



Ausgabe 3 - 2010

# DIE WILDSAMMILUNG

Neues aus der Natur

Eine Information aus dem  
Haus ProVerde, Rostock.



## Vitalität in der 2. Lebenshälfte 100 Jahre alt werden – wer möchte das nicht? Oder möchten Sie 120 oder 140 Jahre alt werden? *Als Voraussetzung dafür nennen die meisten Menschen jedoch eine körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.*

Wohlbefinden und Vitalität sind wesentliche Voraussetzungen für die persönliche Lebensqualität bis ins hohe Alter. Das Altern selbst ist nicht zu verhindern, doch vermag eine gesundheitsbewusste Lebensführung die Alterungsvorgänge hinauszuzögern. Zu einer gesundheitsbewussten Lebensführung trägt die Ernährung in ganz entscheidendem Maße bei.

### Essen und Trinken haben im Alter eine besondere Bedeutung!

Wer richtig isst, hat auch im Alter mehr Spaß am Leben, weil er gesünder, leistungsfähiger und damit fröhlicher bleibt.

### Altern ist ein natürlicher Prozess

Altern ist ein natürlicher Vorgang, der nicht zwangsläufig von Krankheiten begleitet sein muss. Viele Krankheiten haben nichts mit dem Alter zu tun, wie viele Menschen glauben, sondern entstehen durch jahrelange Verstöße gegen eine gesunde und natürliche Lebensführung.

Nicht zu leugnen ist jedoch, dass sich, wenn der Organismus altert, einige Veränderungen am Körper einstellen und es dadurch zu einer Minderung der Leistungsfähigkeit kommen kann.

Es ist bekannt, dass mit zunehmendem Alter häufig eine Art „Unlust“ am Essen auftritt, da der Appetit nachlässt. Hierdurch kann es unter anderem zu einer Unterversorgung des Körpers mit notwendigen Nährstoffen kommen.

Das ist jedoch gerade bei Senioren fatal, denn ältere Menschen benötigen eine Kost, die den Körper mit allem Notwendigen in ausreichender Menge versorgt. Ist dies nicht der Fall, besteht die Gefahr krank zu werden bzw. die Leistungsfähigkeit zu verlieren.

### Veränderungen im Organismus

Im Alter kann es zu Funktionseinschränkungen von Organen kommen, die Einfluss auf die Ernährung nehmen und daher bei der Auswahl der Lebensmittel berücksichtigt werden müssen.

Einige Veränderungen bzw. Minderleistungen sind im Folgenden aufgeführt:

- ▶ Die Anpassung an veränderte Situationen dauert länger.
- ▶ Die Sauerstoffversorgung der Zellen lässt nach.
- ▶ Die Zellen der Bauchspeicheldrüse sind häufig geschwächt.
- ▶ Die Funktionen von Leber und Niere lassen nach.
- ▶ Die Knochendichte und die Skelettmuskulatur verändern sich.
- ▶ Nährstoffe werden nicht mehr so gut resorbiert.
- ▶ Der Energiebedarf ist geringer als in jungen Jahren (Fett, Kohlehydrate etc.).
- ▶ Probleme bei der Fortbewegung (Immobilität) bereiten Schwierigkeiten.
- ▶ Die Verdauungstätigkeit lässt nach.
- ▶ Kauschwierigkeiten, da die „dritten Zähne“ häufig nicht so funktionstüchtig sind wie die zweiten.
- ▶ Häufig behindern Schluckstörungen die Nahrungsaufnahme.
- ▶ Reduzierte Immunkräfte und Depressionen.
- ▶ Durst, Hunger und Appetit lassen nach.

### Ernährungsstatus von Senioren

Nicht nur die altersbedingten Veränderungen des Körpers bestimmen den Ernährungszustand von betagten Menschen. Auch soziale und psychosoziale Faktoren wie die Lebenssituationen, das Einkommen, das soziale Umfeld, die Wohnsituation und vieles mehr, nehmen Einfluss auf den Ernährungsstatus.

Hinzu kommt, dass auch einige Medikamente eine Fehlernährung unterstützen können.

## Viele ältere Menschen ernähren sich leider nicht optimal.

Es muss also ganz gezielt und geplant mehr **altersgerecht wirksame „Power“** von außen kommen, wenn unser Leben auf Dauer noch lebenswert und gesundheitlich o.k. bleiben soll.

## Anforderungen an eine altersgerechte Ernährung

Durch die High Tech Produktion sind heute die Industrie-Nahrungsmittel stark verändert. Sie sind daher extrem arm an wichtiger Natur-Energie und natürlichen Strukturen. Diesen Zustand der Nahrung kennt der Körper kaum (schlechte Bioverfügbarkeit). Weil er ihn nicht erkennt, nutzt er ihn auch wenig. Im Gegenteil er macht ihm Arbeit, macht ihm über dies buchstäblich das „Leben schwer“. Er befindet sich daher auch ständig automatisch „auf Entzug“ im Hinblick auf die wichtigsten, lebendigen Inhalte und Strukturen der Nahrung.

## Wildpflanzen – das Alpha & Omega der „Feld & Flur- Küche“

Wildpflanzen existierten bereits mehrere Milliarden Jahre vor dem Menschen und seinen Vorformen (Hominiden etc.). Der Mensch kam also in eine Pflanzenwelt, an die er sich zu seinem Wohl möglichst gut anpassen musste.

Um die Nahrung optimal für sich umzusetzen, passte er gezwungenermaßen seinen Stoffwechsel möglichst speziell auf die Wildpflanzen an. Seit Urzeiten (ca. über 3 Millionen Jahren) ernährte sich der Mensch also nur von Wildpflanzen, die er zudem nur roh verzehren musste. Feuer haben wir erst etwa seit 500 000 Jahren.

## Hohe Lebensenergie in Wildpflanzen

In kaum bearbeiteten Wildpflanzen ist die Energiedichte extrem hoch – im Vergleich mit allen anderen angebauten Pflanzen ganz allgemein. Die hohe Lebensenergie der Wildpflanzen stammt aus deren dauernden Existenz- und Überlebenskampf in ihren jeweiligen Lebensräumen. Sie müssen inhaltsreich und durchsetzungsstark sein und das geben sie an uns weiter. Darauf sind wir ursprünglich eingestellt und in hohem Maße darauf auch angewiesen.

## Wildpflanzen sind für den Menschen „Gute Bekannte“

Was der Stoffwechsel des Menschen nicht kennt, das erkennt er bei der Verdauung nicht. Er muss dann mühsam improvisieren, um überhaupt etwas aus der Nahrung zu entnehmen. Die Wildpflanzen sind reich an lebendigen Energie- und Substanzkomplexen, die er problemlos aufnimmt und leicht für sich umsetzt. Diese lebendige Nahrung ist in ihren Teileinheiten (komplexhafte Mikrozustände) ähnlich strukturiert wie die des menschlichen Körpers. Daher erkennt er sie schnell und kann sie leicht verarbeiten. Sie sind eben so zu sagen für ihn „selbst-ähnlich“. Gute Bekannte.

## Für unseren Körper sind Wildpflanzen schnell erkennbar, leicht aufnehmbar und hoch effektiv.

Wildpflanzen besitzen also die höchste Komplexität und informelle Bioverfügbarkeit, die stärkste Vitalstoffdichte und Energie im gesamten Pflanzenbereich. Sie wecken und unterstützen in uns die Lebensgeister, die der ältere Mensch unbedingt benötigt.

Ihre besonders leichte Aufnehmbarkeit weist auf eine besondere, optimale Passform hin. Die bietet die besten Voraussetzungen für eine Komplett-Resonanz unseres Stoffwechsels.

## Wildpflanzen sind schön und gut – aber woher nehmen?

Moderne Wildpflanzen-Produkte wie die ViaRubin® Wertgetränke entstanden auf der Grundlage eines Paradigmenwechsels in der Betrachtung und Wertung von Lebensmitteln: Kompromisslose Ausrichtung auf ganzheitliche, wild wachsende Rohstoffe, aus unbeeinflusstem Wachstum.

Senioren benötigen täglich die unbedingt notwendigen lichtvollen Informations-Inhalte und damit die stofflichen, lebendigen Zusammenhänge. Die können von einer kaum beeinflussten, lebensnahen Naturnahrung, wie vor allem den Wildpflanzen und hier speziell von den ViaRubin® Wertgetränken, unbedingt erwartet werden.

Einer der zentralen Gründe hierfür ist zweifellos die inhaltliche Vielfalt der Wertgetränke. Bis zu 108 ganzheitliche Zutaten ohne chemische Einzelstoffe, miteinander in Harmonie gebracht, übertreffen alles in dieser Form bisher mögliche und bekannte an Energiepotentialen und Vitalstoffreichtum bei weitem.

Das geht nur in Handarbeit auf höchstmöglichem Energieniveau zur Erhaltung der bioenergetischen Feinstruktur und in vergleichsweise übersichtlichen Quantitäten. Also gute, alte Manufaktur pur. Von der Sammlung über die Mischung bis zur Abfüllung – alles von Hand.

**Wo Energie fließt, ist auch Leben.**