



Kurt Spalinger-Røes

*Wir werden immer älter...!*



...oder sind wir nur länger krank?

Werden wir wirklich immer älter? Laut Statistiken können wir uns auf ein längeres Leben als im letzten Jahrhundert freuen. Nicht aus der Statistik ersichtlich ist, dass das durchschnittlich höhere Alter auf medizinische Fortschritte zurückzuführen ist. Speziell im Bereich der Chirurgie wurden gewaltige Fortschritte gemacht. Ab welchem Alter diese Medizin und Chirurgie unser Leben verlängern soll, geht aus der Statistik ebenfalls nicht hervor.

Länger leben mit medizinischer Unterstützung bedeutet aber auch, dass wir immer länger krank sind. Ab dem 50. Lebensjahr nehmen die Menschen mehrere Medikamente pro

Tag ein und werden in ihrer letzten Lebensphase schliesslich noch mit allerlei Geräten am Leben erhalten.

Schon früher wurden Menschen alt. Achtzigjährige und Ältere hatte es schon vor über 200 Jahren gegeben. Früher starben Menschen gesünder, heute sterben wir kränker. Keine 20 Jahre Pflege und Leidenszeit, die als «Lebenserwartung» schöngerechnet wird.

Wir können mit Recht feststellen, dass wir nicht einfach länger leben, sondern länger krank gehalten werden. Man lässt uns nicht sterben! Der Grund dafür ist nahe liegend, es kann mit kranken Menschen viel Geld verdient werden.

Medizinische Grenzwerte werden regelmässig angepasst, wodurch gesunde Menschen als krank definiert werden kön-

nen – ein Vorteil für die Pharmaindustrie und die Gesundheitsinstitutionen. Dort kann schnell mit einem neu entwickelten Medikament oder einer neuen Operationmethode geholfen werden. Mit solchen Grenzwertvorgaben werden wir manipuliert.

Mit der Anpassung der Grenzwerte werden uns Krankheiten suggeriert, die wir tags zuvor noch gar nicht hatten!

Es ist ein Versuch, uns so in die Abhängigkeit von Medikamenten zu treiben. Ein Marketingtrick, der der Pharmaindustrie viel Geld in die Taschen spielt.

Das moderne Medizinsystem lebt nicht von Heilung – es lebt von Verwaltung.

Weder der Staat noch Gesundheitsorganisationen wie die WHO, sind daran interessiert, uns gesund altern und sterben zu lassen.

Unsere Ernährung besteht zunehmend aus ultraverarbeiteten Lebensmitteln – Lebensmittel, die zahlreiche industrielle Verarbeitungsprozesse durchlaufen haben. Oft enthalten Nahrungsmittel grosse Mengen an Zusatzstoffen, Aromen, Emulgatoren, Konservierungsmitteln und viel Zucker, Salz und Fett.

Durch die industriell hergestellte Nahrung nehmen wir nur noch geringe Mengen an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen auf – das Resultat sind geschädigte Organe.

95% der im Supermarkt angebotenen

**«Gesundheit ist die Abwesenheit moderner Einflüsse, nicht die Anwesenheit moderner Medikamente»**

*Kurt Spalinger*

Du erhältst dieses «Dänkmümpfeli», weil ich davon ausgehe, dass Du an meinen Arbeiten interessiert bist und weil Du als eine mir bekannte Persönlichkeit in meiner privaten Datenbank registriert bist. Solltest Du kein Interesse mehr haben, so bitte ich Dich, dieses Mail mit dem Vermerk «bitte abmelden» zurückzusenden.

Kurt Spalinger, Fellenbergweg 9, 8047 Zürich, [www.bulmo.ch](http://www.bulmo.ch), Unterstützung mit [PayPal](https://www.paypal.com) oder TWINT +41 79 661 74 70



Nahrungsprodukte sind industriell hergestellt, sie sind im Gegensatz zu echten Lebensmitteln ungesunde Ernährungsprodukte (zu erkennen an der Zutatenliste).

Wir sollten uns nicht von der Nahrungsmittel-Industrie, den Regulatorien der Pharmaindustrie, dem Zivilisationsstress, einer Überreizung durch Funk-Strahlen und einer permanenten Fremdregulation deformieren lassen.

Der Körper braucht keine medizinische Versorgung – er braucht Ruhe vor permanenter Zerstörung.

Während der moderne Mensch in einem Desinfektionswahn, mit chloriertem Trinkwasser, in einem sterilen Alltag von übertriebener Hygiene lebt, wuchsen frühere Generationen buchstäblich mit Erde, Tieren und echten Mikroben auf.

Gesundheit ist die Abwesenheit moderner Einflüsse, nicht die Anwesenheit moderner Medikamente.

**Wir sollten wieder Mensch werden**, uns wieder darauf besinnen, was unserem Körper guttut und uns nicht von der Nahrungsmittel-Industrie durch Milliarden teure Marketingkampagnen verführen lassen. Wir sollten in natürlicher Strahlungsarmut leben. Gönnen wir uns «Mobil-Pausen», eine digitale Abstinenz. Greifen wir wieder vermehrt zu echter Nahrung. Keine Industriernahrung, keine synthetischen Zusätze, keine Konservierungsstoffbelastung, keine Chemie in den Organen.

Wir sind nicht krank, weil wir schwach sind – sondern weil wir permanent biologisch überfahren werden.

Wieder Mensch sein bedeutet, wir brauchen: Luft (Sauerstoff zum Atmen), wir brauchen Wärme, eine Körpertemperatur unter 27°C und über 42°C ist tödlich. Wir

brauchen Wasser (reines Wasser ohne Kohlensäure und Zusatzstoffe). Wir brauchen soziale Kontakte in einer friedlichen Umgebung, und wir sind auf naturbelassene oder fermentierte Lebensmittel als Ernährung angewiesen.

Der Mensch wird nicht krank, weil ihm etwas fehlt – sondern weil ihm zu viel unverträgliche Nahrung zugeführt wird.

Statt Süßes zwischendurch ist ein gesunder, täglicher Snack sinnvoll. Beispielsweise eine Handvoll Nüsse wie Mandeln, Baumnüsse, ein paar Datteln, Oliven und zwei Eier als Proteinlieferant...

Wir werden nicht gesund, weil wir etwas einnehmen, was uns der Markt vorgibt, sondern weil wir nichts zerstören, was der Körper von Natur selbst regulieren kann. Eine Körperentgiftung (Detox) geschieht auf natürliche Weise über Mund, Speiseröhre, Magen, Darm, Leber und Nieren.

Aus echten, naturbelassenen Lebensmitteln gewinnt unser Körper lebenswichtige Proteine, Omega 3, Selen, Magnesium und Vitamine und vieles mehr.

Leider sind wir heute gezwungen, vieles davon zu supplementieren. Die Böden sind durch die intensive Bewirtschaftung ausgelaugt, Früchte enthalten kaum noch Vitamine.

Auf der nördlichen Halbkugel – vor allem in den Wintermonaten – kann unser Körper zu wenig Vitamin D3 durch unsere Haut produzieren. Darum ist eine Supplementierung von Vitamin D3 (Vorzugsweise K2, MK7) unerlässlich.

Weitere Nahrungsergänzungen sind in der Regel bei artgerechter Ernährung nur bei einem nachgewiesenen Mangel nötig.

Auf ein menschenwürdiges, gesundes Leben!

