folgen.

Hämorrhoiden sind an der Leber oder, noch weiter vorgelagert, in dem gesamten Stoffwechselsystem des Körpers zu heilen. Hämorrhoiden sind die Folge eines zu hohen Giftstatus vor einer Leber, welche die ihr zugemutete Giftmenge nicht verstoffwechseln kann. Die Gifte stehen hinter der Leber buchstäblich Schlange bis hinunter zum Anus. Zweierlei Dinge sind zu tun: Die Giftmenge im Körper ist zu senken mit lange dauernden basischen Bädern, mit der sächsischen Spülung, mit den drastischen Ausleitungsverfahren der Colon-Hydro-Therapie, des blutigen Schröpfen, des Baunscheidtierens o.ä. Gleichzeitig ist die Leber mit geeigneten Mitteln der Phytotherapie und der Homöopathie zu stärken. Selbstredend müssen ab sofort alle Gifte und Schadstoffe von dem belasteten Organismus ferngehalten werden.

Der Schweißfuß wird nicht am Fuß sondern an den Nieren behandelt. In aller Regel handelt es sich um Probleme der wasserableitenden Organe. Dort stockt und staut es, und der kluge Organismus benutzt unseren Fuß als „dritte Niere“. Man riecht es. Wir schicken also den „Schweißfuß“ zum Urologen, der in aller Regel sehr schnell eine Lösung im Bereich der Nieren, Harnleiter oder Blase finden wird.

Denken wir daran: Der Körper macht nichts falsch. Bei der Betrachtung eines Symptoms muß nicht vordergründig und oberflächlich gedacht werden, sondern in langen und manchmal komplizierten Kausalketten. Noch einmal: Intellektuelles Verstehen ist gefragt und gekonntes, liebevolles Heilen, nicht mehr martialisches „Bekämpfen“!

## Unsere Gesundheit

Aus dem Jahre 1986 gibt es von der Weltgesundheitsorganisation WHO eine sog. Ottawa-Charta, in welcher das Recht auf Gesundheit für alle Menschen formuliert wurde. Sämtliche Institutionen des Gesundheitsbereiches auf dem ganzen Globus haben diese Forderung in ihr Leitbild übernommen. Nach dieser Charta ist es das Ziel präventiver Strategien, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung für ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.

In dieser Charta wird Gesundheit als Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens definiert, nicht nur als Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen. Damit wird einerseits Gesundheit zum gesellschaftlichen Höchstwert deklariert, andererseits jedoch unbestimmt und kriterienlos dargestellt. Gleichzeitig wird die gesamte Weltbevölkerung zu Kranken und Behandlungsbedürftigen gemacht, denn kein Mensch dieser Welt entspricht der Definition vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens.

Es wäre einfältig zu glauben, daß diese Definition lediglich eine sprachliche oder intellektuelle Fehlleistung ist. In dieser Charta wird nicht das Heilen von Krankheiten sondern die Herstellung von Gesundheit zum Ziel erklärt. Nachdem dieses Ziel jedoch in unerreichbarer Ferne liegt, sind einem freien Schalten des „Gesundheitswesens“ keinerlei Grenzen gesetzt. Dieser das Vermögen ganzer Völker verschlingende Moloch befindet sich z. Z. auf einem Weg ohne ethische, finanzielle, wirtschaftliche und wissenschaftliche Begrenzungen, ein Geld und Menschen verschlingender Leviathan ohne Heilungsauftrag, der unseren Planeten erst dann verlassen wird, wenn wir uns in Eigenverantwortung präventiv ein Leben lang selbst um unsere Gesundheit kümmern werden.

Wir definieren unsere körperliche Gesundheit als Schlackenfreiheit der Zellen, Gewebe und Organe, als Säure- und Giftfreiheit unseres Organismus. Ein gesunder Körper hat kein Über- oder Untergewicht. Er hat nicht nur keinerlei Ablagerungen, sondern auch keine anomalen Ausscheidungen. Er hat keine Strukturverluste an Geweben und Organen, an Drüsen, Gelenken und Häuten erlitten. Er ist deshalb elastisch und in der Lage, alle ihm von der Natur geschenkten Funktionen ohne Mühe auszuüben.

Vermeiden wir ein Leben lang, in diesen sauberen Organismus ihn schädigende Säuren und Gifte einzubringen, versorgen wir ihn in ausreichendem Maße mit Sauerstoff und energiereichen Vitalstoffen und schaffen wir regelmäßig mit basischer Körperpflege anfallende Schad-

### Gesundheit unseres Körpers

- ein Organismus im Vollbesitz seiner natürlichen Strukturen, Kräfte und Flüsse
- ein Organismus ohne schädigende Gifte und Säuren
- ein Organismus ohne Ablagerungen, Strukturschäden, Funktionsminderungen und -ausfälle
- ein Organismus ohne unappetitliche Ausscheidungen, ohne Jucken, ohne Brennen, Schmerzen und Pilze

stoffe aus dem Organismus hinaus, so werden wir 120 bis 140 Jahre alt werden und mit einem reichen Erfahrungsschatz an Erleben und Erlebnissen lebenssatt sterben, wie es einst im Alten Testament dem alten Hiob gelungen ist oder noch viel früher Methusalem und seinen Zeitgenossen.

Das klassische antike Griechenland betrachtete den Körper des Menschen als den Tempel seiner Seele. Der sicherlich hochgebildete Paulus schreibt ein Weltenjahr später im ersten Korintherbrief: „Wißt Ihr nicht, daß Ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in Euch wohnt? Wer den Tempel Gottes verdirbt, den wird Gott verderben. Denn Gottes Tempel ist heilig, und das seid Ihr.“

Seit diesem Paulusbrief ist ein weiteres Weltenjahr vergangen, und wir kehren, nur eine Spiralwindung der Zeit höher, wieder an unseren Ausgangspunkt zurück und besinnen uns erneut auf unsere eigene Göttlichkeit. Wenn wir der christlichen Sicht der Dinge folgen, daß Gott am Anfang war und alle Schöpfung aus sich selbst geschaffen hat, dann ist alles göttlich, gesund und makellos, was uns in der Natur an freier oder in Materie organisierter Energie entgegentritt. Dann ist ALLES göttlich, und diese Sicht der Dinge ist keine Gotteslästerung sondern eine Gottesliebe der ganzen herrlichen Schöpfung gegenüber.

Nicht nur der Körper des Menschen ist ein Tempel einer Seele. Auch der Körper der Tiere ist deren Seelentempel. Für uns gibt es nichts Unbeseeltes in der Natur, in der Schöpfung. Alles ist mehr oder weniger beseelt, ob Stein oder Pflanze, ob Mensch oder Tier. Die Beseelung respektive Begeistigung unterscheidet sich nur, was deren Dichte, Intensität, Vibration, Pulsation, Charakter usw. angeht.

Geschlechtlichkeit waltet obendrein in jeder Materie. Alle Materie lebt und atmet. Manche schneller oder langsamer, manche länger oder kürzer. Die Eintagsfliegen leben nur einen Tag, die Steine Milliarden von Jahren. Sie und wir alle sind göttliche Kinder Gottes und seiner Natur. Wir sind ein göttlicher Teil von ihr, wie die Pflanzen und die Tiere, wie die Bäume, die Steine und die Sterne.

Hören wir mit der Betrachtung auf, uns als ein Häufchen Elend in dem großen Jammertal namens Erde zu sehen. Entdecken wir unseren Planeten als ein Paradies. Hegen und pflegen wir die uns anvertraute Natur und Umgebung, so wird ein Paradies entstehen.

Sehen wir unseren Körper als Tempel unserer Seele, pflegen wir jede Zelle, jedes Gelenk und jedes Organ, jedes Gewebe und jedes Haar, so wie ein Tempel gepflegt gehört, so werden wunderschöne und gesunde Körper entstehen. Diese Körper werden sich an einer lange währenden, beglückenden und die Seele befriedigenden Inkarnation erfreuen.

Behüten Sie Ihren Körper vor allem, was ihm schaden könnte. Geben Sie ihm alles, was er zur Erhaltung seiner Schönheit und Gesundheit gebraucht, und entfernen Sie regelmäßig alles Schädliche aus und von ihm, damit sich keine Schlacken in seinen Strukturen ablagern oder diesen schaden können.

Versuchen Sie, in Zukunft ein ganz neues Verhältnis zu Ihrem Körper zu entwickeln. Ihr Körper ist eine eigene Wesenheit. Sie sind quasi zu zweit auf dieser Erde. Die Wesenheit

Ihres Körpers besteht aus unzähligen größeren und kleineren Wesenheiten. Eine davon ist das hyperintelligente Wesen namens LEBER. Weitere Wesenheiten sind die Nieren und Blasen, die Augen, Ohren, das Herz und die Lunge usw. Das ist nicht irgendein Fleisch oder Gewebe.

Das sind mit ungeheurem Fleiß, bescheiden, genügsam und hyperintelligent arbeitende Organe. Sie bekriegen sich nicht, und sie streiten sich nicht. Sie leben in absoluter Harmonie und Effizienz zusammen. Das können wir von uns Menschen nicht behaupten. Wir sind so aggressiv wie streitsüchtig, so mörderisch wie undankbar, so unbescheiden wie taktlos. Wir können von unseren Organen, die den Tempel unserer Seele bilden, viel lernen.

Sprechen Sie mit Ihren Organen! Sie werden sich über die unvorstellbar intelligenten Antworten wundern, die Sie in Nullzeit erhalten. Staunen Sie vor Andacht und Dankbarkeit darüber, in welchem wunderbarem Tempel Ihr Geist wohnen darf, und erweisen Sie sich mit einer liebevollen Pflege als würdiger Bewohner.

Gehen Sie davon aus, daß Sie einen hyperintelligenten stummen Diener in sich haben. Es ist der „Herr Ihres Körpers“. Diese so überaus intelligente wie überaus liebevolle Wesenheit steuert alle körperlichen Funktionen und Prozesse und hält Sie Tag für Tag und Stunde um Stunde auf einem möglichst optimalen körperlichen und emotionalen Niveau. Denken Sie öfters darüber nach, was Sie diesem so noblen wie treuen Diener und seinen für ihn bzw. für Sie tätigen Organen, Gelenken und Zellen alles zumuten.

Brechen Sie auf zu einem diametral anderen Verständnis Ihres Körpers. Betrachten Sie ihn nicht länger als eine Ansammlung von Flüssigkeiten und Zellen. Ihr Körper ist ein phantastisches Wunderwerk organisierter Materie und Energie, das Werk eines höchst intelligenten und höchst liebevollen Geistes, der von einem unbekanntem Ort Ihres Körpers aus dieses Wunderwerk regiert. Residiert er möglicherweise im Sinusknoten Ihres Herzens?

Selbstredend residiert der Herr Ihres Körpers in Ihrem Herzen. Das wurde vor kurzem einmal deutlich, als in Amerika eine phantastische Geschichte veröffentlicht wurde. Einer jungen Frau war ein Spenderherz eingepflanzt worden. Die Spenderin war kurz zuvor ermordet worden. Die Empfängerin des Herzens konnte sich exakt an den Tatverlauf erinnern und den Täter auf das Genaueste beschreiben. Wir sehen also nicht nur mit den Augen. Wir sehen auch mit dem Herzen. Plötzlich bekommt das geflügelte Wort: „Der Herr sieht alles“, eine ganz unerwartete Bedeutung.

### Gesundheit unseres Körpers

- Versorgung mit allem Notwendigen
- Entsorgung alles Überflüssigen und Schädlichen

## Der Sauerstoff, unser Mutterstoff

Der Sauerstoff wird als das „Element des Lebens“ bezeichnet. Das Symbol für dieses Element ist O. Der Name leitet sich ab vom lateinischen OXYGENIUM. Das lateinische Oxygenium wiederum leitet sich aus dem Griechischen ab. Die Bezeichnung OXYs bedeutet soviel wie „scharf“ oder „sauer“ und GENES entstammt auch dem Griechischen und bedeutet soviel wie „geboren“. Wörtlich übersetzt bedeutet das Wort Oxygenium also „aus Säure geboren“.

Mit Säure hat der Sauerstoff jedoch herzlich wenig zu tun. Denn so aggressive Säuren wie die Flußsäure HF oder die Salzsäure HCl enthalten nicht ein einziges Atom Sauerstoff. Im Periodischen System der chemischen Elemente finden wir den Sauerstoff in der sechsten Gruppe. Er ist ein nichtmetallisches Element, ein farb- und geruchloses Gas, welches in der Literatur als ein Element bezeichnet wird, welches man nicht schmecken kann. Wir gehen mit dieser Meinung nicht konform. Nur wenige Tropfen, in Wasser gelöst und damit gegurgelt, hinterlassen einen etwas adstringierenden, irgendwie metallischen Geschmack, wie sich jeder selbst überzeugen kann.

Der Sauerstoff wurde im Jahre 1772 durch einen schwedischen Forscher mit dem deutschen Namen Karl Wilhelm Scheele entdeckt. Einige Jahre später, nämlich 1775, erkannte der französische Chemiker Lavoisier das Gas als chemisches Element und gab ihm den jetzigen Namen. Herr Lavoisier meinte nämlich, daß es der Sauerstoff sei, der die Säure ausmache. Das ist aber ganz im Gegenteil der Wasserstoff. Lavoisier erkannte auch, daß Verbrennung mit dem Verbrauch von Sauerstoff einhergeht.

Etwa 50 Jahre nach Lavoisier erkannte der Chemiker Linné, daß der Wasserstoff das Element ist, welches an jeder Säure beteiligt ist. Da waren die beiden Elemente jedoch bereits falsch getauft. Aller „Wissenschaftlichkeit“ zum Trotz ist es bis auf den heutigen Tag bei der falschen Namensverwendung geblieben, wahrhaftig kein Ruhmesblatt für die Wissenschaft bzw. für behauptete „Wissenschaftlichkeit“. Dieser Vorgang der mittlerweile jahrhundertelangen falschen Begriffsverwendung mag ein Beispiel dafür sein, wie wenig Wissenschaftlichkeit mit objektiver und sowohl nachvollziehbarer wie jederzeit reproduzierbarer Richtigkeit zu tun hat. Wissenschaftlichkeit ist lediglich eine Verbalkeule, ein ungerechtfertigter Anspruch auf objektive Richtigkeit. Wissenschaftlichkeit ist jedoch im Grunde nichts anderes als „vorübergehend herrschende Lehrmeinung“ mit einer Halbwertszeit von nur wenigen Jahren.

### Wissenschaftlichkeit

- ist ein nebulöser Begriff
- widerspiegelt vorübergehend herrschende Lehrmeinungen
- ist Methodik, nicht Ergebnis
- ist Anspruch, ist Dogma
- spricht von „wissenschaftlich anerkannt“, wofür es weder einen Akt noch eine Institution gibt
- ist ein Götze

Im übrigen ist unter „Wissenschaftlichkeit“ keinesfalls ein Ergebnis, z.B. objektive, nachvollziehbare und reproduzierbare Richtigkeit zu verstehen. Wissenschaftlichkeit ist nicht mehr und nicht weniger als eine Methodik, Dinge, Thesen oder Hypothesen möglichst sorgfältig zu durchdringen, dabei weniger mit dem Geiste als mit Maschinen. Wissenschaftlichkeit lebt ausschließlich vom maschinengestützten Beweis und aus der Statistik.

Die modernen Wissenschaften sind mißratene Kinder des europäischen Geistes. Sie suchen stets nach feststehenden Gesetzen des SEINS statt nach Gesetzen des fließenden Lebens. Sie suchen den nicht vorhandenen archimedischen Punkt in einer Welt und Natur, für die und deren Leben nach wie vor der zentrale Lehrsatz des klassischen Griechenland gilt: „Alles fließt. Panta rhei.“ Die modernen Wissenschaften der Physik, der Chemie und der Medizin haben ihre Lebensfeindlichkeit seit ihrer Entstehung in der Zeit von Isaac Newton unter Beweis gestellt. Sie werden die kommende Zeit nicht überstehen. Es sei denn, sie schalten von ihrer augenblicklichen Lebensfeindlichkeit auf eine zukünftige Lebensfreundlichkeit um.

Gehen Sie deshalb niemals in die Knie, wenn Sie von der Verbalkeule: „Ist das wissenschaftlich?“ getroffen werden. Kontern Sie mit der Gegenfrage: „Was ist wissenschaftlich?“ Sie werden feststellen, daß 90% Ihrer Gesprächspartner keine überzeugende Antwort parat haben. Falls Sie dann mit dem Anspruch konfrontiert werden sollten, daß Wissenschaftlichkeit objektive Richtigkeit bedeute, dann verweisen Sie auf das Scheitern der Schulmedizin, der bemannten Raumfahrt und der nuklearen Technologie. Die Schulmedizin hat uns keine Gesundheit gebracht. Die bemannte Raumfahrt hat bis auf den heutigen Tag den „Raum“ nicht betreten. Deutschland hat zu Recht den Ausstieg aus der Nukleartechnologie beschlossen. Als nächstes folgt die sog. „Gentechnik“. Die Tiermenschen grüßen aus den Tempeln Ägyptens.

Sämtliche wissenschaftlichen Hoffnungsträger unserer zu Ende gehenden Epoche sind gescheitert und mit ihnen die absolute Mehrzahl der vorher für „wissenschaftlich“ erklärten Formeln, Gesetze und Thesen.

### Unser „blauer Planet“ ist ein Sauerstoffplanet.

Die Farbe des Sauerstoffes ist blau.  
Deshalb ist Blau die Farbe des Himmels.

Die uns vorliegende etwa 50 Jahre alte Enzyklopaedia Britannica gibt an, daß in der Erdatmosphäre etwa 23% Sauerstoff enthalten sind. 25 Jahre später sagt der Brockhaus, in der Erdatmosphäre seien 21% Sauerstoff enthalten. Heute sollen es noch 17% sein. Bald wird es eng für die Menschheit. Schuld an dieser

Entwicklung sind neben dem Abholzen tropischer Wälder die Verbrennungsmotoren von Autos und Flugzeugen und die Verbrennungstechnik der Industrie und der Haushalte.

In der Erdatmosphäre liegt der Sauerstoff als  $O_2$  vor. Dieser Stoff ist das am weitesten verbreitete Element der Erde. Das Meerwasser enthält ihn zu 85,8% und die Erdrinde zu 46,6%. Wir Menschen bestehen, was unsere Körperlichkeit anbetrifft, zu mehr als 80% aus Sauerstoff. Das hindert jedoch Wissenschaftler nicht daran, unser Lebenselixier, unse-

ren Mutterstoff als „lebensnotwendiges Gift“ zu bezeichnen. Der wissenschaftliche Unverstand kennt keine Grenzen!

Gasgemische von weniger als 7% Sauerstoffanteil führen beim Menschen zu irreparablen Gesundheitsschäden. Ohne den Sauerstoff gäbe es kein höher entwickeltes Leben auf der Erde. Er ist für die Atmung aller Lebewesen unbedingt notwendig.

Die einzige Ausnahme bilden einige Bakterienarten, die ohne ihn auskommen können. Menschen, Tiere und einige niedrige Pflanzenarten atmen den freien Sauerstoff der Atmosphäre ein und geben ihn in der Verbindung mit Kohlenstoff als Kohlenstoffdioxid,  $\text{CO}_2$ , wieder an die Erdatmosphäre zurück.

Pflanzen schaffen es irgendwie, das Molekül  $\text{CO}_2$ , unser „Abgas“, das Kohlenstoffdioxid, aus der Luft einzuatmen und wieder in die Atome Kohlenstoff und Sauerstoff zu spalten. Den Kohlenstoff verwerten sie zum Aufbau ihrer eigenen Substanz. Sie assimilieren ihn, wie man sagt. Dieser Prozeß geschieht mit Hilfe des Sonnenlichtes. Er wird Photosynthese genannt. Jeglicher freier Sauerstoff in der Atmosphäre ist das Produkt der Photosynthese, ausgeatmet von Bruder und Schwester Baum.

Das Wasser besteht aus Wasserstoff und Sauerstoff. Die chemische Formel ist  $\text{H}_2\text{O}$ . Das Wasser besteht aus einem elektrisch positiv geladenen und radiästhetisch rechtsdrehenden H-plus-Ion und einem elektrisch negativ und radiästhetisch linksdrehenden OH-minus-Ion. Wasser besteht aus zwei Atomen Wasserstoff und aus einem Atom Sauerstoff. Der Sauerstoff bindet mithin zwei Atome Wasserstoff, welche volumenmäßig allerdings wesentlich kleiner sind als das Sauerstoffatom. Der Unterschied der Atomgewichte ist 1:16.

Der Sauerstoff regelt den Stoffwechsel, den sogenannten Metabolismus des Menschen. Ohne Sauerstoff gibt es keinen geregelten Stoffwechsel! Der Sauerstoff ist von besonderer Bedeutung für die Mitochondrien, die Heizkraftwerke der menschlichen Zelle. Alle Nährstoffe werden hier verbrannt und oder anders ausgedrückt, sie werden hier in ihre einzelnen Bestandteile zerlegt.

Die Mitochondrien versorgen den Körper mit Energie. Sie sind sehr anfällig für Schädigungen. In der Medizin kennt man mitochondriale Krankheiten. Bei diesen soll es sich nach Auffassung einer größeren Anzahl von Forschern um eine Fehlfunktion der den Sauerstoff verbrauchenden Enzyme handeln. Wir allerdings sind anderer Ansicht. Es kommt erst dann zu einer Fehlfunktion der Sauerstoff verbrauchenden Enzyme, wenn die Aufnahme oder das Angebot von Sauerstoff zu gering ist. Die Aufnahme von Sauerstoff ist dann zu gering, wenn daran ein Mangel im Körper herrscht. Bei einem Sauerstoffmangel ist naturgemäß die Energieerzeugung der Mitochondrien gestört und damit natürlich auch zu gering.

### **Wir Menschen sind Sauerstoff- bzw. Wasserwesen.**

Wir bestehen zu 70 Prozent aus Wasser und zu mehr als 80 Prozent aus Sauerstoff.

Dadurch kann es zu einer Vielzahl von Symptomen kommen, welche fast jedes Organ und Gewebe in Mitleidenschaft ziehen. Betroffen sind davon insbesondere die Muskeln und das Gehirn.

Folgende Symptome werden oftmals als mitochondriale Krankheiten gedeutet: Chronische Müdigkeit, neurologische Störungen und Ausfälle, instabiler Gang, Demenz, Bewegungsstörungen, periphere Neuropathie, laktische Azidose, Taubheit, Kleinwüchsigkeit, Sehschwäche, Herzüberleitungsstörungen, Funktionsstörungen der Nieren, Störungen der Blutzusammensetzung und Störungen der Drüsenysteme.

Bei einem Sauerstoffmangel kommt es im Körper zu Blockaden des Stoffwechsels. Diese treten dann nicht ein oder verschwinden, wenn dem Körper genügend Sauerstoff zugeführt wird. Dieses Element ist die Schlüsselsubstanz für unsere Lebensprozesse. Es ergeht unserem Körper wie dem Feuer. Ohne Sauerstoff geht es aus.

Streß und Bewegungsmangel, das Leben in belasteter Umwelt, Zigaretten- und Alkoholkonsum, fortschreitendes Alter und zunehmende Verschlackung lassen den Sauerstoffgehalt des Blutes sinken. Die geistigen und körperlichen Kräfte nehmen ab. Die Abwehrkraft läßt nach. Krankheiten bis zum Krebs können entstehen.

Der Sauerstoff wirkt nicht nur auf ein einzelnes krankes Organ, sondern auf den gesamten Organismus. Sauerstoff mildert Streßfolgen. Gehirnschläge und Herzinfarkte werden besser überstanden. Sauerstoff kräftigt den ganzen Körper. Kondition und Muskelkraft werden gesteigert, das biologische Altern herabgesetzt und weiteres Altern gebremst, die Lebensdauer verlängert. Das ist Regenerierung!

Sauerstoff verbrennt Schlacken und Gifte, auch bei Rauchern! Sauerstoff verbessert die Durchblutung und den Kreislauf. Durchblutungsstörungen sowie Konzentrationsmangel, Sehschwäche und Raucherbein lassen nach oder verschwinden. Hoher bzw. niedriger Blutdruck normalisieren sich.

Der Sauerstoff mobilisiert die Abwehrkräfte. Krankheiten sind schneller ausgestanden, und neuen wird vorgebeugt. Der Sauerstoff wird auch in der Krebsvorsorge und -nachsorge angewandt. Die Wirkweisen des Sauerstoffes sind u.a. folgende: Leberentgiftung, Abbau von Fetten und Triglyceriden, Verbesserung des Zellstoffwechsels, Verbesserung des Blutflusses, Abbau von Durchblutungsstörungen, Reduzierungen von Verklumpungen der Roten Blutkörperchen und damit Verbesserung des Sauerstofftransportes, Vermehrung des Sauerstoffangebotes für das Gewebe, Abtötung vieler Bakterienarten, Viren und Pilze und Verhinderung derer Neubildung.

Wir haben festgestellt, daß unser Körper zu mehr als 80% aus Sauerstoff besteht. Der größte Anteil dieses Sauerstoffes ist in unserem Körperwasser gebunden, welches 70% unserer Körpersubstanz ausmacht. Wir sind mithin regelrechte „Sauerstoffwesen“. Sauerstoff ist kein „lebensnotwendiges Gift“, wie wir es vor Zeiten in einem „wissenschaftlichen“ Beitrag gelesen haben. Sondern Sauerstoff ist der Stoff, der sich den Menschen erschafft. Insofern ist Sauerstoff unser zentrales Resorptionselement, wie am klassischen Beispiel der Heilung von Gertrud Jentschura von der Eisenmangelanämie

innerhalb von vier Wochen deutlich wird (s. Seite 80). Dieser Stoff ist mithin bei allen Resorptionsproblemen oder sogenannten „Stoffwechselstörungen“ das Mittel der ersten Wahl.

### Keine Regenerierung

- ohne Sauerstoff
- ohne sauerstoffreiches Blut

Wenn der Sauerstoff das Element ist, welches sich den Menschen schafft, dann steht er logischerweise auch im Zentrum unseres körperlichen Geschehens. Daß dieses so ist, wissen wir von unserem Gehirn, welches zu 90 % aus Wasser und damit zu mehr als 80 % aus Sauerstoff besteht. Mit Sicher-

heit gilt das gleiche Verhältnis für unser Knochenmark. Vergleicht man Konsistenz und Erscheinungsbild von Gehirn und Knochenmark von Säugetieren, springt die Ähnlichkeit und Vergleichbarkeit sofort ins Auge.

Wenn es also der Sauerstoff ist, welcher unser Leben vom Gehirn und vom Knochenmark aus ein Leben lang steuert, so ist es ebenso logisch, daß eine Regenerierung unseres Körpers nur von dieser Substanz her möglich erscheint. Wir denken dabei an reinen Sauerstoff, wie er in der Substanz Wasserstoffperoxid, also  $H_2O_2$ , mit einem für die Regenerierung freien Atom Sauerstoff vorliegt. Geht es nach den Forschungen von Dirk Schröder, dann entsteht Wasserstoffperoxid bei der Atmung in unserer Lunge und stellt damit den eigentlichen Motor unseres Lebens dar. Für medizinische, gesundheitliche und kosmetische Zwecke sollte man es sinnvollerweise aus Regenwasser oder aus Schnee gewinnen. Das ist dann „junger Sauerstoff“!

Weitere Anwendungsgebiete sind Arthrosen aller Gewebe, Arterienverkalkung der Herzkranzgefäße, sämtliche Leberschädigungen, Durchblutungsstörungen der Arme, der Beine und des Gehirnes, Nachbehandlung bei Schlaganfall, rheumatische Erkrankungen wie z.B. Muskel- und Gelenkrheumatismus, Hexenschuß und Ischiasbeschwerden, zu hoher Harnsäurespiegel, d.h. Gicht, verzögerte körperliche Erholung nach schweren Erkrankungen, bei Krebs als zusätzliche Hilfe, Hauterkrankungen verschiedenster Art, wie Akne, Ekzeme und Warzen, viele Augenerkrankungen, die auf Durchblutungsstörungen zurückzuführen sind, Migräne, viele Arten von Schwindelanfällen, allgemeine Abgeschlagenheit, präventiv bei Risikofaktoren wie Nikotin, zu hoher Cholesterinspiegel, bei Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Verhinderung oder zeitliche Hinauszögerung von fortschreitenden negativen körperlichen Veränderungen.

### Sauerstoff, der große Helfer bei:

- Aids
- Krebs
- Arthrosen
- Arterienverkalkung
- Altersschwäche
- Durchblutungsstörungen
- Leberschäden
- Rheuma
- Gicht
- Stoffwechselstörungen
- Mangelkrankheiten
- Resorptionsproblemen
- Blutkrankheiten

Die für den Menschen vorgesehene göttliche Lebensweise ist eine aerobe mit einer Atmung und Verdauung auf der Grundlage der Oxidation mit Sauerstoff bzw. mit dem

Wasserstoffperoxid, welches sich bei der Atmung in der Lunge bildet. Atmung und Verdauung beziehen sich dabei ebenso auf unsere großen Organe wie beispielsweise auf die Lunge und den Darm, aber auch genauso gut auf aerobe Atmung und Verdauung des Stoffwechsels der Zelle. Aerobes Leben führt zu einem Lebensgefühl der Leichtigkeit wie das Schweben eines Adlers. Süchte und Sehnsüchte sind unbekannt, da man beständig in der Mitte lebt und dadurch naturgesetzlich genügsam und bescheiden ist.

Bewegung findet so wenig wie möglich, aber so viel wie nötig statt, immer unterhalb der anaeroben Schwelle. Dadurch wird der Energieverbrauch des Menschen auf ein mögliches Optimum reduziert, sehr zum Nutzen auch für die Umwelt. Das Immunsystem, bestehend aus Lymphe und Knochenmark kann so beständig regenerieren, und Krankheiten sind von vornherein ausgeschlossen, da die körpereigene Abwehr vor Kraft nur so strotzt. Auch der so immer wieder regenerierte Körper endet mit dem unumgänglichen Tod. Dieser wird jedoch der sein, wie er im letzten Vers des Buches Hiob beschrieben wird: „Und Hiob starb alt und lebensatt“.

### **Bewegung**

so wenig wie möglich  
so viel wie nötig  
immer aerob

Im Gegensatz zum aeroben Leben steht die widergöttliche anaerobe Lebensweise einer dauerhaften Atmung und Verdauung auf der Grundlage von Gärung, Fäulnis und Verwesung. Der Körper übersäuert, und das betroffene Bindegewebe und bald auch andere Schichten der Körperhierarchie werden sich früher oder später verschlacken oder entzünden. Zunächst unsichtbar verlaufende Krankheiten beginnen, deren Symptome oft erst sehr viel später klinisch meßbar werden. Die Behandlung mit Medikamenten oder anderen sogenannten Heilmitteln kann nicht helfen und heilen, da die Ursachen nicht berücksichtigt und für die Zukunft in Wegfall gebracht werden. Das weitere Schicksal ist vorprogrammiert: Schwächung, akute Krankheiten, dann chronische Krankheiten, dann Siechtum und qualvoller Tod. Es sei denn, man besinnt sich auf den Sauerstoff!!

## Die Kuhmilch

Muttermilch ist kein geeignetes Nahrungsmittel für den erwachsenen Menschen. Wieso soll es dann die Kuhmilch sein? In Deutschland werden pro Jahr 25 Milliarden Liter Kuhmilch produziert. Voraussetzungen für diese ungeheure Menge sind Massentierhaltung und Hormoneinsatz, damit die Milchleistung der Kühe extrem hoch ist, und hoher Medikamenteneinsatz, zuerst bei den Kühen, Jahre später bei den Milchtrinkern. Die Folgen der modernen Tierhaltung sind Arzneimittel- und Hormonrückstände in der Kuhmilch.

Warum ist Kuhmilch kein Muttermilchersatz? Kuhmilch enthält zuviel Eiweiß und Kalzium und zu wenig Vitamine und Immunschutzstoffe. Sie führt zu einer längeren Sättigung als Muttermilch und enthält zudem wie diese eine große Anzahl an Laktobazillen der Art Bifidus, die für die Entwicklung der Darmflora des Säuglings sehr wichtig sind als Schutz vor Infekten. Die Überfütterung mit Eiweiß, Kalzium und Phosphat überfordert jedoch den menschlichen Organismus, besonders natürlich denjenigen des Säuglings. Demgegenüber fördert Muttermilch das Wachstum und die Entwicklung des Kindes. Denn wir Menschen entwickeln zuerst unser Gehirn, das Tier zuerst sein Knochengerüst. Kuhmilch kann die Entwicklung des menschlichen Gehirn beeinträchtigen, siehe Pisastudie.

Eine Kuh frisst nur Gräser und hat trotzdem ein starkes Knochengerüst. Daraus mag deutlich werden, daß auch Vegetarier ohne tierische Kalziumquellen ein starkes Knochengerüst aufbauen können und nicht an Osteoporose erkranken müssen.

**Laktoseintoleranz?  
Glutenintoleranz?  
Zuckerintoleranz?**

**Der Stoffwechsel reagiert richtig!**

**Die Nahrungsmittel sind intolerabel!**

Betrachten wir einmal einzelne Faktoren der Kuhmilch im Vergleich zur Muttermilch, als erstes den Milchzucker. Bei der Mehrzahl der Menschen kommt es nach der Säuglingsphase zu einem Laktasemangel, da nach der Stillphase normalerweise kein Milchzucker mehr zu verdauen ist. Deshalb vermindert der Organismus nach dem Säuglingsalter kontinuierlich die Produktion des Enzyms Laktase. Das bedeutet, daß der Mensch nach der Entwöhnungsphase normalerweise nicht mehr in der Lage ist, Milch aufzuspalten. Muß er dann doch Milchzucker verstoffwechseln, sind Blähungen, Durchfälle, Bauchschmerzen, Erbrechen,

Völlegefühl und krampfartige Schmerzen oft die logische Folge. Die angebliche Laktoseintoleranz, mit der viele Menschen auf den Verzehr von Milch und Milchprodukten reagieren, ist mithin eine vollkommen normale, ja sinnvolle Reaktion und keine Krankheit!

Kuhmilch enthält mehr Eiweiß als Muttermilch. Das führt zu einer erhöhten Belastung der Leber und der Nieren und auch des Verdauungstraktes des Säuglings. Außerdem enthält die Kuhmilch die siebenfache Menge an Kasein gegenüber der Muttermilch. Darauf ist das Verdauungssystem des menschlichen Säuglings nicht eingestellt. Eine optimale Verdauung der Kuhmilch ist deshalb nicht möglich.

Nach dem Abstillen bildet sich das Labferment Chymosin im menschlichen Körper zurück, welches zur Kaseinverstoffwechslung benötigt wird. Auch das ist ein Grund dafür, daß Kuhmilch im Erwachsenenalter zum Verzehr für den Menschen nicht geeignet ist. Außerdem kommt es durch das hohe Maß von Milcheiweiß zu einer deutlichen Aktivierung der Streßhormone ausschüttenden Systeme. Die Folgen sind z.B. hyperaktive Kinder.

Muttermilch gerinnt feinflockig. Das Eiweiß kann so optimal vom Säugling aufgenommen und verstoffwechselt werden. Dagegen verklumpt das Eiweiß der Kuhmilch im Darm der Säuglinge, was dort zu einer erhöhten Belastung des Verdauungstraktes sowie der Leber und der Nieren des Säuglings führt. Bald verhindern schleimige Ablagerungen der Milch in den Darmzotten die Nährstoffaufnahme, und Ablagerungen in anderen Organen begünstigen die zukünftige Bildung von Zysten, Tumoren und Krebs.

Nur die Muttermilch enthält die richtigen Immunschutzstoffe für den Säugling, stimuliert den Aufbau unseres Abwehrsystems und schützt uns vor zukünftigen Infektionen. Muttermilch bildet auf der Darmschleimhaut des Säuglings einen Schutzfilm gegen Krankheitserreger. Dazu ist die Kuhmilch nicht in der Lage. Sie enthält auch nur geringe Mengen an Lysozym, womit die Zellwände von Bakterien aufgelöst und die bakterizide Aktivität unseres Immunsystem stimuliert wird. Außerdem enthält die Kuhmilch kein Lactoferrin, ein eisenbindendes Eiweiß, welches durch Eisenentzug das Wachstum von Bakterien hemmt.

Die Kuhmilch enthält außerdem im Gegensatz zur Muttermilch keine Bestandteile, um das Wachstum von *Lactobazillus Bifidus* zu begünstigen. Diese sind jedoch unbedingt notwendig für den Aufbau eines gesunden Darmmilieus als Schutz vor Allergien und Infektionen.

Zwar verfügt die Kuhmilch über einen hohen Eiweiß- und Mineralstoffgehalt und über Immunschutzstoffe, die speziell für das Kalb wichtig sind. Der diesbezügliche Gesundheitswert der Kuhmilch läßt jedoch nicht den Rückschluß zu, daß die Kuhmilch den selben guten Gesundheitswert auch für den menschlichen Säugling hat. Im Gegenteil! Nicht umsonst produziert jedes Säugetier seine eigene Muttermilch, die genau auf die Bedürfnisse des Jungen abgestimmt ist und auch nur in der Säuglingsphase verabreicht wird. Der Mensch ist das einzige Säugetier, das noch im Erwachsenenalter Milch trinkt, dazu von einer Kuh und nicht von der eigenen Spezies.

Die Regionen in der Welt, welche die größten Mengen an Kuhmilch erzeugen, haben den höchsten Stand an Osteoporosekranken unseres Globus. Es ist davon auszugehen, daß Kuhmilch und daraus hergestellte Produkte Osteoporose nicht verhindern, sondern diese begünstigen. Kuhmilch weist viermal soviel Kalzium und vier- bis fünfmal soviel Phosphor auf wie Muttermilch. Der Grund dafür ist derjenige, daß das Kalb wesentlich schneller wächst als der Mensch und daher viel mehr Kalzium und Phosphat für den Knochenaufbau benötigt. Während jedoch beim Kalb der Knochenaufbau im Vordergrund seiner Entwicklung steht, ist es beim menschlichen Säugling das Gehirnwachstum.

Der hohe Phosphorgehalt der Kuhmilch und die Alkalisierung des Verdauungstraktes bewirken beim Säugling bzw. auch beim erwachsenen Menschen, daß mehr als zwei

Drittel des Kalziums im Darm zurückgehalten werden. Der hohe Proteingehalt in der Kuhmilch verursacht zusätzliche Kalziumverluste. Das geschieht deshalb, weil die großen

**Milch ist ein Kalziumräuber,  
kein Kalziumspender.**

Phosphormengen der Kuhmilch gebunden werden müssen, gleichzeitig die anfallende Harnsäure neutralisiert werden muß. Der entstehende Kalziumverlust ist im Harn meßbar. Kuhmilch begünstigt nicht die Kalziumaufnahme, sondern behindert sie!

Quark enthält doppelt soviel Phosphor wie Kalzium. Dadurch kann das Kalzium nicht ausreichend resorbiert werden. Bei einer sehr ungünstigen Bilanz wird u.U. sogar Kalzium aus dem Skelett herausgelöst. Der Volksmund sagt: „Quark macht stark. Quark alleene macht krumme Beene!“ Fazit ist, daß der Konsum von Milchprodukten zusammen mit einer säureüberschüssigen Ernährung zur Entkalkung der menschlichen Knochen führt.

Wegen des Vorhandensein des Enzyms Xanthinoxidase wird die Kuhmilch u.a. für das Auftreten von Herzinfarkt, Arteriosklerose und für einen zu hohen Harnsäurespiegel im Blut verantwortlich gemacht. Dieses Enzym gelangt nur durch die Homogenisierung der Milch in unseren Stoffwechsel, und zwar durch die Darmwand.

Es wird auch ein Zusammenhang zwischen dem großen Konsum von Kuhmilch und dem Auftreten des Diabetes Typ 1 gesehen. Kanadische Forscher fanden heraus, daß die Zuckerkrankheit bei Kindern und Jugendlichen durch eine Fehlreaktion des menschlichen Immunsystems auf bestimmte Eiweißstoffe aus der Kuhmilch ausgelöst wird. Das Kuhmilch-eiweiß Albumin ähnelt einem körpereigenen Protein, das auf der Oberfläche der insulinproduzierenden Betazellen der Bauchspeicheldrüse sitzt. Durch eine Störung des noch nicht voll ausgereiften Immunsystems bei Kindern und Jugendlichen bildet der Organismus Antikörper gegen das Kuhmilchprotein und greift aufgrund der Strukturähnlichkeit die eigenen Drüsenzellen an. Mit dem 16. Lebensjahr können dann bereits 90% der Insulin produzierenden Zellen zerstört sein. Studien belegen, daß zuckerkrankte Kinder siebenmal mehr Antikörper gegen das Kuhmilchprotein haben als ihre gesunden Altersgenossen.

Die einfachste Form der Gewebewucherung durch Milchkonsum sind vergrößerte Mandeln und das Wuchern der Nasenpolypen. Wen wundert es, daß deren Entfernung die häufigsten operativen Eingriffe bei Kindern darstellen!

Statistisch gesehen, tritt Krebs in den Gegenden der Erde am häufigsten auf, wo am meisten Milch getrunken wird. Untersuchungen ergaben, daß eine Infektion mit dem Virus einer anderen Tierart besonders oft zu einer späteren Krebsentstehung führt. Betroffen sind vor allem Säuglinge, da ihr Immunsystem noch nicht richtig ausgebildet ist. Kommen diese beiden Faktoren zusammen, also Säugling plus Kuhmilchernährung, besteht eine erhöhte Gefahr für die Entstehung einer Geschwulst im späteren Leben.

Mittlerweile konnte ein Virus aus dem Blut von Brustkrebspatientinnen isoliert werden. Er findet sich nicht nur bei erkrankten Frauen sondern auch bei etwa 10% der noch gesunden, nicht von Krebs betroffenen Frauen, also bei etwa so vielen, wie im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs erkranken. Heutzutage etwa jede zwölfte Frau.

Das Rheuma ist eine erworbene Krankheit. Viele Milchprodukte führen zu einer Einschwemmung von Eiweißtoxinen ins Gewebe. Es werden daraufhin immunologische Entzündungswerte provoziert, die zu Schmerzen an bestimmten Gelenken, je nach individueller Schwachstelle, führen. Rheuma, Arteriosklerose, Diabetes und viele andere Zivilisationskrankheiten sind Eiweißmastkrankheiten. Unsere heutige Ernährung enthält vor allem zuviel tierisches Eiweiß, zuviel weißen Industriezucker und zuviel tierisches Fett. Das, was aber wichtig wäre, wie Vitamine, Spurenelemente, Faserstoffe, Mineralstoffe und ungesättigte Fettsäuren, enthält sie zu wenig.

Milch enthält das Ferment Katalase. Dieses Ferment gilt als Bestandteil eines ausgeklügelten Abwehrsystems unseres Organismus zur Zerstörung von Superoxid-Radikalen. Es ist also ein regelrechter Sauerstoff-Fänger. Im Augenblick beobachten wir eine regelrechte Hysterie gegenüber sog. „Freien Radikalen“, seien es sog. Hydroxyl-Radikale oder sog. Superoxid-Radikale. Damit werden die beiden wichtigsten Helfer unseres Stoffwechsels, die Alkalität und der Sauerstoff, nach unserer Meinung zu Unrecht, verteufelt.

Das Enzyme Katalase hat nur eine Aufgabe, nämlich die Zerstörung von Wasserstoffperoxid, von  $H_2O_2$ , gleich bei oder nach seiner Entstehung während der Atmung. Dadurch wird der Organismus auf anaerobes Leben ohne Sauerstoffoxidation umgestellt. Bei einem Säugling ist das eine sinnvolle Einrichtung der Natur, da das rasche Wachstum der ersten neun Monate nur auf der Grundlage der Milchsäure möglich ist. Nach dem Abstillen bedeutet jedoch die Fortsetzung der Milchernährung und damit der täglichen Verabfolgung von Katalase die Erzeugung von Menschen, deren Lebensprozeß aus Gärung, Fäulnis und Verwesung besteht und die deshalb langsam aber sicher übersäuern, der Beginn aller sog. „Krankheiten“.

Ein gewisses Maß von Katalase mag tolerierbar sein. In großen Mengen konsumierte Milch oder Milchprodukte minimieren jedoch in unverantwortlichem Umfange die Sauerstoffversorgung unseres Organismus. Daraus resultiert die Schwächung unserer Abwehrkräfte, oftmals mit der Folge einer Allergie.

#### Die hauptsächlichsten Allergieauslöser:

- Milch und Milchprodukte
- synthetische Arzneimittel
- glutenhaltige Nahrungsmittel
- Fertignahrungsmittel

Waren es vor Jahrhunderten Früchte wie beispielsweise die Erdbeeren, die als allergieauslösend galten, so zählen heute besonders die Milch und die Milchprodukte zu den hauptsächlichsten Allergieauslösern. Die Milch ist kein Naturprodukt mehr, sondern muß als reines Raffinerieprodukt angesehen werden. Wir rechnen es neben dem Weizen mit seinem Gluten und neben der großen Gruppe der industriell hergestellten Arznei- und Nahrungsmittel zu den hauptsächlichsten Allergieauslösern. Kein Wunder, daß man im Irak keine Massenvernichtungswaffen gefunden hat. Diese befinden sich nämlich samt und sonders in den Lebensmittel-supermärkten unserer modern(d)en Welt.

## Der weiße Industriezucker

Wir alle kennen Zucker als Energielieferanten für unsere Zellen. Als fundamentaler Treibstoff ist Zucker für unseren Körper ein unentbehrlicher Stoff. Doch er ist nicht nur als chemischer Stoff unentbehrlich. Zucker ist als auch Qualität für unser Leben unentbehrlich. Man stelle sich umgangssprachlich nur „ein Leben ohne Süße“ vor.

Zucker ist verantwortlich für die Kommunikation zwischen den Körperzellen. Große Zuckermoleküle, sogenannten Polysaccharide, finden sich auf allen Zelloberflächen. Die Bedeutung dieser Strukturen wird daran deutlich, daß sich ein ganz neuer Wissenschaftszweig ausschließlich deren Erforschung widmet, die Glukosciences.

Zwei gegenläufige Hormone regeln unseren Zuckerhaushalt, das Insulin und das Glukagon. Da der Zucker ein sehr vertrauter Stoff für unseren Körper ist, gibt es keinen Grund zu der Annahme, daß unser Körper damit nicht umgehen könnte. Bei deutlich überhöhten Werten beginnt der Körper, Zucker über die Nieren auszuscheiden. Diese Ausscheidung eines im Übermaß vorhandenen und damit schädlichen Stoffes ist eine normale körperliche Reaktion, die nicht auf Zucker beschränkt ist. Man kann sich gleichermaßen einen überaus salzigen Urin mit dem Genuß von Schinken und anderen gepökelten Fleischarten verschaffen.

Wir erkennen die grundsätzliche Fähigkeit des Körpers, als intelligentes Wesen harmonische Gleichgewichtszustände mit sinnvollen Ausscheidungen aktiv aufrechtzuerhalten. Wenn wir bereit sind, diese Intelligenz und Qualität zuzugestehen, nähern wir uns schnell der Antwort, weshalb heute so viele Menschen unter den Symptomen eines Diabetes mellitus leiden. Möglicherweise ist der Diabetes eine Unverträglichkeit gegenüber dem weißen Industriezucker, so wie Sprue eine Unverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß, gegenüber dem Gluten, ist. Antwortet der Darm auf Lebensmittelunverträglichkeiten mit durchfälligen Stühlen, so antworten die Nieren im Falle einer Zuckerunverträglichkeit mit umgehender unverstoffwechselter Ausscheidung, der Polyurämie!

### **Ist die Zuckerkrankheit eine Zucker-Krankheit? - vergleichbar den verderblichen Gespannen:**

Gluten	-	Zöliakie
Milchzucker	-	Laktoseunverträglichkeit
Rauchen	-	Lungenkrebs

Natürlicher Zucker wird niemals unseren Körper krank machen, wenn wir ihn damit nicht überfrachten. Natürlicher Zucker wird von unserem Körper benötigt, allerdings in naturgegebener Qualität zum Antrieb der Zel-

len und als Basis unserer körperinternen Kommunikation. Es ist deshalb anzunehmen, daß nicht hunderte von Millionen Menschen plötzlich mit ihrem Organismus entgleist sind, was die Verstoffwechslung von Zucker angeht, sondern daß die Qualität des Zuckers entgleist ist und daraufhin die Menschen krank geworden sind.

Wenn wir behaupten, daß der Körper Zucker für verschiedene Aufgaben gebraucht, warum scheidet er ihn dann im Falle des Diabetes mellitus aus? Akzeptieren wir doch als eine der möglichen Ursachen die Qualität dieses Zuckers, mit der unser Stoffwechsel beim besten Willen nicht zurechtkommt.

Wir verwenden Zucker heute nicht mehr im natürlichen Sinne. Die chemische Strukturformel ist die gleiche geblieben, aber die energetischen Veränderungen sind so dramatisch, daß die Qualität nicht mehr den Bedürfnissen des Körpers entspricht. Das erklärt, weshalb der eigentlich notwendige Zucker vom Körper als Giftstoff ausgeschwemmt wird, wenn wir ihn nicht in naturbelassener, sondern in energieloser Form als Industriezucker konsumieren. Betreffend die Zuckerkrankheit sollte man deshalb nicht weiter von einer „Zuckerkrankheit des Körpers“ sprechen, sondern vielmehr von „krankmachendem Zucker“.

Einmal mehr denken wir an unseren Breslauer Professor Werner Kollath und seine klassische Forderung: „Laßt Eure Nahrung so naturbelassen wie möglich!“ Bei dem industriell hergestellten Weißzucker haben wir diesen Imperativ sträflich mißachtet. Mittlerweile ist der Zucker ebenso meilenweit von Werner Kollaths Naturbelassenheit entfernt, wie das leider auch für die Milch gilt. In dieser Naturferne liegt die heute zu beobachtende Ablehnung dieser Stoffe durch unseren Körper begründet, der über unzählige Generationen an diese Substanzen gewöhnt war, jedoch in anderer Zusammensetzung und Qualität und gleichzeitig vergesellschaftet mit energiereichen und lebenswichtigen Begleitstoffen.

Fazit: Ganz sicherlich ist der Körper in der Lage, täglich moderate Mengen weißen Industriezuckers zu verstoffwechseln. Es ist wiederum eine Frage der Menge, von der schon das antike Griechenland sagte, daß dadurch ein Stoff entweder zum Heilmittel oder zum Gift wird. Wer sich jedoch naturgemäß ernährt, bekommt hinreichende Mengen der verschiedenen Zuckerarten aus Obst und Gemüse. Je naturbelassener, desto besser.