

Im Juni 2021 wurde eine Forschungsstudie veröffentlicht, die gezeigt hat, dass die Gehirne des Tsimané-Stammes in Trinidad, Bolivien, deutlich gesünder waren als jedes andere Gehirn der Welt - und dass ihr Lebensstil möglicherweise Krankheiten wie Alzheimer heilen könnte. *Nicht nur könnte!*

Dies mag unsere regelmässigen Leser nicht überraschen, die wissen, dass verarbeitete Lebensmittel, Umweltgifte und schlechte Bewegungsgewohnheiten die Hauptursachen für Krankheiten und vorzeitiges Altern sind.

Bemerkenswert ist, dass das Gehirnvolumen von Westlern zwischen mittlerem und hohem Alter um satte 70 % kleiner ist als das des bolivianischen Stammes. Die Forscher fanden auch heraus, dass diese Atrophie auf einer Entzündung zu beruhen scheint. Vor allem durch die ungesunde Ernährung.

„Unsere sitzende Lebensweise und eine zucker- und fettreiche Ernährung können den Verlust von Hirngewebe mit zunehmendem Alter beschleunigen und uns anfälliger für Krankheiten wie Alzheimer machen“, sagte Hauptautor Hillard Kaplan, Professor für Gesundheitsökonomie an der Chapman University. „Der Tsimané kann als Grundlage für eine gesunde Alterung des Gehirns dienen.“

Nun, bei uns im Westen heisst es so schön: Isst viel Fleisch und Milchprodukte, das lässt das Hirn nicht schrumpfen. Tja, erstaunliche Aussage.

Einer der Gründe, warum die meisten Menschen nicht für sich selbst denken können, liegt darin, dass ihr Gehirn und ihr Körper mit giftigen Chemikalien überlastet sind. Das passiert, wenn man verarbeitete Lebensmittel konsumiert und verschmutzte Luft atmet. Der erste Schritt, um Ihr Leben zurückzugewinnen, besteht darin, Ihren Körper von all dem Müll, all den Chemikalien und schädlichen Substanzen, die Sie aufgenommen haben, zu entgiften. Es ist nicht einfach und es könnte Jahre dauern, aber man muss irgendwo anfangen. Unsere Klienten wissen wie es am besten geht. Sie spüren schnell Erfolge und müssen keine Angst mehr haben mit Lemmingen über die Klippe in den Tod zu stürzen.

Sie müssen Ihr Gehirn von all dem Unsinn entgiften, den Sie im Laufe Ihres Lebens gehört und gelesen haben - vor allem seit 2020. All die schlechten Ratschläge, die Sie bekommen haben, all die sündigen Gefährten, denen Sie zugehört und die Sie beeinflusst haben. Möglicherweise müssen Sie fast jeden (Schwätzer) aus Ihrem Leben entfernen und neu beginnen.