



Trink Dich jung!

Wie Wasser unser biologisches Alter beeinflusst

Autorin: Sigi Nesterenko

www.gesundheits-ebooks.de - Der Spezialist für Gesundheitsbücher!

Warum Sie dieses Buch lesen sollten...

Sauerstoff ist das Lebensmittel Nr. 1, Wasser dagegen unser zweitwichtigstes Lebensmittel!

Unser Wasser ist nicht nur einfach H_2O , sondern ein ganz besonderes "Element". Ohne Wasser gäbe es kein Leben auf dieser Erde. Wir Menschen, und alle anderen Lebewesen, bestehen zum größten Teil aus Wasser.

Im menschlichen Organismus wird alles über Ströme geregelt. Herz- und Hirnströme sind allen Menschen gut bekannt. Weniger oder gar nicht bekannt ist, dass alle Zellnährstoffe elektrisch geladene Atome oder Moleküle – also Ionen – sind. Bewegen sich diese Ionen im Blut oder werden sie als Nährstoffe in die Zellen gepumpt, so erfüllen sie die Bedingungen für elektrische Ströme, denn Ströme sind weiter nichts als die Bewegungen elektrischer Ladungen! Diese Ströme können aber nur in

einem wässrigen Milieu optimal fließen bei einem optimalen Säuregrad (pH). Deshalb lässt Wassermangel uns Menschen sehr schnell verdursten, weil das gesamte elektrische Potential der Zellen und Gewebe zusammenbricht. Sie wissen doch auch sehr genau was passiert, wenn Ihrer Autobatterie das Wasser fehlt.

Wasser kann Schwingungen speichern, ähnlich wie ein Videoband. Es gibt deshalb auf dieser Welt keine zwei Wassermoleküle, die sich einander gleichen. Welche Schwingungen unser Trinkwasser gespeichert hat, "gute" oder "schlechte", davon hängt dann im hohen Maße die Qualität unseres Trinkwassers ab.

Das "Heilige Wasser" von Lourdes ist nicht heilig, sondern es kann im Körper durch seine besonders gute Qualität "Heilung anregen", es ist also ein "heilendes Wasser"! Emoto hat ja die wunderschöne Kristallstruktur des gefrorenen Wassers von Lourdes fotografisch dargestellt.

Auch die melodischen Schwingungen der Musik von Mozart führen zu einem sehr schön strukturierten Wasser und seine Eiskristalle ähneln Edelsteinen. Besonders interessant ist dabei die Tatsache, dass die Musik von Mozart bei Musiktherapeuten als besonders heilsam erkannt wurde.

Heute weiß man, dass die Ursache für ein langes Leben der Menschen im Himalaja und im Kaukasus entscheidend auf die Qualität des Trinkwassers in diesen Regionen zurückzuführen ist.

Andererseits hängt die Qualität unseres Wassers natürlich auch von den vielen chemischen Verunreinigungen ab. Leider hinterlässt der Mensch überall dort, wo er agiert, in der Regel Schmutz, Öle, Gifte und ein übersäuertes, lebensfeindliches Milieu. Er tut leider seit Jahrhunderten so, als bräuchte er die Erde mit ihrem Wasser überhaupt nicht. Aber

jeder Krug nur geht so lange zu Wasser bis er bricht!

Die Autorin, Frau Sigi Nesterenko, zeigt in ihrem Buch sehr überzeugend und richtig, wie wichtig ein gutes Wasser für das optimale Funktionieren Ihres Organismus, für Ihre Tatkraft und Ihre Gesundheit ist. Ich habe das Buch gern gelesen. Es ist überzeugend geschrieben und sehr informativ. Die Darstellungen über "DAS WASSER" treffen sich mit den Erkenntnissen, die die Raumfahrtmedizin bei ihren Forschungen gewonnen hat.

Ich kann abschließend nur jedem Menschen empfehlen, dieses Buch zu lesen und über das Gelesene einmal gründlich nachzudenken.

*Prof. Dr. med. habil. Reinhard Werner, Berlin,
Mitglied der Akademie der medizinisch-
technischen Wissenschaften*

Vorbemerkung

In diesem außerordentlich übersichtlichen und informativen Buch erfahren Sie die wesentlichen und grundlegenden Fakten zum Thema Wasser. Als biologisch tätiger Arzt verstehe ich den Zellstoffwechsel beim Menschen immer mehr aufgrund der biologischen Evolution.

Es lohnt sich dorthin zu schauen: in ca. 3,5 bis 3,8 Milliarden Jahren hat sich das biologische Leben von der ersten Zelle bis zum Menschen entwickelt und die ersten ca. 70% dieser Zeit hat sich das Leben ausschließlich im Meer entwickelt. Und es ist Tatsache, dass der Mensch zu ca. 70 bis 80% aus Wasser besteht. Ist das nun Zufall? Sicherlich nicht. Und Wasser mit außergewöhnlichen Eigenschaften, die in diesem Buch hervorragend beschrieben werden, ist für mich in der Hierarchie der Ernährung mit weitem Abstand die Nummer eins.

Ohne ein gesundes, basisches Wasser mit einem hohen Elektronenüberschuss können wir nicht leben und ein biologisches Wasser ist erster Gesundheitsgarant. Genießen Sie die Lektüre und genießen Sie Ihr gesundes Wasser – bleiben Sie gesund!

Dr. med. Rudolf M. Bolzius, Mönchengladbach

Einleitung

Seit vielen Jahren spreche ich in meinen Vorträgen davon: „Du bist, was Du isst.“ Das habe ich heute zu erweitern: „Du bist auch, was Du trinkst.“ Im vorliegenden Buch wird in aller Klarheit und Verständlichkeit deutlich, dass Wasser als tägliches Getränk ein entscheidender Faktor für Gesundheit und Wohlbefinden ist.

Bereits 1992, während meines 12-Wöchigen Aufenthaltes bei den „Hunza“ im Himalaja, bemerkte ich dass diese ausschließlich geschmolzenes Gletscherwasser tranken. Das ist, wie ich heute weiß, ein Wasser mit extrem kleinen Clustern. Seine milchige Farbe zeugt von einer hochmineralisierten Sättigung. Das Trinken dieses Wassers, verbunden mit einer überwiegend vegetarischen Ernährung sowie die zivilisatorische Abgeschiedenheit (ohne Radio TV, Mobilfunk und Industrie), spiegelt sich im fantastischen

Durchschnittsalter von ca. 130-Lebensjahren. Krebs-; Herz-Kreislauf und andere Zivilisationskrankheiten kannte man nicht.

Nach der Lektüre des Buches sehe ich meine damaligen Reiseerfahrungen in einem neuen Licht. Dem vorgestellten antioxidativ wirkenden und in den basischen pH – Bereich gebrachten Aktivwasser muss besondere Beachtung geschenkt werden. Seine Eigenschaften nehmen maßgeblichen Einfluss auf die Faktoren, die heute als ausschlaggebende Größen bei der Entstehung von überwiegend ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten bekannt sind. Kurzum:

Das Buch ist ein Muss für jeden, es bietet einfach und grundlegend einen unerlässlichen Beitrag für die persönlich zu verantwortende Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Ich werde es meinen Patienten empfehlen.

Helmut Derlet, Heilpraktiker, Bad Kissingen