(Devam)

"Gezegenimizde yaşam suya ve minerallere dayanmaktadır," diye söylemektedir Dr. Jackson Stockwell, ABD'li doktor, yazar ve Salt Lake City, Utah'ta klinik müdürü. O, 100 ila 120 yıl yaşam süresini ve çok daha fazlasını ...

"Gezegenimizde yaşam suya ve minerallere dayanmaktadır," diye söylemektedir Dr. Jackson Stockwell, ABD'li doktor, yazar ve Salt Lake City, Utah'ta klinik müdürü. O, 100 ila 120 yıl yaşam süresini ve çok daha fazlasını normal olarak görmektedir.

Dr. Stockwell, sağlık konusundaki araştırma ve konuşmaları, özellikle de insan vücudu için minerallerin önemini gösteren konularıyla çok meşhur olmuştur. İşte onun en ünlü ifadelerinden biri: "Yeterli mineral tedariki sağlık için temeldir ve birçok hastalık optimal beslenme yoluyla önlenebilir. Organizmamız günde 60 farklı mineral, 15 vitamin, 12 temel amino asit ve 3 temel yağ asidine ihtiyaç duymaktadır."

Konuşmasında Dr. Stockwell, dünyada insanların 100 ila 120 yıl yaşam süresine sahip olduğu en az beş kültür olduğunu söylemektedir. Bunlara Gürcistan'ın Rusları, Azerbaycan'ın sakinleri, Ermeniler, kuzey Ural'da bir halk, Doğu Pakistan'ın doğusunda küçük bir halk, Batı Tibet'te bir grup ve Güney Amerika'dan iki halk grubu dahil olmaktadır. Hepsi 100 yaşının oldukça üzerine yaşayacak ve erkekler 100. yaşlarından sonra bile tam verimli olmaya devam edecektir. Bu halkların yaşlılıklarından başka ortak özelliği nedir?

Bu halkların her biri, medeniyetten uzak, dağlarda ağaç sınırının yakınında, kuru iklimde, temiz hava ile yaşamaktadır. "İçme suları ve tarlaların sulanması için kullandıkları su buzul suyudur. Buzulun yılda yaklaşık 10 cm kayması sırasında buz altındaki kayaları öğütmektedir. Yılın daha sıcak zamanlarında, buzul kayaya kadar eriyince, buzul suyu öğütülmüş kaya parçalarını taşıyarak oraya yerleşen çiftçilerin tarlalarına aktarmaktadır. Bu mineraller insanların topraklarında biriktirilmektedir.

Bitkiler mineralleri milyonlarca kat küçültmektedir. Onları topraktan metalik (anorganik) şekilde alırlar ve insan tarafından absorbe edilebilir organik forma dönüştürürler. Bir bitki bir kimya fabrikası gibi çalışmaktadır, bu sayede insanlar doğal olarak modern toplumlarda gıda takviyesi olarak verilen tüm gerekli besinleri almaktadırlar", diye söylemektedir Dr. Stockwell.

Mineraller neden yoğunlaştırılmalıdır? Dr. Stockwell şöyle söylemektedir: "En iyi gıda

marketlerinin en iyi gıda bölümlerinde her gün yemek yiyebilir ve yine de minerallerin eksikliği nedeniyle açlıktan ölürdünüz, çünkü tükenmiş topraklarımızda yetişen gıdaların artık neredeyse hiç beslenme değeri yoktur." Mineraller bu nedenle yoğunlaştırılmalıdır." Mineral suyunun mineral maddeleri sağlayıcı olarak kullanılıp kullanılamayacağı sorusunu Dr. Stockwell şu sözlerle yanıtlamaktadır: "Şu deneyi yapmayı deneyin: Bir litre mineral suyu alın ve sıvı kalmayıncaya kadar kaynatın. Katı maddelerde iğne başı büyüklüğünden daha az bir şey bulacaksınız. Bu durumda bu suya neden hala mineral suyu denmektedir?"

Çoğu mineral suyundaki nispeten düşük mineral miktarına ek olarak, düşük biyoyararlılık sorunu da gelmektedir. Vücut mineral suyu içinden minerallerin çok küçük bir kısmını metabolize edebilmektedir.

It's good.
to be truu.

(Devam)