

Christian Wilhelm Echter
Energie für alle Zellen

ENERGIE für alle Zellen

Das **Vitalprogramm** für
Körper, Geist und Seele

Christian Wilhelm Echter

KÖSEL

Die aufgeführten ernährungsmedizinischen Empfehlungen und sonstigen unterstützenden Maßnahmen sind keine Therapieempfehlungen. Bei ernsten Erkrankungen ersetzen sie nicht den Besuch eines fortschrittlich orientierten Arztes oder Heilpraktikers.

3. Auflage 2005

Copyright © 2004 Kösel-Verlag, München,

ein Unternehmen der Verlagsgruppe Random House GmbH

Printed in Germany. Alle Rechte vorbehalten

Illustrationen auf den Seiten 11, 17, 19, 22, 33, 49, 51, 55, 69, 71, 73,
102 bis 246, 251, 254, 255, 259: Wolfgang Pfau, Baldham

Druck und Bindung: Kösel, Krugzell

Umschlag: Kaselow Design, München

Umschlagmotiv: ZEFA/Creasource

ISBN-10: 3-466-34476-X

ISBN-13: 978-3-466-34476-5

*Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem Werkdruckpapier
(säurefrei und chlorfrei gebleicht)*

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Vorwort | 9 |
| I GESUNDHEIT BEGINNT IN DER SEELE | 11 |
| Das heilende Ordnungsprinzip der Natur- und Lebensgesetze | 12 |
| Das Spiel des Lebens verläuft nach bestimmten Regeln | 14 |
| Die gesunde Zelle als Schlüssel für Vitalität im Körper . . . | 18 |
| Die Zelle als naturgesetzlicher Baustein des Lebens | 21 |
| Zellen, Gehirn und Seele | 23 |
| Die seelische Zellbiologie | 26 |
| Der Körper ist der Spiegel des Verhaltens 27 – Seelisches Verhalten bei Gallenerkrankungen 27 – Seelisches Verhalten bei Gelenkerkrankungen 28 – Seelisches Verhalten bei Bluthochdruck 29 – Seelisches Verhalten bei Brusterkrankungen und Brustkrebs 31 | |
| Liebe als Therapie | 34 |
| Konfliktlösung durch Selbstliebe 36 – Liebe als Medizin 41 – Heilung bedeutet Veränderung 41 | |
| Seelisches Verhalten und die Energiegewinnung in der Zelle | 44 |
| Mehr Energie für Zellen und Gehirn | 50 |
| Die drei Siebe des Sokrates aus neuer Sicht | 56 |
| Wie man seine Lebensenergie investiert, so verläuft das Leben . . | 58 |

Im Hier und Jetzt denken und sprechen lernen 61
 Gedankliche Ablenkung und Fehlentscheidungen sind ein
 Urproblem 63 – Gesundheit und Glück entspringen dem
 Augenblick 65 – Wachsamkeit üben 66

**II DAS NEUE BIO-ZELLSCHUTZ- UND
 VERJÜNGUNGSPROGRAMM 69**

Die Lebens-, Gesundheits- und Therapieform der Zukunft 70

Natürliche Pflanzenstoffe vitalisieren, regenerieren
 und verjüngen die Zellen 72
 Bio-Pflanzen- und Verjüngungsstoffe – Eine Kurzübersicht 76 –
 Pflanzenstoffe und Seelenheilkunde 77

Ein starkes Immunsystem als Basis für körperliche
 und seelische Gesundheit 78
 Seelische Grundlagen des Immunsystems 81

Jede Nacht ist eine Regenerations- und Verjüngungskur . 85

Die positive Morgenstunde 91

Die tägliche frische Sauerstoffzufuhr vitalisiert
 das Gehirn und Zellsystem 100

III FIT – BIS IN DIE KLEINSTE ZELLE HINEIN
 Bio-Zellmedizin: Wirksame Heilquellen zur
 Regeneration und Verjüngung der Körper-,
 Haut- und Gehirnzellen 103

Frisch entsaftete Gemüsesäfte als verjüngende
 Heilquelle für Zellen und Gehirn 104
 Die Dosierung der verjüngenden Gemüsesäfte 112

| | |
|---|-----|
| Warum bremsen Anthozyane den Alterungsprozess der Körper- und Gehirnzellen? | 114 |
| Muttersäfte halten den Zellenstaat Körper länger jung und vital | 117 |
| Jungbrunnen aus grünen Pflanzensäften | 123 |
| Biologisches Rohgemüse als unterstützendes Heilmittel und Jungmacher | 138 |
| Verschiedene Rohgemüsearten als wertvolle Ernährungsmedizin | 142 |
| Grüne Blattsalate – gigantische Speicherzentren der Sonnenenergie | 158 |
| Milchsäure Gemüse und Säfte fördern die Mikroprozesse im Darm, Gehirn und Nervensystem | 161 |
| Verschiedene Düngstgemüsearten als wertvolle Ernährungsmedizin | 164 |
| Verdauungsfreundliche Hinweise 188 – Intuitiv das Richtige auswählen 191 | |
| Obst und Früchte halten den Organismus länger jung, schön und schlank | 192 |
| Anwendung für alle Obst- und Fruchtarten | 211 |
| Vollwertreis und Getreide – konzentrierte Energie- und Vitalstoffspender | 212 |
| Die schonende Getreidezubereitung auf einen Blick | 221 |
| Vom Gesundheitswert der L(+)-Milchsäure | 222 |
| Orotsäure aus Sauermilchprodukten bremst den vorzeitigen Alterungsprozess | 224 |
| Bio-Käse nur in Maßen | 225 |

| | |
|--|-----|
| Pflanzenmilch – ein Segen für alle Körper- und Gehirnzellen | 226 |
| Flüssige Bierhefe erhält Zellen und Gehirn länger jung und vital | 229 |
| Vitamin E aus Weizenkeimöl enthält Zellschutz- und Verjüngungsfaktoren | 234 |
| Natürliches Olivenöl aus 1. Pressung als Gesundheits-, Schönheits- und Verjüngungsmittel | 239 |
| Besondere Hinweise zu Cholesterin | 242 |

IV DIE TÄGLICHE ZELLERNÄHRUNG 245

| | |
|---|-----|
| Das gesundheitsfördernde und wohlschmeckende Frühstück | 246 |
| Wertvolle Energiespender und Schlankmacher während des Tages | 249 |
| Das wertvolle Mittagessen zur Regeneration der Körper- und Gehirnzellen | 251 |
| Das heilungsfördernde und bekömmliche Abendessen | 255 |
| Der sanfte Weg zu einem gesunden Darm | 258 |

ANHANG

| | |
|---------------------|-----|
| Nachwort | 261 |
| Dank | 263 |
| Literatur | 264 |
| Kontakt | 266 |
| Register | 267 |

Vorwort

Das Spiel des Lebens verläuft nach bestimmten Regeln. Deshalb hat für den bewusst lebenden Menschen die Beachtung der Natur- und Lebensgesetze höchste Priorität, wenn er gesund werden und bleiben will. Denn diese Ordnungsprinzipien unterstützen wesentlich den Heilungs- und Regenerationsprozess aller Zellen. Die Natur- und Lebensgesetze sind die wahren Helfer und Förderer des Menschen, damit er mit Freude und Wohlergehen durchs Leben gehen kann. Voraussetzung ist jedoch, diese universellen Prinzipien in das persönliche Leben bewusst zu integrieren. Denn nur wenn man das Leben ganzheitlich betrachtet und sowohl körperliche, seelische, ernährungsmedizinische und zwischenmenschliche Faktoren berücksichtigt, sind Gesundheit, Glück und Wohlergehen auf Dauer möglich.

Gesundheit beginnt in der Seele und es ist faszinierend, zu erkennen, wie das Verhalten des Menschen sich in den einzelnen Zellen und Organen widerspiegelt und neben einer hochwertigen Ernährung einen intensiven Einfluss auf die Funktionsprozesse aller Körper- und Gehirnzellen hat. Dass dabei die bedingungslose Liebe und auch die Selbstliebe wesentliche energetische Stützpfeiler darstellen, steht für den bewusst lebenden Menschen außer Zweifel.

Die bedingungslose Liebe ist das höchste kosmische Lebensprinzip. Sie ist die feinste und zugleich höchste Energieform und hat die intensivste Heilkraft. »Liebe als Therapie« heißt deshalb der neue Weg bei den verschiedensten Konflikten und Zellfunktionsstörungen.

Der Körper ist das Sprachrohr der Seele. Alle Leiden, Krankheiten und Konflikte zeigen deshalb ihren Ursprung auf der körperlich-seelischen Ebene. Die Kunst des Lebens besteht also in der Vereinigung einer hochwertigen Zellernährung (Pflan-

zenheilkunde) mit einem aufbauenden seelischen Verhalten (Seelenheilkunde).

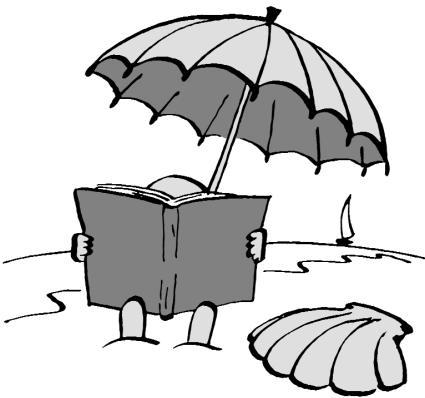
Das vorliegende Buch lässt Sie hinter die Kulissen des menschlichen Daseins blicken und die wahren Ursachen von Krankheiten, Konflikten und Lebensproblemen klar erkennen. Und es gibt Ihnen die Möglichkeit, sich von Fremdbestimmung, Blockaden und Abhängigkeiten des alten und leidfördernden Denkens und Verhaltens zu befreien. Es ist eine wertvolle Hilfe für Ihre seelische und gesundheitliche Entwicklung und lässt Sie neue und praxisnahe Wege zu einem gesunden und sinnerfüllten Leben finden.

Die Aufgabe – vor der wir alle heute im Wandel der Zeit stehen – heißt, verstärkt auf das zu achten, was wir denken, sprechen und tun. Dies bedeutet, sich selbst und anderen gegenüber ein aufbauendes Verhalten zu entwickeln und sich täglich aufs Neue darum zu bemühen. Es bedeutet auch, die Energie der Körper- und Gehirnzellen zu steigern, um in allen Bereichen des Lebens mehr Glück und Harmonie zu finden.

Ich wünsche Ihnen beim Lesen viel Freude und wertvolle Erkenntnisse für Ihren eigenen Weg.

Christian Wilhelm Echter

I
Gesundheit
beginnt
in der Seele



Das heilende Ordnungsprinzip der Natur- und Lebensgesetze

Um die Vitalität und Leistungsfähigkeit der Körper- und Gehirnzellen optimal aufrechtzuerhalten, ist es unabdingbar, Bedeutung und Sinn der Natur- und Lebensgesetze intensiver kennen zu lernen. Denn sie sind direkt oder indirekt an allen entscheidenden Prozessen im Organismus und Lebensablauf beteiligt.

Naturgesetze sind zuverlässige Ordnungsprinzipien, die im gesamten Kosmos und im menschlichen Leben wirksam sind (»wie im Großen, so im Kleinen – wie oben, so unten – wie innen, so außen«). Ihre Perfektion zeigt sich überall in der Vielfalt der Natur, in den Elementen Erde, Wasser, Luft, Licht, Sonne, Feuer, Sauerstoff, sowie in der Physik, Biochemie, Mathematik und Technik.

Ihr Wirkungsprinzip ist allumfassend, automatisch, universell, objektiv und vollkommen gerecht, ohne Zutun des Menschen. Auch in den Bereichen der Mikrobiologie, Anatomie, Physiologie und Pathologie sowie bei Entstehung und Wachstum der verschiedenen Kräuter-, Gemüse-, Obst- und Getreidearten sind die Naturgesetze die übergeordneten Steuer- und Ordnungsprinzipien. Ohne ihr präzises Wirken hätte sich kein pflanzliches und menschliches Leben auf der Erde entwickeln können.

Das wohl bekannteste und für den Menschen zugleich entscheidendste Naturgesetz ist das Prinzip von Ursache und Wirkung. Es besagt, dass »alles«, was jetzt im gegenwärtigen Augenblick gedacht, gesprochen, gegessen, getan und entschieden wird, sich letztlich in einer bestimmten angenehmen oder störenden Form im Lebensablauf wieder zeigen wird. Dieses Gesetz wirkt objektiv und gerecht gemäß den persönlichen Le-

bens-, Verhaltens und Ernährungsweisen sowie den Entscheidungen des Menschen, unabhängig vom persönlichen Willen. Die christliche Mythologie spricht in diesem Zusammenhang von dem entscheidenden Prinzip:

// *»Was der Mensch sät, wird er ernten.«*

Alle Erfahrungen und Vorkommnisse in unserem Leben hängen demnach von unseren Entscheidungen, von der zugeführten Ernährung und vom Verhalten ab. Diese Grundkenntnis ist ein wichtiger Faktor zum Verständnis der neuen Zellmedizin der Zukunft.

Lebensgesetze haben den tiefen Sinn, dem Menschen bestimmte Verhaltensregeln und Tugenden vorzugeben, wie z.B.

- Ehrlichkeit, Vergeben, Geduld, Kritikenthaltung, Toleranz
- Demut, Gelassenheit, Friedfertigkeit, Gottvertrauen
- Mut, Großzügigkeit, Neutralität, richtige Zeit und Energienutzung
- bedingungslose Liebe, guter Wille zur gesunden Ernährung usw.

Diese Lebensprinzipien bieten uns in jeder noch so schwierigen Situation die Möglichkeit zu richtigen Entscheidungen. Wenn wir wach und konzentriert durch den Tag gehen, können wir mehr erkennen und unser persönliches Verhalten dementsprechend ausrichten. Mithilfe der Lebens- und Naturgesetze ist es jederzeit möglich, unsere charakterliche, seelische, körperliche und zellinterne Verbesserung bzw. Entwicklung zu fördern. Sie sind neben einer wertvollen Ernährung das sichere Rüstzeug für ein gesundes, glückliches und erfülltes Leben.

Das Spiel des Lebens verläuft nach bestimmten Regeln

Zum einfacheren Verständnis lassen sich die Lebensgesetze mit den Verkehrsregeln vergleichen. Auch sie bewirken, dass die Verkehrsteilnehmer bestimmte Prinzipien im Straßenverkehr beachten und befolgen. Ist dies nicht der Fall, kommt es – in Verbindung mit dem Naturgesetz von Ursache und Wirkung – über kurz oder lang zu Zwischenfällen und Störungen im geordneten Verkehrsablauf.

Die zeitlos wirkenden Lebens- und Naturgesetze sind für die Entwicklung der menschlichen Persönlichkeit unerlässlich. Sind wir bereit, diese allumfassenden Prinzipien bewusst, und vor allem mit Freude, in unser tägliches Leben zu integrieren, so werden wir nach und nach mit idealen Lebensbedingungen (Gesundheit, Wohlergehen, Lebensfreude usw.) belohnt. Verstößen wir hingegen bewusst oder auch unbewusst gegen diese Natur- und Lebensgesetzmäßigkeiten (ähnlich wie bei den Verkehrsregeln), so müssen wir mit unliebsamen Störungen, Hindernissen und Schwierigkeiten im Lebensablauf rechnen. Denn auch hier wirkt wiederum in gerechter Weise das übergeordnete Naturprinzip von Ursache und Wirkung – automatisch, präzise und objektiv.

Vor allem in den Bereichen Gesundheit, Zellernährung, Präzision von Zellen, Organen, Gehirn, Nerven-, Hormon-, Immun- und Verdauungssystem sowie im vielfältigen Mikroleben und Stoffwechselgeschehen spielen diese universellen Prinzipien, Gesetzmäßigkeiten und Verhaltensregeln eine überaus wichtige Rolle.

Wer beispielsweise überwiegend stoffwechselstörende Nahrungs- und Genussmittel zu sich nimmt und darüber hinaus noch ein negatives seelisches Verhalten zeigt, wie z.B. Ärger, Groll, Wut, Hass, Kritik-, Einmisch- und Bewertungssucht, Sturheit, Angst, Ungeduld, Eifersucht, Hektik usw., wird mögli-

cherweise vorzeitig körperliche Störungen, Energieverlust, Krankheit und Degeneration ernten. Dieser Zustand ist aber zugleich auch eine Aufforderung zur Umkehr und Neuorientierung, um im Bereich der Ernährungs- und Lebensweise eine heilungsfördernde Korrektur vorzunehmen und wieder zu einer gesunden Natur- und Lebensordnung zurückzukehren. Alle folgenden Kapitel werden diese Ansatzpunkte präzise widerspiegeln.

Hier noch zwei einfache Beispiele aus dem Leben:

Es geht um zwei Personen: Person A ist gesund, erfolgreich und glücklich, während Person B mit ihrer Lebenssituation unzufrieden ist, sich beschwert und mit allem hadert. Warum habe gerade ich so viel Pech, bin laufend krank und habe keine körperliche und finanzielle Energie? Person B ist neidisch auf Person A.

Das Prinzip dieser zwei Personen ist einfach zu erklären: Person A sät die richtige geistige Saat und trifft bessere Entscheidungen im Privat- und Berufsleben, während Person B nahezu täglich eine negative Saat streut und viele Fehlentscheidungen trifft. Das Naturprinzip »Was der Mensch sät, wird er ernten« wirkt präzise und gerecht im Leben eines jeden Menschen.

Ein weiteres Beispiel:

Eines Tages besuchte mich während eines Seminars ein Mann und stellte die folgende Frage: »Jetzt bin ich so schwer krank, habe fast keine Energie und tue alles, was man nur tun kann, um gesund zu werden. Ich lasse Akupunktur machen, nehme Gelee Royal ein, mache eine Hypnosetherapie, habe es mit Farbtherapie, Astrologie und Meditation versucht und nichts hilft mir. Warum ist das so? Was mache ich falsch?« Die Lösung des Problems ist einfach.

Wenn die Persönlichkeit selbst nicht mitmacht, sich nicht weiterentwickelt, müssen die Beschwerden und Krankheiten bestehen bleiben. Der Körper ist ein Spiegel der Seele. Sobald

sich die betreffende Person um eine gesundheitliche und seelische Weiterentwicklung bemüht und zudem eine konsequente, hochwertige Zellernährung in ihren Tagesablauf mit einbaut, kann sie – mit etwas Geduld – nach dem Prinzip von Ursache und Wirkung wieder gesund werden. Man muss also »aktiv« an den Kern der Sache herangehen. Mehrere Therapien durchzuführen, dabei aber selbst passiv bleiben und sich nicht im Sinne der Weiterentwicklung zu verändern, ist alter Zeitgeist und führt nicht zu dem gewünschten Erfolg. Denn ohne ständige Veränderung und Verbesserung im aufbauenden Sinne ist keine gesundheitliche und seelische Entwicklung möglich.

Der gute Wille ist entscheidend: Wer täglich mit positiver Grundhaltung in den wesentlichen Bereichen der heilungsfördernden Ernährungsweise sowie im persönlichen Denken und Verhalten eine ständige Entwicklung anstrebt, wird nach diesen gerechten Prinzipien gemäß seiner persönlichen Aussaat (Ursache und Wirkung) bis ins hohe Alter mit Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude belohnt. Ein solcher Mensch geht dann als Gesegneter durchs Leben, denn er hat bewusst oder auch unbewusst das Wirken, den Schutz und tiefen Sinn der Natur- und Lebensgesetze in seinem irdischen Dasein erkannt.

Die Heilkunde und Zellmedizin der Zukunft braucht eine fortschrittlich orientierte Gesundheits- und Ernährungslehre.

Sie darf die zentrale Bedeutung dieser übergeordneten und alles entscheidenden Natur- und Lebensprinzipien nicht außer Acht lassen, wenn Zellen, Organe, Gehirn, Immun- und Hormonsystem auch noch im hohen Alter Vitalität und Leistungsfähigkeit zeigen sollen. Hippokrates sagt hierzu: »Krankheiten befallen uns nicht aus heiterem Himmel. Sie entstehen aus vielen kleinen Sünden gegen die Natur und ihre Ordnung. Erst wenn diese sich gehäuft haben, brechen sie scheinbar auf einmal hervor.«

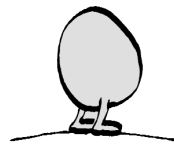
Für den gesundheitsbewussten Menschen bzw. den fortschrittlich orientierten Therapeuten bedeutet Gesundheit, Heilen, Regenerieren und Verjüngen, dass er die Natur- und Lebensgesetze schätzt und achtet. Oder wie Goethe es so klar ausdrückt: »Nach ewigen großen Gesetzen müssen wir alle unseres Daseins Kreise vollenden«.

Der bekannte Arzt Dr. Bircher-Benner forderte seine Patienten sogar zur unablässigen Treue für die zeitlos gültigen Ordnungsprinzipien auf. Er sagte: »Es gibt eine Heilung. Sie ist im Reiche der Ordnungsgesetze zu finden.«

Ohne Mitwirkung und Unterstützung dieser allumfassenden Prinzipien ist also eine gesundheitliche, seelische und zwischenmenschliche Weiterentwicklung kaum möglich. Wenn wir gesund und glücklich leben möchten, sollten wir diese Lebensgesetze achten und uns bei allen Entscheidungen mit Freude nach ihnen richten. Sie sind unsere wahren Helfer und Förderer. Schließen wir uns deshalb dem neuen Zeitgeist an und machen wir uns auf, im Einklang mit den kosmischen Prinzipien durchs Leben zu gehen.

*Was ist Gesundheit und Glück anderes, als Ordnung zu halten,
nach der Weisheit der Natur und ihrer Gesetze.*

Paracelsus



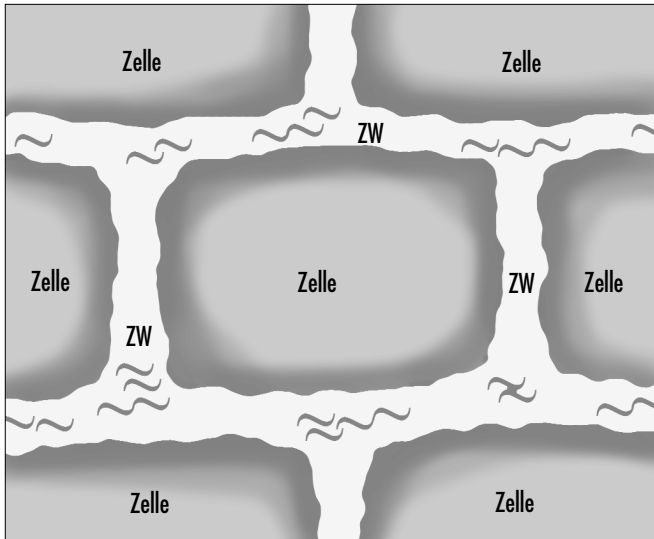
Die gesunde Zelle als Schlüssel für Vitalität im Körper

Der Weg zur seelischen Zellbiologie führt zuerst über ein neues Bewusstsein der Zusammenhänge in der Zelle. Um alle seelischen Auswirkungen auf die zellinternen Funktionen klarer zu erkennen, benötigen wir ein neuartiges Verständnis dieser interessanten Hintergründe.

Der Körper des Menschen ist – einfach ausgedrückt – nichts anderes als eine perfekte Zusammenarbeit von einzelnen, jeweils spezialisierten Zellen. Sie sind die Urform und der naturgesetzliche Baustein allen Lebens auf der Erde. Deshalb ist eine hochwertige Zellernährung für die Gesundheit aller Körper- und Gehirnzellen von wesentlicher Bedeutung. Die Ernährung der Zelle erfolgt wie bei ihrer Entstehung im damaligen Urmeer auch heute noch mittels einer Umgebungsflüssigkeit. Das Urmeer stellte eine perfekte wässrige Elektrolytlösung dar, in der alle lebenserhaltenden Substanzen, Ionen, Elektrolyte, Basen und Säuren vorhanden waren. Dadurch waren optimale biochemische Reaktionen zwischen der Zelle und ihrer Umgebungsflüssigkeit gewährleistet.

Heute erfüllt die Zwischenzellflüssigkeit die gleiche Funktion wie das damalige Urmeer. Sie sollte in ihrer biochemischen Struktur leicht basisch sein. Das heißt, jede Zelle braucht zur Lebenserhaltung eine versorgende Umgebungsflüssigkeit, in der sie alle hochwertigen Bau-, Brenn- und Mikronährstoffe zur Erhaltung des Lebens und der Stoffwechselfunktionen vorfindet.

Zellen mit Zwischenzellflüssigkeiten



*ZW = Zwischenzellflüssigkeit

- Innerhalb der Zellen befinden sich die spezifischen Mikroorgane (so genannte Zellorganellen), in einer basischen Flüssigkeit, die zur Präzision des Stoffwechsels benötigt wird. Jede der Milliarden bis Billionen von Zellen ist eine eigene biochemische Fabrik.
- Die Zelle kann auch als eigener funktioneller Mikroorganismus angesehen werden, der sich von elektrisch geladenen Mikronährstoffen aus der Zwischenzellflüssigkeit ernährt.
- Jede Zelle, bis auf die roten Blutkörperchen, erzeugt physiologisch gesehen in den Mitochondrien und mit Unterstützung der Naturgesetze ihre eigene Wärme und Energie in Form hochenergetischer Phosphatverbindungen (ATP = Adenosintriphosphat).
- Menschliches Leben besteht aus einer Vielzahl von Zellreaktionen und Aktivitäten, die billionenfach in jeder Sekunde des Daseins ablaufen.

- Sie sind jedoch von der Zufuhr hochwertiger, möglichst schlackenarmer und natürlicher Bio-Zellnährstoffe sowie vom seelischen Verhalten des Menschen und den Naturgesetzen abhängig.
- Auch über das Verhalten fließt den Zellen Energie zu.

// *Jede einzelne Zelle bestimmt die Vitalität, Regeneration und Gesundheit des gesamten Körpers.*

Man kann den gesamten Organismus mit einem Haus vergleichen. Die einzelnen Ziegelsteine des Hauses symbolisieren die Zellen des Körpers. Je besser die Qualität der Ziegelsteine (Zellen) ist, desto länger hält auch das Haus. Daraus folgt: Je präziser die Zelle funktioniert, desto gesünder und vitaler ist der Körper des Menschen.

Gesundheit beruht immer auf dem festen Fundament der vitalen Zelle. Da die Ernährung dem Erhalt und dem Aufbau der einzelnen Bausteine des Lebens dienen sollte, ist es deshalb sehr entscheidend, welche Qualität von Lebensmitteln man dem Körper täglich zuführt. Jeder hat die freie Wahl zwischen heilungsfördernder Zellernährung und krankheitsfördernden Nahrungs- und Genussmitteln.

Eine hochwertige Zellernährung führt zur präzisen Zellfunktion und damit zur gesunden Zelle und zum vitalen Körper. Degenerierte Nahrungs- und Genussmittel stören die Zellfunktion. Sie führen zu kranken und degenerierten Zellen und damit zu einem kranken Körper.

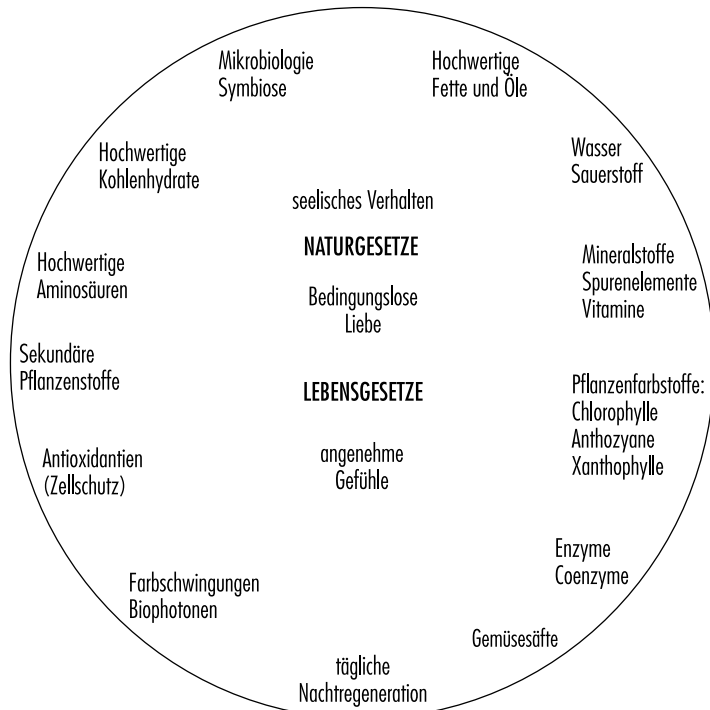
Der Mensch ist so gesund wie jede einzelne Zelle. Es geht also nicht nur um die Ernährung des Körpers, sondern in erster Linie um die Ernährung der Zellen sowie um die tägliche Reinhaltung der Zwischenzellflüssigkeit.

Die Zelle als naturgesetzlicher Baustein des Lebens

Ohne Unterstützung der allumfassenden und präzise arbeitenden Naturgesetzmäßigkeiten wären kein Zellleben, keine biochemische Reaktion und keine Steuer- und Funktionsprozesse im Organismus möglich. Der Zellenstaat Körper könnte ohne Mitwirkung von Naturgesetzen und einer hochwertigen Zellernährung schlicht und einfach nicht existieren.

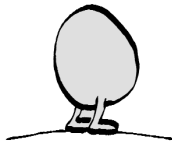
// Die Gesundheit des Körpers beruht auf der Gesundheit jeder kleinen Zelle.

Die folgende Grafik zeigt, welche spezifischen Faktoren die Gesund- und Jungerhaltung der Körperzellen bestimmt.



Natur- und Lebensgesetze, seelisches Verhalten und Ernährungsmedizin sind entscheidende Faktoren für die Präzision im Zellstoffwechsel. Sie stellen unentbehrliche intra- und extrazelluläre Regenerations- und Gesundheitsfaktoren in der Zellforschung und Zellmedizin der Zukunft dar. Professor Hartmut Heine von der Universität Witten-Herdecke sagt hierzu: »Im Zeichen zunehmend chronischer Erkrankungen muss nach den Bedingungen eines übergeordneten Ordnungsprinzips gesucht werden, das dem Streben nach Erhalt des Organismus als Grundlage dient.«

Wenn der Mensch im Einklang mit diesen Prinzipien lebt, sind seine Zellen gesund und leistungsfähig. Denn dies ist die Grundvoraussetzung für wahre Heilung, Regeneration, Verjüngung und Vitalität bis ins hohe Alter.





Christian Wilhelm Echter

Energie für alle Zellen

Das Vitalprogramm für Körper, Geist und Seele

Paperback, Klappenbroschur, 280 Seiten, 13,5 x 21,0 cm

ISBN: 978-3-466-34476-5

Kösel

Erscheinungstermin: September 2004

Körperliche Gesundheit, seelische Ausgeglichenheit, Optimismus und Freude sind das wichtigste Fundament im Leben. Denn erst dadurch können wir die vielfältigen Aufgaben des Alltags stressfrei bewältigen und angestrebte Ziele leichter erreichen. Wesentlicher Motor für Vitalität und Lebenskraft ist positives Denken und eine optimale Zellernährung, denn wer Körper und Seele das Beste gibt, wird auch mit dem Besten belohnt. Dieses Buch vermittelt den direkten Weg zu natürlichen Heilquellen, die ganz entscheidend zur Vitalisierung und Verjüngung von Körper- und Gehirnzellen beitragen. Es berücksichtigt • neue Erkenntnisse aus dem Bio-Zellschutz, der Ernährungsmedizin und Seelenheilkunde • gibt Tipps für die Entschlackung des Körpers • zeigt den Weg zu einem gesunden Darm • vermittelt Schönheit von innen • enthält wohlschmeckende Rezepte für eine rundum gute Ernährung • ist anschaulich, praktisch, schnell umsetzbar. • Mit ausführlichem Sachregister.

 [Der Titel im Katalog](#)