

Auszüge aus dem Buch "Der Weg zurück in die Jugend"

ISBN 3-8334-1485-5

Inhalt

1 Das Geheimnis von Leben und Altern

- 1.1.1 Bakster's Entdeckungen
- 1.1.2 Mit einer Pflanze kommunizieren
- 1.1.3 Zellen sind intelligent
- 1.1.4 Der Anfang der Körperentwicklung
- 1.1.5 Der Beginn des Alterns 4**
- 1.1.6 Unsterblichkeit 4**

2 Wasser

2.1 *Eigenschaften des Wassers*

- 2.1.1 Die Struktur des Wassers
- 2.1.2 Wasser in lebenden Organismen
- 2.1.3 Andere Eigenschaften des Wassers

2.2 *Säuren, Basen und pH-Wert*

- 2.2.1 Saures und basisches Wasser
- 2.2.2 Überschüssiger Sauerstoff in basischem Wasser
- 2.2.3 Säuren und Basen im täglichen Leben
- 2.2.4 Wie das Geschlecht eines Babys bestimmt werden kann 4**

2.3 *Wasserfilter*

- 2.3.1 Defensive Systeme
- 2.3.2 Defensiver Overkill
- 2.3.3 Offensive Systeme
- 2.3.4 Ionentauscher

3 Nahrung

3.1 *Die Elemente der Nahrung*

- 3.1.1 Die Grundelemente der Nahrung
- 3.1.2 Die Aufgabe der Mineralien im Körper
- 3.1.3 Saure und basische Nahrungsmittel

3.2 *Die Schlacken der Nahrungsmittel*

- 3.2.1 Organische Schlacken
- 3.2.2 Anorganische Nebenprodukte
- 3.2.3 Die neutralisierende Wirkung basischer Mineralien
- 3.2.4 Saure Schlacken, die vom Körper gespeichert werden

4 Der menschliche Körper

- 4.1.1 Eine Überlebensmaschine
- 4.1.2 Saure Haut schützt vor Bakterienbefall
- 4.1.3 Der Einfluss des elektrischen und magnetischen Feldes
- 4.1.4 Theorien über das Immunsystem

4.2 *Das Ausscheidungssystem*

- 4.2.1 Nieren, Lunge, Haut etc.
- 4.2.2 Blut als wichtigster Transportweg
- 4.2.3 Basisches Wasser hilft am besten

4.3 *Homöostase*

- 4.3.1 Puffer im Blut
- 4.3.2 Schlacken, die im Körper zurückbleiben
- 4.3.3 Die Umwandlung von flüssigen zu festen Säuren

4.4 *Lebensstil und Übersäuerung*

- 4.4.1 Stress und Säure
- 4.4.2 Mentaler Stress
- 4.4.3 Stress durch elektromagnetische Strahlung
- 4.4.4 Saure Nahrung und Getränke
- 4.4.5 Das Ergebnis: Ansammlung von Säuren
- 4.4.6 Die Wirkung angesammelter Säuren
- 4.4.7 Geduld
- 4.4.8 Fasten

5 Krankheiten

5.1	Ansteckende Krankheiten und Alterskrankheiten	
5.1.1	Bekannte Ursachen der Alterskrankheiten	
5.2	Krebs	
5.2.1	Sauerstofftherapien	
5.2.2	Die wirkliche Ursache von Krebs	5
5.2.3	Therapie mit basischem Wasser	5
5.2.4	Herkömmliche medizinische Therapien	
5.2.5	Die beste Methode der Krebsvorsorge	
5.3	Herzkrankheiten, Arteriosklerose, Bluthochdruck	6
5.3.1	Übersäuerung und Bluthochdruck	6
5.3.2	Wirkung des basischen Wassers	6
5.3.3	Medikamente	
5.3.4	Blutdruck und Rauchen	
5.3.5	Blutdruck und Zucker	
5.3.6	Die Wirkung von Soft Drinks	
5.4	Diabetes	
5.4.1	Die Wirkung von basischem Wasser	6
5.4.2	Alterskrankheiten und Vererbung	
5.5	Arthritis und Gicht	
5.5.1	Mit Salben überdecken oder die Ursache beseitigen	7
5.5.2	Degenerative Krankheiten	
5.6	Nierenkrankheiten	7
5.6.1	Nierensteine	7
5.7	Chronischer Durchfall und Verstopfung	8
5.8	Weitere Alterskrankheiten	8
5.8.1	Asthma, Heuschnupfen, Allergien	8
5.8.2	Magenübersäuerung, -verstimmung, Blähungen, Übelkeit	9
5.8.3	Osteoporose	9
5.8.4	Morgendliche Übelkeit in der Schwangerschaft	9
5.8.5	Augenkrankheiten	
5.9	Ansteckende Krankheiten	
5.9.1	Edgar Cayce's Vorhersagen	

6 Methoden und Geräte, um jünger zu werden

6.1	Chemische Methoden	
6.1.1	Säurebildende Nahrungsmittel	
6.1.2	Basenbildende Nahrungsmittel	
6.1.3	Ausgewogene, gemischte und moderate Diät	
6.1.4	Basisches Wasser trinken	
6.1.5	Mineralstoffe als Nahrungsergänzung	
6.2	Physikalische Methoden	
6.2.1	Training	
6.2.2	Heisse Bäder, Sauna, Massage, Fasten etc.	
6.3	Wasserionisierer und basisches Wasser	
6.3.1	Die Geschichte der Wasserionisierer	
6.3.2	Die Wirkungsweise des Wasserionisierers	
6.3.3	Saures und basisches Wasser im Alltag	
6.4	Langwellige Infrarotbehandlung	
6.4.1	Hintergründe	
6.4.2	Was ist langwellige Infrarotstrahlung	
6.4.3	Wie werden IR-C-Strahlen erzeugt?	
6.4.4	Anwendungen von langwelligen Infrarotstrahlen	
6.4.5	Klinische Behandlungen mit langwelligen Infrarotstrahlen in Japan	

7 Umwelt und Gesundheit

7.1 *Der Planet Erde*

7.2 *Die zwei Arten von Wasser in der Natur*

7.3 *Elektrische Ionen in der Luft*

- 7.3.1 Das Luftreinigungssystem der Natur
- 7.3.2 Die Wirkung von Ionen auf Gesundheit und Stimmung
- 7.3.3 Elektrische Potentialgefälle in der Luft
- 7.3.4 Potentialgefälle und Blitze
- 7.3.5 Wechselwirkungen mit Ionen

7.4 *Magnetische Felder in der Natur*

- 7.4.1 Elektrischer Strom und elektrisches Feld **Fehler! Textmarke nicht definiert.**
- 7.4.2 Das Erdmagnetfeld
- 7.4.3 Mangelerscheinungen durch schwaches Magnetfeld

7.5 *Magnetische Felder und Gesundheit*

- 7.5.1 Magnetfeld-Behandlungen
- 7.5.2 Magnetische Felder verlängern Mäuseleben

7.6 *Eine gesunde Umgebung in Ihrem Haus*

8 Herkömmliche Theorien des Alterns

- 8.1.1 Die Abnutzungstheorie
- 8.1.2 Die Theorie der genetischen Programmierung
- 8.1.3 Begrenzte Zahl an Zellteilungen
- 8.1.4 Glucose als Ursache des Alterns
- 8.1.5 Verklumpungen der Proteine als Ursache verschiedener Krankheiten
- 8.1.6 Verlangsamung des Stoffwechsels
- 8.1.7 Freie Radikale
- 8.1.8 Gene
- 8.1.9 Die Theorie der Wachstumsenzyme
- 8.1.10 Einfrieren
- 8.1.11 Zusammenfassung

9 Fazit und Nachwort

9.1 *Ergebnisse*

- 9.1.1 Den Alterungsprozess verstehen
- 9.1.2 Die moderne medizinische Wissenschaft übersieht es
- 9.1.3 Einfacher wissenschaftlicher Zugang
- 9.1.4 Beginn der wissenschaftlichen Forschung
- 9.1.5 Wasser
- 9.1.6 Nahrungsmittel
- 9.1.7 Der menschliche Körper
- 9.1.8 Die Ursachen der Alterskrankheiten
- 9.1.9 Basisches Wasser ist keine Medizin
- 9.1.10 Geräte, um jünger zu werden
- 9.1.11 Goldene Zukunft

9.2 *Nachwort*

- 9.2.1 Sind Sie Arzt?
- 9.2.2 Lernen Sie diese Fakten
- 9.2.3 Wissen und seine Umsetzung**
- 9.2.4 Wir sind unser eigenes Schicksal
- 9.2.5 Die Geschichte wiederholt sich

9

10 Literaturhinweise

11 Überblick: Basisches und saures Wasser

11.1 *Die Vorteile von basischem ionisierten Wasser*

11.2 *Die Vorteile von saurem ionisierten Wasser*

12 Adressen

1.1.5 Der Beginn des Alterns

Auch wenn keine schädlichen Substanzen im Blut der Mutter sind, produziert der Körper des Babys Abfallprodukte. Der Stoffwechsel, die Oxidation (Verbrennung) von Nährstoffen zur Bereitstellung von Energie, hinterlässt Schlacken, die der Körper loswerden muss. Die Frage ist: Wie gut und wie vollständig können wir diese Schlacken entfernen? (Mehr über die verschiedenen Arten von Nährstoffen und ihren Rückständen finden Sie in Kapitel 3).

Die Schlacken, die wir nicht vollständig ausscheiden können, müssen im Körper irgendwo gelagert werden. Der Alterungsprozess, der mit dem Beginn des Lebens einsetzt, ist eine Anhäufung dieser nicht ausgeschiedenen Schlacken. Auch wenn unsere Nahrung keine schädlichen Substanzen mehr enthält, wird sie zu Schlacke, die wir entfernen müssen. Und wenn schädliche Substanzen in der Nahrung sind, wird sie zu giftiger Schlacke. Der Körper muss die Schlacken entgiften und entsorgen.

Ein berühmter Französischer Physiologe, Alexia Carell, hielt ein Hühnerherz für 28 Jahre am Leben.⁸ Er bebrütete ein Ei. Das Herz des sich entwickelnden Kükens wurde herausgenommen und zerschnitten. Diese Stücke, die aus vielen Zellen bestanden, wurden in eine Nährlösung gebracht, die Mineralien in der gleichen Zusammensetzung wie das Blut enthielten.

Er wechselte die Nährlösung jeden Tag und hielt so das Herz des Kükens für **achtundzwanzig Jahre** am Leben. Als er aufhörte, die Nährlösung zu wechseln, starben die Herzzellen. Das Geheimnis des über 28 Jahre überlebenden Hühnerherzens liegt darin, dass die extrazelluläre Flüssigkeit konstant blieb und die Schlacken täglich durch das Wechseln der Nährlösung entfernt wurden.

1.1.6 Unsterblichkeit

Seit Urzeiten suchen die Menschen nach Unsterblichkeit. Die Geschichte zeigt uns, dass in fast allen Kulturen die Menschen nach dem Jungbrunnen gesucht haben oder nach besonderen Kräutern, die ihr Leben verlängern sollten. Theoretisch sind wir unsterblich. Ei und Samen verbinden sich und bringen neue Zellen und neues Leben hervor. Dieses neue Leben bildet wieder Ei und Samen und formt neues Leben. Anders ausgedrückt: Keimzellen sterben nie. Ein Teil von uns lebt weiter und weiter in neuen Leben ohne Ende.

Ei und Samen sind Keimzellen. Nach den Erkenntnissen der modernen Physiologie altern Keimzellen nicht und tragen das Leben von Generation zu Generation. (Auch wenn die Eltern alt sind, zeigt ihr Baby kein Zeichen von Alter). Wir haben aber auch andere, gewöhnliche Körperzellen. Wenn diese wachsen, werden sie zu spezialisierten Geweben: Nerven, Muskeln, Bindegewebe, Sehnen, Knorpel, Haut und Fettgewebe. Diese Gewebe wachsen weiter und bilden spezialisierte Organe. Leider altern diese spezialisierten Zellen der Gewebe und Organe und sterben. Was lässt diese Zellen sterben?

Die Antwort ist einfach: Diese Zellen verfallen, weil sie Schlacken und Abfall ansammeln. Stellen Sie sich ein Haus vor, aus dem immer nur 99,9 % des Abfalls entfernt wird. Nach einigen Monaten stinkt es gewaltig.

Nachdem wir verstanden haben, dass der Alterungsprozess und der Verfall der Zellen in der Ansammlung der Schlacken seine Ursache hat, ist es wichtig herauszufinden, welche Eigenschaften diese Schlacken haben, und eine Methode zu entwickeln, wie wir dem Körper helfen können, sie jeden Tag restlos zu entfernen. Wenn wir es schaffen, alte Schlacken, die wir vor Jahren irgendwo abgelagert haben, herauszuholen und zu entfernen, werden wir jünger.

Dies ist der Weg zurück zur Jugend!

Wir sprechen nicht davon, die Uhr zurückzudrehen. Wir sprechen nicht davon, Falten zu entfernen um jung auszusehen, während wir innen alt werden. Wir sprechen davon, die Schlacken in einem 50jährigen Körper auf ein Mass zurück zu führen, das einem 40jährigen entspricht. Wenn die angehäuften Schlacken keine unumkehrbaren Schäden an Geweben und Organen hervorgerufen haben, können ihre Funktionen wieder belebt werden.

Die folgenden Kapitel des Buches zeigen die wissenschaftlichen Einzelheiten des Alterns und den Weg zurück zur Jugend.

2.2.4 Wie das Geschlecht eines Babys bestimmt werden kann

Durch ein Verständnis der Säuren- und Basenwerte des menschlichen Körpers kann das Geschlecht eines Kindes vor der Empfängnis bestimmt werden. Das männliche Spermium ist basisch, während das Innere der Vagina sauer ist. Das Spermium mit dem männlichen Chromosom schwimmt schnell, lebt

aber nur kurz in einer sauren Umgebung. Das Spermium mit einem weiblichen Chromosom schwimmt langsamer, kann aber länger in einer sauren Umgebung überleben.

Wenn Sie diese Fakten kennen, können Sie die Chancen erhöhen, entweder einen Jungen oder ein Mädchen zu zeugen. Wenn das weibliche Ei schon da ist und wartet, wenn das Spermium kommt, ist die Chance sehr gross, dass ein Spermium mit männlichen Chromosomen als erstes auf das Ei trifft. Sind die Spermien aber zuerst da und warten auf das Ei, sind die Chancen hoch, dass ein Spermium mit weiblichen Chromosomen stärker ist und überlebt, während die Spermien mit männlichen Chromosomen schon zu schwach oder abgestorben sind.

Wenn die Eltern basisches Wasser für mehr als einen Monat vor der Zeugung trinken, werden Spermium und das Innere der Vagina basischer und es erhöht sich die Chance, einen Jungen zu zeugen. Dokumente aus Korea zeigen, dass die Chancen auf 90% für die Geburt eines Jungen stehen, wenn die Eltern beide vor der Geburt mindestens 30 Tage basisches Wasser trinken. In Korea gibt es schon eine Mädchenknappheit, was soziale Problem mit sich bringt.

5.2 Krebs

5.2.2 Die wirkliche Ursache von Krebs

Herman Aihara schreibt in seinem Buch "Acid and Alkaline"¹:

"Wenn der Zustand der extrazellulären Flüssigkeiten, insbesondere des Blutes, sauer wird, zeigen wir Symptome wie Müdigkeit, Immunschwäche etc... Wenn diese Körperflüssigkeiten noch saurer werden, bekommen wir Schmerzen wie Kopfschmerzen, Gliederschmerzen, Bauchschmerzen etc. Nach Keiichi Morishita in seinem Buch "Die versteckten Ursachen der Krebserkrankungen" lagern wir unweigerlich überflüssige saure Substanzen in einigen Teilen unseres Körpers ab, wenn das Blut zu sauer wird, damit dieses seine basischen Eigenschaften behält.

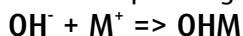
Wenn dieser Zustand anhält, werden diese Körperteile noch saurer und einige Zellen sterben ab. Diese toten Zellen werden dann selbst zu Säuren. Einige Zellen jedoch können sich der neuen Umgebung anpassen. In anderen Worten, statt abzusterben - wie normale Zellen in dieser Umgebung - werden einige Zellen zu abnormalen Zellen und überleben. Diese abnormalen Zellen nennen wir bösartige (maligne) Zellen. Maligne Zellen korrespondieren weder mit dem Nervensystem noch mit unserem eigenen DNA-Code. Deshalb wachsen maligne Zellen unendlich und ohne Ordnung. Dies ist Krebs."

Im Kapitel 2 habe ich die Beziehung zwischen Basizität und überschüssigem Sauerstoff im Wasser dargelegt. Herr Aihara erwähnt Sauerstoffmangel nicht und spricht dagegen von der Übersäuerung der extrazellulären Körperflüssigkeiten, die Krebs hervorruft. Dr. Warburg zeigt, dass die Hauptursache für Krebs der Mangel an Sauerstoff in einer Zelle ist, wie in einer Pflanzenzelle. Er wusste nicht, was den Sauerstoffmangel hervorruft.

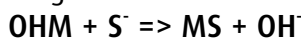
Meiner Meinung nach arbeitet Dr. Warburg mit den Symptomen des sauren Milieus und nicht mit den Ursachen. Herr Aihara trifft dagegen den Nagel auf den Kopf. Deshalb lindert die deutsche Lösung die Symptome, indem sie mehr Sauerstoff bereitstellt, während die japanische Lösung die Ursachen bekämpft, indem der Säurespiegel durch basische Ernährung und/oder das Trinken von basischem Wasser gesenkt wird.

5.2.3 Therapie mit basischem Wasser

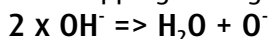
Wenn Sie basisches Wasser trinken, trinken Sie Wasser mit überschüssigem Sauerstoff, der aber nicht in der Form von elementarem Sauerstoff O₂, sondern als Hydroxyl-Ion OH⁻ enthalten ist, welches sehr stabil ist, da es sich mit den positiv geladenen ionisierten basischen Mineralien (M⁺) verbindet:



Wird ein basisches Mineral zur Entgiftung von sauren Stoffen (S⁻) benutzt, wird das OH⁻-Ion freigesetzt und versorgt die Zellen mit zusätzlichem Sauerstoff:



Zwei OH⁻-Ionen können ein Wassermolekül H₂O bilden und ein Sauerstoffatom freisetzen. So werden zwei Fliegen mit einer Klappe geschlagen.



Wir sprechen also von zwei Arten Sauerstoff. Die eine Art, der elementarer Sauerstoff O₂, ist die dynamische Form, die durch die Atmung in der Lunge in den Blutkreislauf gelangt. Die andere Art,

das Hydroxyl-Ion OH^- , ist die stabile, meist an ein positiv ionisiertes basisches Mineral gebundene Form. Der Körper benötigt beide Arten. Wenn Sie den Atem anhalten, wird die O_2 -Zufuhr abgeschnitten und Sie sterben. Wenn der pH-Wert Ihres Körpers unter 7 sinkt, sind keine OH^- -Ionen mehr vorhanden und Sie sterben auch. Wenn der Atem stoppt, wird zuerst Sauerstoff aus O_2 und anschliessend aus OH^- verbraucht, dann sterben Sie. Menschen mit einem hohen pH-Wert des Körpers - wie z.B. Babys - können länger als 3 Minuten ohne Atmen leben.

Wenn wir auf die Forschungen der beiden Wissenschaftler zurückblicken, spielt sich in unserem Körper folgendes ab: Wenn die Zellumgebung zu sauer wird, ist nicht genügend Sauerstoff für alle Zellen vorhanden. Um wenigstens für einige Zellen das Überleben zu sichern, werden einige Zellen zu "Pflanzen"zellen umgewandelt, die CO_2 verbrauchen und O_2 abgeben. Was für den Moment eine gute Lösung ist, kann später zerstörerisch wirken, aber jedenfalls sichert es das Überleben für eine Weile. Vergessen Sie nicht, dass der menschliche Körper eine grossartige Überlebensmaschine ist.

5.3 Herzkrankheiten, Arteriosklerose, Bluthochdruck

Ihr Blut ist das Transportsystem Ihres Körpers. Es transportiert sowohl Nährstoffe als auch Sauerstoff zu den Körpergeweben. Ausserdem entfernt es Abfallprodukte aus den Geweben und hilft, die Körpertemperatur aufrecht zu erhalten. Um diese Aufgaben erfüllen zu können, muss das Blut kontinuierlich zirkulieren. Unser Herz ist das Zentrum dieser Zirkulation und wird in jeder Minute von fast 5 Litern Blut durchflossen.

Die Übersäuerung des Körpers beginnt im Blut. Wie zuvor beschrieben, hält das Blut den pH-Wert im sicheren Bereich zwischen 7,3 und 7,45. Das Blut hat einen Puffervorrat an Natriumbicarbonat, um die starken Säuren zu neutralisieren, die als Abfallprodukte des Zellstoffwechsels entstehen. Wenn dieser Puffervorrat aufgebraucht ist, entwickelt sich eine Übersäuerung.

5.3.1 Übersäuerung und Bluthochdruck

Dr. Kancho Kuninaka, einer der Pioniere der Behandlung mit basischem Wasser in Japan, stellt fest, dass ohne Ausnahme alle Patienten mit Bluthochdruck auch unter Übersäuerung leiden²⁵. Er beschreibt viele klinische Fallstudien, in denen säurefreies basisches Wasser mit hohem pH-Wert den Bluthochdruck erfolgreich gesenkt hat. Es gibt viele plausible Erklärungen für dieses Phänomen. So muss das Herz nicht so hart arbeiten, da ein erhöhter pH-Wert im Blut auch einen höheren Sauerstoffüberschuss bedeutet. Ein anderer Grund kann sein, dass die Viskosität des Blutes mit hohem pH-Wert niedrig ist, so dass das Herz nicht so stark "pumpen" muss - das Blut ist flüssiger. Ein weiterer Faktor mag sein, dass die Calcium-Ionen im basischen Wasser die Beläge und Cholesterinablagerungen in den Arterien auflösen und so den Durchfluss erhöhen.

Ärzte wissen, dass Sie durch einige tiefe Atemzüge vor der Blutdruckmessung der Messwert senken können. Sie haben kurzzeitig den pH-Wert des Blutes gesenkt durch die erhöhte Ausatmung von CO_2 und höhere Aufnahme von O_2 . Wenn Sie durch diesen Trick ihren Blutdruck senken können, rührt er von den ersten beiden Ursachen im vorherigen Abschnitt her und es besteht die Möglichkeit, dass Sie Ihren Blutdruck dauerhaft senken können, indem Sie einige Monate basisches Wasser trinken.

5.3.2 Wirkung des basischen Wassers

Das vorherige Beispiel trifft zu, wenn Ihr Blutdruck zwischen hoch und niedrig schwankt. Wenn jedoch Ihr Blutdruck andauernd zu hoch ist, sind wahrscheinlich die Arterien zu schmal geworden (Arteriosklerose) und es wird eine lange Zeit dauern, wahrscheinlich ein Jahr oder länger, bis Ihr Blutdruck durch das Trinken von basischem Wasser niedriger werden kann. Dieser langsame Prozess hat jedoch keine Nebenwirkungen und erniedrigt den überhöhten Blutdruck durch die Beseitigung der Ursache.

5.4 Diabetes

5.4.1 Die Wirkung von basischem Wasser

Dr. Keijiro Kuwabara aus Japan hat in seiner Klinik Diabetes erfolgreich mit basischem Wasser therapiert. Er berichtet²⁵ von einem 49jährigen Versicherungsangestellten, bei dem insulin-unabhängige Diabetes mellitus diagnostiziert wurde. Nach nur einem Monat, in dem er basisches Wasser trank, konnte kein Zucker mehr im Blut nachgewiesen werden - nach 300mg/dl vorher.

Die Pankreas produziert eine der basischsten Körperflüssigkeiten mit dem pH-Wert 8,8. Ein Mangel an Calciumionen im Körper beeinträchtigt Produktion und Ausschüttung von Insulin und führt zu sauren Blutwerten. Auch durch Eiweissablagerungen verstopfte Blutgefäße beeinflussen die Funktion der Pankreas. Basisches Wasser kann hier vorbeugen, indem es ionisiertes Calcium zur Verfügung stellt und Eiweissablagerungen auflöst.

Es wird gesagt, dass die Leistung der Pankreas abnimmt, wenn wir älter werden (jetzt kennen wir die Bedeutung für "älter werden": "wenn wir saure Schlacken anlagern"). Wir sammeln aber auch saure Schlacken an um die Pankreas herum. Männer mehr als Frauen. Männer lagern Fettsäuren als erstes in der Hüftgegend an.

5.5 Arthritis und Gicht

5.5.1 Mit Salben überdecken oder die Ursache beseitigen

Heute werden viele schmerzstillende Salben für Arthritis angepriesen. Salben sind jedoch nur eine kurzzeitige Überdeckung. Manchmal verordnen Ärzte auch eine Diät. Dies ist ein Schritt in die richtige Richtung. Das Trinken von basischem Wasser jedoch hilft dem Körper, die Übersäuerung zu überwinden und sich selbst zu helfen.

Mrs. Ginny Sirhal aus Fort Lauderdale, Florida, schrieb mir:

Sehr geehrter Herr Whang

Die Entwicklung der Wasserqualität macht sowohl meinen Mann als auch mich in unserem Alter (65 & 69) sehr besorgt. Wir haben die besten Filter, die auf dem Markt erhältlich waren, installiert. Als wir jedoch lasen, wie Wasserionisierer die Giftstoffe aus dem Körper entfernen, habe wir im Oktober 1987 einen Ionisierer bestellt. Wir benutzen dieses Gerät jetzt also 6 Monate.

Mein Mann litt unter hohen Harnsäurewerten und Diabetes, die gichtische Arthritis hervorrief. Seine Hände, Finger, Knie, eigentlich alle Gelenke schmerzten so stark, dass er nicht mehr Golf spielen, oftmals überhaupt nicht mehr gehen konnte. Jetzt ist er schmerzfrei und führt dies auf das Trinken von basischem Wasser zurück. Er sagt, dass er ohne dieses nicht mehr leben kann.

Ich selbst leide unter Bluthochdruck und schwöre auf dieses Wasser. Mein Kaffee schmeckt besser, Cocktails schmecken besser und ich fühle mich besser. Amy, unsere 12jährige Enkeltochter, hat ihr Gesicht durch das saure Wasser von der anderen Seite des Gerätes vollständig von Pickeln befreit. Es ist wie ein Wunder. Ich garantiere jedem, dass dieses Gerät ihn gesund erhält und Arztbesuche überflüssig macht. Es ist fantastisch und das meist geschätzte Gerät in unserer Küche."

5.6 Nierenkrankheiten

Wenn der Körper mehr saure Schlacken produziert, müssen die Nieren mehr arbeiten, um diese Säuren aus dem Blut zu entfernen. Nieren-, Harnröhren- und Blasenkrankungen etc. sind alles Krankheiten, die von zu hohen Säurewerten herrühren und durch das Trinken von basischem Wasser gelindert werden können. Es hilft auch, den osmotischen Druck in den Nieren zu regulieren.

5.6.1 Nierensteine

Nierensteine bilden sich in den Nieren aus einem Körnchen fester Substanz. Durch weitere Anlagerung wächst dieses langsam zu einem festen "Stein". Er besteht hauptsächlich aus Phosphaten, Harnstein etc.. Dies sind Salze der Phosphor- und Harnsäure in der Regel mit Calcium und/oder Magnesium. Sie bilden sich in der Niere, weil die Umgebung zu sauer ist. Diese Salze sind sauer Salze.

Calcium und Magnesium sind in den Salzen enthalten, um die giftige Wirkung der Phosphor- und Harnsäure abzumildern. Manche Menschen glauben, dass sich Nierensteine bilden, weil sie zu viel Calcium im Körper haben. Das ist falsch. Der beste Beweis ist, dass sich ein Calciumstein in saurem Urin auflöst, während Nierensteine bestehen bleiben.

Wenn Sie Calcium in die Blase geben und die Säure des Urins senken, lösen sich Nierensteine auf. Viel basisches Wasser zu trinken beugt der Entstehung von Nierensteinen vor und kann sogar vorhandene Nierensteine wieder auflösen. Da Urin und die meisten Schlacken sauer sind, wird alles überschüssige Calcium in unserem Körper im Urin gelöst und ausgeschieden. Dabei hilft es, vorhandene Nierensteine aufzulösen. Sie brauchen sich keine Sorgen über eine zu hohen Calciumzufuhr machen.

5.7 Chronischer Durchfall und Verstopfung

Auch wenn es widersprüchlich erscheint, werden diese beiden anscheinend gegensätzlichen Erscheinungen durch einen zu hohen Säurepegel hervorgerufen. Wenn dieser die Funktion der Pankreasdrüse beeinträchtigt, so dass der Pankreas nicht basisch genug ist und die Nahrung im Darm zu sauer wird, ruft dies Durchfall hervor. Hier wirkt basisches Wasser. Wie es bei Verstopfung wirkt, ist schwerer zu verstehen.

Dr. Kyuvan Choi, Professor für innere Medizin an der Universität von Seoul, Korea, führte eine klinische Studie mit 15 Patienten durch, die seit mindestens einem Jahr unter chronischer Verstopfung litten. Dr. Choi mass die Zeit, die die Nahrung für die Passage durch den Dickdarm benötigt, vor und nach dem Trinken von basischem Wasser. Dr. Choi stellte seine Ergebnisse auf dem Gesundheits- und Wasserkongress in Seoul im September 1989 vor. Jeder der Probanden sollte 1,5 Liter basisches Wasser pro Tag trinken. Die folgenden Daten wurden zu Beginn der Studie aufgenommen sowie nach einer Woche:

Alter der Personen:		39 bis 62 Jahre alt
Dauer des Darmdurchgangs:	vorher:	45 bis 136 Stunden
	nachher:	3,1 bis 73 Stunden
Durchschnittliche Dauer	vorher:	74 Stunden
	nachher:	40 Stunden
Prozentuale Verkürzung:		6,9 bis 88,8 %
Durchschnittliche prozentuale Verkürzung:		51 %

Nach 1 bis 2 Wochen hatte jeder der Versuchspersonen mindestens einmal täglich Stuhlgang. Dr. Choi gibt zu, dass er den Grund des Erfolges nicht genau versteht. Aus den Ergebnissen, die oben gezeigt werden, kann geschlossen werden, dass Verstopfung durch Ansammlung saurer Schlacken in der Darmgegend hervorgerufen wird. Es ist möglich, dass basisches Wasser die Ausscheidung von Flüssigkeiten in den Darm begünstigt, indem es Blockaden durch saure Schlacken entfernt.

5.8 Weitere Alterskrankheiten

5.8.1 Asthma, Heuschnupfen, Allergien

Allergien entstehen, wenn ein fehlgeleitetes Immunsystem Antikörper gegen eigentlich harmlose Stoffe aufbaut. Asthma entsteht, wenn eine allergische Reaktion ein Zusammenziehen der Muskeln in den Bronchialwänden und damit die teilweise Blockade der Bronchien und Bronchiolen bewirkt.

Das Zusammenziehen wird ausgelöst durch Pollen, Staub, Tierhaare oder sogar durch seelische Stimmungslagen. Ärzte wissen nicht, warum Menschen darunter leiden. Japanische Ärzte finden die Ursache für das gestörte Immunsystem in der Übersäuerung.

Ich habe eine Bekannte in Phoenix, Arizona, die sehr gerne tanzt. Sie musste ihre tänzerischen Aktivitäten wegen einer Beschwerde einschränken, die die Ärzte als "trainingsbedingtes Asthma" bezeichneten. Nach ca. einer Stunde tanzen befielen sie Asthmaanfälle. Ich riet ihr, regelmässig basisches Wasser zu trinken. Einige Monate später rief sie mich an und berichtete, dass sie keine Asthmaanfälle mehr habe.

Man sagt, dass Asthma nicht geheilt werden kann, dass aber Anfälle durch eine Behandlung gelindert werden können. Mein Arzt sagte mir, als er mir meine blutdrucksenkenden Tabletten verschrieb, dass ich diese Tabletten für den Rest meines Lebens einnehmen müsste. Vier Jahre später strafte ich ihn Lügen, nachdem ich sechs Wochen basisches Wasser getrunken habe.

Ich glaube, dass die Japanischen Ärzte recht haben, wenn sie sagen, dass alle Krankheiten, die nicht durch Bakterien oder Viren verursacht werden, durch zu viel Säure im Körper entstehen. Wenn Ärzte sagen, dass sie die Ursache nicht kennen, ist anzunehmen, dass es die Übersäuerung ist. Westliche Ärzte achten viel zu wenig auf die Eigenschaften von Basen und Säuren. Im Orient wird dagegen immer ein grosser Wert gelegt auf die Balance zwischen Yin und Yang, zwischen Plus und Minus, zwischen Base und Säure.

5.8.2 Magenübersäuerung, -verstimmung, Blähungen, Übelkeit

Alle diese Symptome werden ebenfalls durch Übersäuerung hervorgerufen. Das Senken des Säurespiegels durch das Trinken von basischem Wasser hilft, diese säurebezogenen Magen- und Darmkrankheiten und Geschwüre zu lindern und ihrer Entstehung vorzubeugen.

Wir nehmen auch AlkaSelzer, um diesen Symptomen zu begegnen. Dies ist ein basisches Getränk mit Kohlensäure, die zugegeben wird, da es sonst zu bitter schmecken würde.

5.8.3 Osteoporose

Das Skelett des Körpers ist eine "Calcium-Bank". Wenn der Körper zu sauer wird, zieht er zum Ausgleich Calcium aus den Knochen, die dadurch brüchig werden. Knochen bestehen aus einer ausgewogenen Mischung von Calcium und Phosphor. Wird nur Calcium entfernt, bleibt ein schwacher Knochen mit zuviel Phosphor zurück.

Viele alte Menschen verändern ihre Haltung und scheinen kleiner zu werden. Dies geschieht durch Calciumverlust aus dem Skelettsystem. Das Trinken von basischem Wasser über einen längeren Zeitraum kann diesen katastrophalen Folgen der modernen Ernährung vorbeugen. Ionisiertes Calcium kann den Schaden reparieren.

5.8.4 Morgendliche Übelkeit in der Schwangerschaft

Wenn eine Frau schwanger wird, hat der Fötus Priorität bei der Zuteilung der notwendigen basischen Mineralien, und das Baby wird mit der höchsten Basizität geboren. Im Schlaf verliert die werdende Mutter viele basische Mineralien und ihr Blut wird ziemlich plötzlich sauer. Japanische Ärzte nennen dieses Phänomen "morgendliche Übelkeit".

Nachdem meine Tochter und Schwiegertochter schwanger wurde, konnte ich dieses Phänomen bestätigen. Als erstes wollten sie morgens basisches Wasser trinken. Unter den vielen Effekten, die durch das Trinken von basischem Wasser hervorgerufen werden, ist hier die Wirkung am schnellsten und direktesten zu spüren. Schwangere Frauen verlieren sehr viele basische Mineralien. Mineraltabletten und das Trinken von basischem Wasser sind sehr zu empfehlen.

9.2.3 Wissen und seine Umsetzung

Am Anfang dieses Kapitels sagte ich, dass der erste Schritt zur Rückkehr in die Jugend ist, den Alterungsprozess und seine Ursachen zu verstehen. Es nützt Ihnen jedoch nicht zu wissen, dass das Trinken von basischem Wasser Ihnen hilft, saure Schlacken auszuscheiden, wenn Sie dieses Wasser nicht auch selbst trinken. Dieses Wissen ist besser als eine Versicherung, denn eine Versicherung verlängert weder Ihr Leben noch beseitigt sie Ihre Gesundheitsprobleme - sie bezahlt nur, wenn Sie sterben oder im Krankenhaus liegen, also zu spät, um Ihnen wirklich zu helfen.

Viele meiner Bekannten wissen viel, aber sie wissen nicht, wie sie ihr Wissen umsetzen können. Das Ergebnis ist das Gleiche, als wenn sie nichts wüssten.

"Der Weg zurück in die Jugend"

von Sang Whang

aus dem amerikanischen übertragen und
mitteleuropäischen Verhältnissen angepasst von
Dietmar Ferger

100 Seiten, Paperback

€ 10.- / SFr. 16.-

ISBN 3-8334-1485

