(Continuação)

"A vida em nosso planeta se fundamenta em água e minerais," assim diz o Dr. Jackson Stockwell, médico americano, autor e diretor de clínica em Salt Lake City, Utah. Ele considera uma expectativa de vida de 100 a 120 anos e muito mais como ...

"A vida em nosso planeta se fundamenta em água e minerais," assim diz o Dr. Jackson Stockwell, médico americano, autor e diretor de clínica em Salt Lake City, Utah. Ele considera uma expectativa de vida de 100 a 120 anos e muito mais como normal.

O Dr. Stockwell ficou muito conhecido por sua pesquisa e palestras sobre o tema saúde, particularmente sobre a importância dos minerais para o corpo humano. Aqui está uma de suas afirmações mais conhecidas: "Uma provisão adequada de minerais é fundamental para a saúde e muitas doenças poderiam ser evitadas através de um aporte ideal de nutrientes. Nosso organismo necessita diariamente de 60 minerais diferentes, além de 15 vitaminas, 12 aminoácidos essenciais e 3 ácidos graxos essenciais."

Em sua palestra, o Dr. Stockwell diz que na Terra são conhecidas pelo menos cinco culturas nas quais as pessoas têm uma expectativa de vida de 100 a 120 anos. Entre elas estão os georgianos russos, os habitantes do Azerbaijão, os armênios, um povo no norte dos Urais, um pequeno povo no leste do Paquistão, um grupo no Tibet Ocidental e dois grupos de povos da América do Sul. Todos eles viveriam bem mais de 100 anos e os homens ainda seriam totalmente férteis após seu centésimo aniversário. O que esses povos têm em comum além de sua longevidade?

Cada um desses povos vive isolado de qualquer civilização, bem alto perto da linha das árvores nas montanhas, em um clima seco, com ar limpo. "Sua água potável assim como a água para irrigar as lavouras é água de geleira. Quando a geleira desliza cerca de 10 cm por ano, ela tritura a rocha sob o gelo. Nas épocas mais quentes do ano, quando a geleira se derrete até a rocha, a água da geleira carrega consigo a rocha triturada e a leva aos campos dos agricultores locais. Esses minerais se acumulam no solo das pessoas.

As plantas reduzem os minerais em milhões de vezes. Elas os extraem em forma metálica (inorgânica) do solo e os transformam em uma forma orgânica, absorvível pelo ser humano. Uma planta funciona como uma fábrica química, assim as pessoas obtêm de forma natural todos os nutrientes necessários, que nas sociedades modernas precisam ser fornecidos

como suplementos alimentares", assim diz o Dr. Stockwell.

Por que os minerais precisam ser sublimados? O Dr. Stockwell diz: "Você poderia comer todos os dias nas melhores seções de alimentos dos melhores supermercados e ainda assim morreria de fome por falta de minerais, pois os alimentos que crescem em nossos solos esgotados praticamente não possuem mais valor nutricional." Por isso os minerais precisam ser sublimados." A questão de se a água mineral pode servir como fornecedora de minerais é respondida pelo Dr. Stockwell com as seguintes palavras: "Comece o seguinte experimento: Pegue um litro de água mineral e ferva-o até que não haja mais líquido. Nos resíduos sólidos você encontrará menos do que um punhado do tamanho de uma cabeça de alfinete. Por que então ainda chamam essa água de água mineral?"

À quantidade relativamente baixa de minerais na maioria das águas minerais soma-se ainda o problema da baixa biodisponibilidade. O corpo consegue metabolizar apenas uma parcela muito pequena dos minerais da água mineral.

It's good.
to be truu.

(Continuação)