Robert Franz

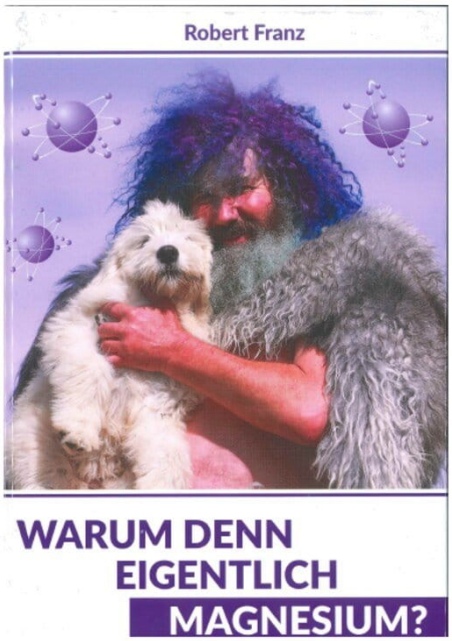
WARUM DENN EIGENTLICH MAGNESIUM?

Leseprobe

WARUM DENN EIGENTLICH MAGNESIUM?

von Robert Franz

Herausgeber: Lubeanis Verlag



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort 6

Kapitel 1. Was wissen Sie über Magnesium? 8

Kapitel 2. Ein bisschen Geschichte, ein bisschen Chemie 11

Kapitel 3. Mir wird ganz grün 15

Kapitel 4. Wo, wie viel, wie? 19

Kapitel 5. Energiefabrik 25

Kapitel 6. Zellencode wie bei da Vinci 30

Kapitel 7. Der Unverwüstliche Herkules 35

Kapitel 8. Zu viel, zu wenig 43

Kapitel 9. Primärer Magnesium-Mangel 50

Kapitel 10. Sekundärer Magnesium-Mangel 58

Kapitel 11. Übersäuerte Menschen 62

Kapitel 12. Gute Freunde 65

Kapitel 13. Aus der Küche 75

Kapitel 14. Was könnte man noch dazu sagen? 81

Kapitel 15. Magnetovit 87

BIBLIOGRAFIE 90

VORWORT

Wenn Joseph Black – ein schottischer Wissenschaftler, der im 18. Jahrhundert lebte, gewusst hätte, was für eine Wohltat er der Menschheit durch die Entdeckung eines neuen chemischen Elements im Mendelejew-Periodensystem erwiesen hat, wäre es für ihn sicherlich ein größerer Grund für die Zufriedenheit als in die Geschichtsbücher nur als der Entdecker einzugehen.

Das durch den Schotten entdeckte Magnesium erwies sich als ein außergewöhnliches Element, das mit dem menschlichen Körper auffallend gekoppelt ist. Der Magnesiummangel führt zu vielen Beschwerden, wovon sich die nächsten Generationen von Sir Black mehrfach überzeugen konnten und sich auch heutzutage überzeugen.

Dies Buch ist vor allem ein Versuch, an einem Ort Informationen über eines der für die Gesundheit wichtigsten Spurelemente zu sammeln. Nicht objektive Werbeslogans sind nicht immer ausreichend; sie versuchen den Empfängern glauben zu machen, dass sie auf ein konkretes Nahrungsergänzungsmittel nicht verzichten können und dabei verschweigen sie diese Tatsache, dass viele von diesen Elementen in natürlichen Lebensmitteln vorkommen. Mit Magnesium sieht es ein bisschen anders aus. Sein Mangel lässt sich – im Grunde genommen – immer feststellen. Man muss also dieses chemische Element ergänzen. Am besten in seiner reinsten Form oder in Kombination mit einem anderen Spurelement oder Vitamin, das seine einfachere und schnellere Aufnahme ermöglicht.

Das vorliegende Buch, das Sie in den Händen halten, ist keine Sammlung von medizinischen Empfehlungen und kein Rezept wie man das Magnesium einnehmen sollte. Wir haben uns erlaubt, dieses chemische Element, das für den Ökosystem sehr wichtig ist, in vie-

lerlei Hinsicht darzustellen: beginnend mit seiner Geschichte, durch solche Wissenschaften wie Biologie, Physik, Chemie, denen es sein deutliches Gepräge verliehen hat. Das ist ein Nachschlagwerk über Magnesium, das wir den Lesern näher bringen möchten. Sie werden vielleicht nicht allen Kapiteln gleichermaßen Ihre Aufmerksamkeit schenken, nichtsdestotrotz können wir damit zufrieden sein, dass wir unter Rückgriff auf das Fachwissen eine nahezu vollständige Darstellung dieses chemischen Elements übermittelt haben.

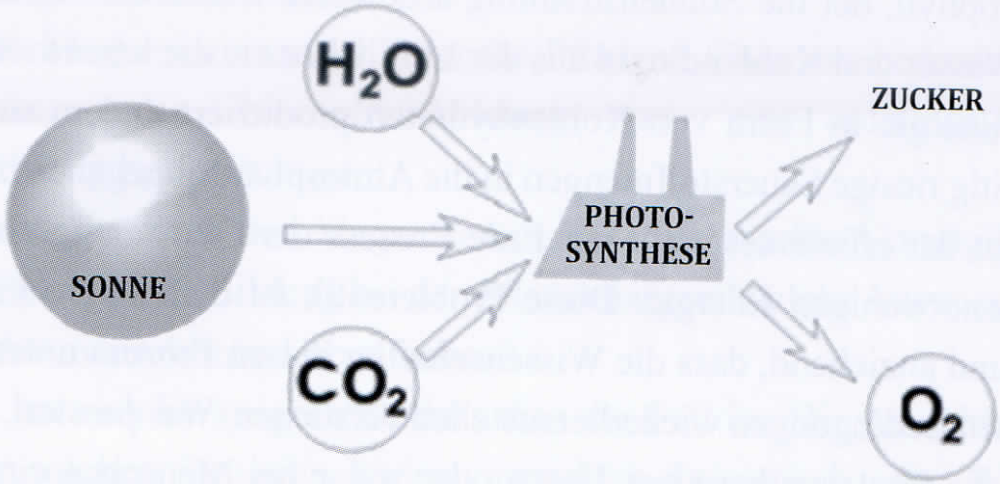
Magnesium ist lebenswichtig und aktiviert 300 Enzyme im Körper es wirkt Antistress regulierend und entspannt die Muskel. Ohne Magnesium keine D3 Aufnahme ohne Magnesium keine Energie. Magnesium verhindert Panikattacken und steigert die Produktion von Serotonin unser Glückshormon.Mehr Argumente braucht man nicht. Es reduziert LDL Cholesterin senkt dieTryglizeride die Blutfette und erhöht HDL das gute Cholesterin und um unseren täglichen Bedarf zu decken müssten wir 9 Bananen essen.Muss nicht sein, 3ml Magnetovit auf ein Liter Wasser ist eine optimale Kombination. Viele Spass beim Lesen dieses Buches,sind sie schon ein Magnesium Fan, ich schon lange!

Robert Franz

KAPITEL 3

MIR WIRD GANZ GRÜN

Bevor wir uns mit dem Wichtigsten befassen, d.h. mit der Bedeutung von Magnesium für die Aufrechterhaltung der Gesundheit und – was am wichtigsten ist – des menschlichen Lebens, muss man verstehen, was für einen bedeutenden Platz dieses chemische Element in der Natur belegt und wie wichtig es für Menschen, Tiere und sogar Pflanzen ist.



SCHEMATISCHE DARSTELLUNG DES PHOTOSYNTHESE-PROZESSES

Warum „sogar"? Die Menschen neigen oft dazu, dem Körper ihre besondere Hochachtung zu schenken; häufig halten wir den Menschen für „den Herrscher der Natur", auch wenn er sich selbst so usurpatorisch ernannte.

Doch, wir befinden uns auf dem höchsten Entwicklungsniveau, aber auf unsere heutige Gestalt hatten den Einfluss Milliarden von Jahren, während derer die menschliche Gattung sich ungeheuer expansiv umgewandelt hat.

Als eine Gattung sind wir aus der Photosynthese herausgewachsen; wir mögen jedoch unsere Körper der Einwirkung von Sonnenstrahlen aussetzen (d.h. im Urlaub sich sonnen); das durch Sonne in der Haut gebildete Vitamin D3 ist dagegen am reinsten und am leichtesten assimilierbar. Die Pflanzenwelt besteht immer noch dank der Photosynthese. Dieser Prozess ist für Pflanzen ihre Lebensweise und Menü: Frühstück, Mittagessen, Abendbrot.

Die Photosynthese hat die Natur vor ca. 3 Milliarden Jahren „erfunden". Zu jener Zeit tauchten auf der Erde die ersten Pflanzen auf; sie hatten in den Zellen Grünkörperchen mit dem grünen Farbstoff Chlorophyll, der die Sonnenstrahlung absorbiert. Durch die Aufnahme von Wasser und Kohlendioxid aus der Luft haben sie die lebensnotwendige Energie in Form von Kohlenhydraten produziert, indem sie gleichzeitig riesige Sauerstoffmengen in die Atmosphäre abgegeben haben. Das ist der effizienteste auf der Erde Prozess der Gewinnung von der lebensnotwenigen Energie. Diese Problematik ist dem Maße interessant und anziehend, dass die Wissenschaftler diesen Prozess unter künstlichen Bedingungen wiederherzustellen versuchen. Was passiert, wenn man die Photosynthese bei Tieren oder sogar bei Menschen einsetzt? Die ersten Versuche wurden bereits durchgeführt. Vielversprechendes Beispiel war eine Schnecke, die im Atlantik lebte und von Vorzügen der Photosynthese einen Gebrauch machte. Ihr Stoffwechsel wurde so stark geändert, dass man die Schnecke als „pflanzliches Tier" nennen kann.

Zuerst war also die Schnecke und dann…? Die Wissenschaft ist in Entwicklung begriffen. Mit irgendetwas muss man anfangen. Die erste Edison's Glühlampe leuchtete nur einige Sekunden lang, vielleicht wird die Menschheit in absehbarer Zukunft einen Gebrauch aus dieser Vollkommenheit der Natur machen und Solarenergie, die die Photosynthese produziert, für Versorgung nutzen?

Sind wir stark vom Thema „ Magnesium“ abgeschweift? Nicht unbedingt.

In der Natur gibt es mehrere Arten von Chlorophyll, die für den Ernährungsprozess der Pflanzen, d.h. Photosynthese, verantwortlich sind. Die wichtigsten unter ihnen sind: **Chlorophyll A**, seine Strukturformel $C_{55}H_{72}O_5N_4Mg$ und **Chlorophyll B**, seine Strukturformel $C_{55}H_{70}O_6N_4Mg$. In jeder dieser Strukturformeln kann man sehen, dass das Magnesium das letzte Wort hat. Dies bedeutet, dass die Pflanzen ohne Magnesium nicht imstande sind, Chlorophyll zu produzieren, und – was damit im Zusammenhang steht – den Prozess der Photosynthese nicht durchführen können.

Der Magnesiummangel kann für Pflanzen Chlorose bedeuten, d.h. Störungen der Chlorophyll-Bildung, was eine ordnungsgemäße Ernährung beeinträchtigt.

Kann die durch den Magnesiummangel verursachte Unmöglichkeit der Chlorophyll-Bildung bei den Pflanzen irgendwelche Auswirkungen auf das menschliche Leben haben?

Es hat sich herausgestellt, dass dies der Fall ist. Die Auswirkungen einer solchen Situation können geradezu dramatisch sein. Was für Nebenwirkungen hat die Photosynthese? Sauerstoff, d.h. chemisches Element, das für die Atmung notwendig ist. Die Folgen einer solchen Situation kann man sich leicht vorstellen, deshalb kämpfen Ökologen um jeden Baum; es gibt auch Selbstverwaltungsinitiativen, die dazu aufrufen, Bäume in den Städten zu pflanzen sowie die sie umgebenden Wälder – die Lungen der urbanen Metropole – zu schützen.

Das in den Pflanzen enthaltene Chlorophyll wird als „Blut” der Pflanzen genannt; dies begründet die Ähnlichkeit im Aufbau der Moleküle von Chlorophyll und Hämoglobin, d.h. Blutfarbstoff. Im erstgenannten Fall ist Magnesium für den Aufbau grundlegend, und im

zweiten Fall – Eisen. Sein Gehalt im menschlichen Körper dient zur Überprüfung der Blutarmut.

Chlorophyll ist von Bedeutung für die Menschen nicht nur als „Hersteller von Sauerstoff", sondern auch als Nährstoff. Das in Gemüse enthaltene Chlorophyll sorgt für Aufrechterhaltung des pH-Wertes im unsern Körper im alkalischen Bereich und für Schaffung von Bedingungen für seine Selbstreinigung. Es verhindert die Entstehung von Krebserkrankungen, fördert die Behandlung von Anämie, entfernt Medikamentenrückstände, entsorgt verbrauchte Giftstoffe.

Wir müssen es noch einmal betonen: Das Magnesium haben wir Chlorophyll, das einen wohltuenden Einfluss auf den menschlichen Körper hat.

Denken Sie daran!

Die Pflanzenwelt könnte ohne Fotosynthese nicht existieren; während dieses Prozesses wird Chlorophyll erzeugt, wobei der Magnesiumanteil von enormer Bedeutung ist.

Der Magnesiummangel verhindert bei Pflanzen die Herstellung von Sauerstoff, der für die Atmung von Lebenswesen unentbehrlich ist.

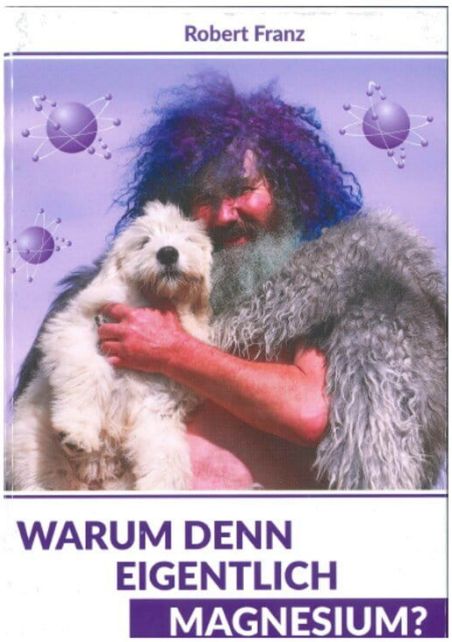
Das in jeder „Gemüse-Form" enthaltene Chlorophyll ist für ordnungsgemäßes Funktionieren des menschlichen Körpers ausschlaggebend.

Robert Franz

WARUM DENN EIGENTLICH MAGNESIUM?

91 Seiten, geb.
erscheint 2017

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de