(Продължение)

"Животът на нашата планета се основава на вода и минерали," казва д-р Джаксън Стокуел, американски лекар, автор и ръководител на клиника в Солт Лейк Сити, Юта. Той счита, че продължителност на живота от 100 до 120 години и много повече е нормално...

"Животът на нашата планета се основава на вода и минерали," казва д-р Джаксън Стокуел, американски лекар, автор и ръководител на клиника в Солт Лейк Сити, Юта. Той счита, че продължителност на живота от 100 до 120 години и много повече е нормално.

Д-р Стокуел стана широко известен със своите изследвания и лекции по тема здравето, особено относно значението на минералите за човешкото тяло. Ето едно от неговите най-известни твърдения: "Достатъчното снабдяване с минерали е фундаментално за здравето и много болести могат да бъдат избегнати чрез оптимално хранене. Организмът ни се нуждае ежедневно от 60 различни минерала, заедно с 15 витамина, 12 съществени аминокиселини и 3 съществени мастни киселини."

В своята лекция д-р Стокуел казва, че на Земята са известни поне пет култури, в които хората имат продължителност на живота от 100 до 120 години. Към тях принадлежат русите на Грузия, жителите на Азербайджан, арменците, народ на северния Урал, малък народ на изток на Пакистан, група в западен Тибет и две групи народи от Южна Америка. Всички те живеят далеч над 100 години и мъжете остават плодородни и след техния 100-тия рожден ден. Какво имат общо всички тези народи освен дълголетието си?

Всеки от народите живее изолиран от всяка цивилизация високо в планините близо до границата на дърветата, в сухо климатично условие, със чист въздух. "Техните питейни води както и водите за напояване на полетата са ледникови води. При движението на ледниците с около 10 см годишно той млял камъка под леда. В по-топлите периоди на годината, когато ледникът се стопи до камъка, ледниковата вода носи млял скален материал със себе си и го отлага на полетата на живеещите там земеделци. Тези минерали се натрупват в почвата на хората.

Растенията намаляват минералите милиони пъти. Те ги изваждат в метална

(неорганична) форма от почвата и ги преобразуват в органична, за човека усвояема форма. Растението функционира като химическа фабрика, така че хората получават естествен начин всички необходими хранителни вещества, които в съвременните общества трябва да се подават като хранителни добавки", казва д-р Стокуел.

Защо трябва да се сублимират минералите? Д-р Стокуел казва: "Можеш да ядеш всеки ден в най-добрите отдели за храни на най-добрите магазини за храни и все пак ще гладуваш поради липса на минерали, защото храната, която расте на нашите изтощени почви, почти няма хранителна стойност." Минералите трябва да се сублимират." На въпроса дали минералната вода не може да служи като доставчик на минерали, д-р Стокуел отговаря със следните думи: "Направи следния експеримент: Вземи един литър минерална вода и я варя, докато няма повече течност. При твърдите вещества ще намериш по-малко от една купчинка с размер на главата на иглата. Защо тогава все още се нарича това вода минерална вода?"

При относително малкото количество минерали в повечето минерални води идва и проблемът с ниската биодостъпност. Организмът може да метаболизира само много малка част от минералите от минералната вода.

It's good.
to be truu.