

Norman w. Walker

„Norman W. Walker, (1886-1985) war ein US-amerikanischer Geschäftsmann und Autor, der als Mitbegründer der *Natural-Hygiene*-Bewegung in den Vereinigten Staaten gilt, die Rohkost und Obst- und Gemüsesäfte als optimale Ernährung für den Menschen ansieht.“

Quelle: https://de.wikipedia.org/wiki/Norman_W._Walker

Bei www.umkehrosnose-anlagen.de lesen wir:

Dr. Norman Walker machte damals etwas, wo er als Spinner unter seinen Kollegen bezeichnet wurde. Er reinigte sein Wasser mit Dampfdestillation und erhielt mineralarmes Wasser. Er trank dies bis ans Ende seines Lebens. Denn er fand heraus, dass die Inhaltsstoffe – allem voran der anorganische Kalk (Carbonate) und Metalle lebensgefährlich für die Gesundheit sind.

Seine Kollegen prophezeiten ihn, dass er sich damit umbringen würde. Noch heute gibt es das Märchen unter vielen Wissenschaftlern und Ärzten, dass mineralarmes, dampfdestilliertes Wasser tödlich sei. Stimmt, irgendwann stirbt man – aber nicht am mineralarmen Wasser.

Dr. Walker wurde 116 Jahre alt und überlebte teilweise sogar die Enkel seiner Kritiker. Er machte seinen Traum wahr "gesund zu sterben". Er legte sich Abends schlafen und wachte nicht mehr auf.

Mineralarmes/dampfdestilliertes Wasser wäre tödlich, wenn wir keine feste Nahrung zu uns nehmen würden. Da wir die Elektrolyte aus der Nahrung bekommen ist der Elektrolyth-Haushalt im Körper ok.

Um den Mineralienhaushalt zu decken presste er sich frische Obst- und Gemüsesäfte, da nur diese Mineralien im Körper verwendet werden können. Die im Wasser sind nutzlos und belasten ihn nur. Das liegt im Urgesetz der Natur. Über seine Forschung mit Wasser hat er ein Buch veröffentlicht.

"Wasser kann Ihre Gesundheit zerstören".

Ergänzende Forschung zur Langlebigkeit

Dr. Norman W. Walker lebte von Säften aus frisch gepressten Früchten und Gemüse und heilte mit seiner Säftekur sich selbst und viele Patienten. Nach seiner Selbstheilung widmete er sein Leben der Erforschung von Alterslosigkeit. 1910 gründete er das ‚Norwalk-Laboratorium‘ in New York. Noch im hohen Alter sagte er: "Ich kann wahrheitsgemäß sagen, daß ich mir meines Alter niemals bewußt bin. Seitdem ich erwachsen bin, habe ich nie das Gefühl gehabt, älter zu sein, und ich kann ohne Vorbehalt sagen, daß ich mich heute lebendiger fühle als im Alter von 30 Jahren. Ich denke nicht an Geburtstage und feiere sie auch nicht. Noch heute kann ich voller ehrlicher Überzeugung sagen, daß ich mich einer strahlenden Gesundheit

erfreue. Es stört mich überhaupt nicht, Leuten mein Alter zu sagen. Ich bin alterslos." (S.202)

Er fuhr mit über 100 Jahren nach wie vor Fahrrad, schrieb sein letztes Buch über Ernährung mit 113 und starb mit 116 Jahren.

Quelle:

<https://www.umkehrosmose-anlagen.de/media/Infomaterial/Dr.%20Walker%20und%20Prof%20Vincent.pdf>

Bei <https://germanygoesraw.de> lesen wir:

Pionier für vegane Rohkost, frische Säfte & destilliertes Wasser

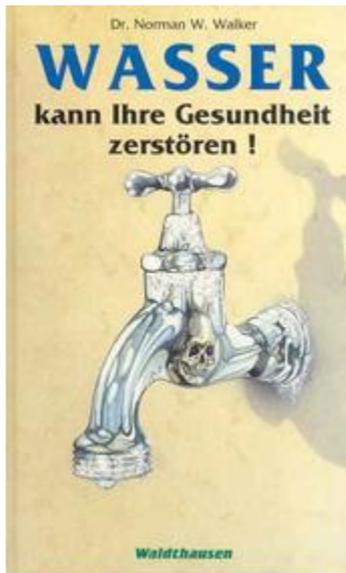


Der Ernährungswissenschaftler Dr. Norman W. Walker ist einer der bedeutendsten Gesundheitsärzte und bekanntester Vorreiter im Bereich der Rohkosternährung. Seine Bücher sind bis heute Vorbild für viele Ärzte, Forscher und Autoren, u.a. auch für Harvey und Marilyn Diamond, Bestsellerautoren des Buches „Fit für's Leben“. Durch sein eigenes Leben hat Walker beispielhaft bewiesen, dass man mit der richtigen Nahrung und mit seelischer Ausgeglichenheit ein hohes Alter erreichen kann. In seinen Büchern gibt der Goldmann Verlag sein erreichtes Alter mit 115 Jahren an. Bis kurz vor seinem Tode ist er noch in seiner

Tätigkeit als Autor aktiv gewesen und hat sein letztes Buch im Alter von 113 Jahren geschrieben. Er war bis zu seinem Tode im 116. Lebensjahr im Vollbesitz seiner Kräfte, machte Haus- und Gartenarbeit und fuhr als über Hundertjähriger immer noch mit dem Fahrrad. Entgegen diesen Verlagsaussagen kursieren im Internet andere Altersangaben von 99 bis 119 Jahren. Über den erreichten Dokortitel wird ebenso spekuliert.

Welches Alter Walker auch immer erreicht haben mag, eines ist sicher: er überlebte seine Kritiker mit oder ohne Dokortitel und gilt heute noch als Wegbereiter einer natürlichen gesunden Lebensweise. Seine Bücher sind Longseller, die nach wie vor gefragt sind. Die darin beschriebenen Inhalte sind richtungsweisend, zeitlos und überaus informativ. Dr. Norman Walker empfahl eine rein roh-vegane Ernährung mit Schwerpunkt Salate, Nüsse, frisch gepresste Säfte sowie destilliertes Wasser.

Quelle: <https://germanygoesraw.de/superheroes/dr-norman-w-walker/>

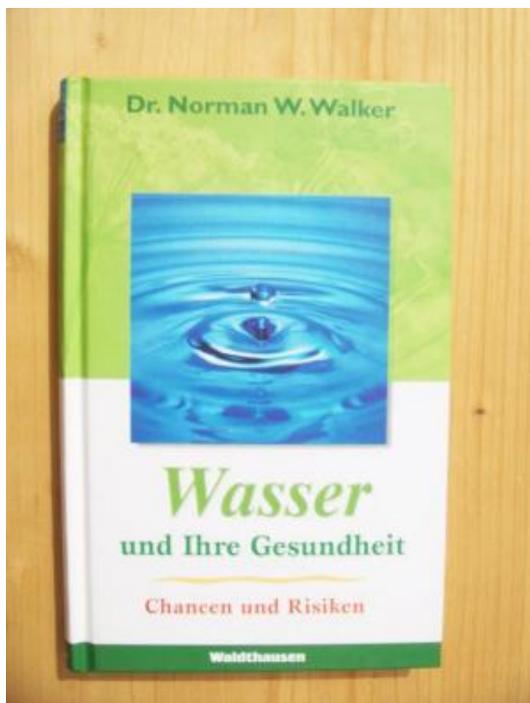


Gebraucht kaufen:

https://www.rebuy.de/i,1876624/buecher/wasser-kann-ihre-gesundheit-zerstoeren-norman-w-walker?affltid=195&mc=pla.google.kaufen_buecher.produktdaten&ga.channel=pla&utm_medium=pla&gclid=EAlalQobChMI3tWngZDd2QIVVijTCh3HswKuEAQYAiABEgIo3vD_BwE#A2

Das komplette Buch können Sie hier lesen oder Herunterladen:

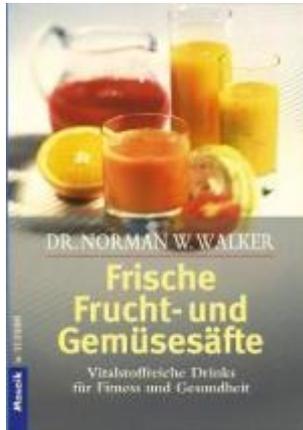
[http://79.170.40.49/watercar.ch/gesundheit/Walker_Norman-Wasser_kann_Ihre_Gesundheit_zerstoeren_\(1999,155S.\).pdf](http://79.170.40.49/watercar.ch/gesundheit/Walker_Norman-Wasser_kann_Ihre_Gesundheit_zerstoeren_(1999,155S.).pdf)



https://www.booklooker.de/B%C3%BCcher/Walker-Norman-W-Wasser-und-Ihre-Gesundheit-Chancen-und-Risiken/id/A02i6igJ01ZZS?pid=8&gclid=EAlalQobChMImqeK6pDd2QIVUhgbCh3PqQYueAQYAyABEgKv3fD_BwE

Dr. Norman W. Walker ist einer der bekanntesten Vorreiter im Bereich der Rohkosternährung. Seine Bücher sind zeitlos und überaus informativ. Walker selbst ist 99 Jahre alt geworden.

Bei <https://rohspirit.de> lesen wir:



Autor: Dr. Norman W. Walker

Leseprobe

Viele Vitalstoffe sind in unserer gekochten Nahrung kaum noch vorhanden. Genau dieser Mangel an Mineralstoffen und Vitaminen ist die Ursache für zahlreiche Erkrankungen. Der bekannte Ernährungswissenschaftler, der selbst 115 Jahre alt wurde, hat eine Fülle von köstlichen und gesunden Obst- und Gemüsesäften von Ananas bis Zitrone, von Alfalfa bis Zwiebel zusammengestellt und zeigt, wie man mit ihnen akute und chronische Beschwerden lindern oder gar heilen kann.

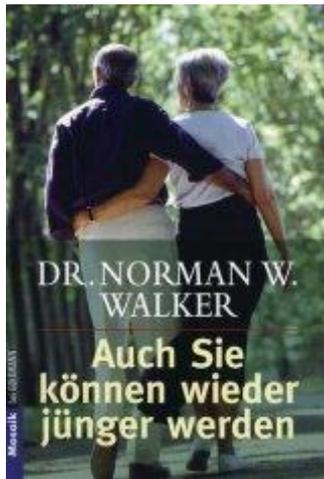
Dr. Norman Walker schlägt Alarm: Viele Wirkstoffe wie lebenswichtige Vitamine, Mineralien und Salze sind heute in unserer Nahrung gar nicht mehr oder nur noch unzureichend vorhanden. Das ist die Hauptursache für die meisten Krankheiten. Dabei steckt alles, was der Körper für Fitness und Gesundheit benötigt, in frisch gepressten Obst- und Gemüsesäften. In diesem Buch sind zahlreicher Rezepte zu finden und Informationen darüber, welche Kombinationen besonders vitalstoffreich sind und sogar Krankheiten heilen können.

Preis: € 8,95

Leseprobe (23 Seiten)

Dieses Buch beginnt mit einem Schock: Denn der Autor beweist, dass der zivilisierte Mensch heute völlig unterernährt ist! Was unserer Ernährung nämlich häufig fehlt, sind die lebenswichtigen Vitalstoffe. Nur frisches Gemüse und auch Früchte liefern ausreichend Enzyme, Mineralstoffe, Vitamine und Faserstoffe. In diesem Buch lernt der Leser die Bedeutung der Vitalstoffe für die Gesundheit kennen und erfahren und warum verarbeitete Produkte aus der Industrie dem Körper viel mehr schaden als nützen. 100 köstliche Rezepte für abwechslungsreiche, knackige Salate runden das Buch ab.

Auch Sie können wieder jünger werden - Verjüngung in jedem Alter



Taschenbuch – 208 Seiten – 17 Abbildungen

[Leseprobe](#) (8,1 MB – pdf)

„Sie sind, was Sie essen, und Sie sind so jung (oder so alt), wie Sie sich fühlen.“ – das ist der Schlüssel zu einem langen, aktiven und gesunden Leben, so Dr. Norman W. Walker, der selbst 116 Jahre alt wurde. Vor allem also eine gesunde Ernährungsweise, die Kohlenhydrate, Getreide, Zucker und Milch weitgehend meidet, viel Bewegung und richtig kombinierte Speisen geben Vitalität und Lebensfreude. Der Körper wird entschlackt und kann sich regenerieren. Ein motivierender Ratgeber für alle, die sich wieder jung und fit fühlen wollen.

Quelle: https://rohspirit.de/rohkost_heilsaft/fruchtsaft/

Bei <http://members.yline.com> lesen wir:

' Die Natur hat den Menschen mit allem ausgestattet, seinen Körper von der Geburt bis ins hohe Alter gesund zu erhalten, was Freude, Energie, Kraft und Vitalität und ein glückliches, langes Leben einschließt. Hierfür ist nur wenig erforderlich. Das wichtigste sind natürliche Nahrungsmittel.'

'Rohe Kuhmilch ist schon schlimm genug. Milch zu pasteurisieren und sie Kindern und Kranken zu verordnen, ist jedoch meiner Meinung und Erfahrung nach eine unglaubliche Dummheit.'

'Erwachsene, die an Asthma, Heuschnupfen und anderen Verschleimungszuständen leiden, sprechen sofort auf den Verzicht der Milch aus ihrer Ernährung an...'

'Das Geheimnis eines erfüllten Lebens liegt in richtiger Ernährung, verbunden mit ausreichender Ruhe und Beherrschung der Gefühle. Das ist wirklich kein Geheimnis!'

'Gesunder Boden = gesunde Nahrung = gesunder Körper'

'Enzyme sind empfindlich gegen hohe Temperaturen. Werden sie einer Temperatur von über +55° Celsius ausgesetzt, sterben sie.'

Tote Materie kann aber nicht die Aufgabe von lebendigen Organismen erfüllen, infolgedessen

verliert Nahrung, die Temperaturen über 55° ausgesetzt wird, ihren Nährwert. Solche Nahrung kann zwar das Leben im menschlichen Körper erhalten, und sie tut es auch, aber dies geschieht auf Kosten eines zunehmenden Abbaus der Gesundheit, der Energie und der Vitalität. Dieser Zustand wird anschaulich, wenn der Bauer sein Kalb mit pasteurisierter Milch füttert... Kälber, die mit pasteurisierter Milch gefüttert werden, sterben innerhalb von sechs Monaten!

'Sobald der Körper gründlich gereinigt und an eine solche Ernährung (Rohkost) über Monate oder Jahre hinweg gewöhnt wurde, kennt der Mensch nach meiner Erfahrung keine Müdigkeit mehr; er verfügt über einen schier unerschöpflichen Vorrat an Energie, Kraft und Vitalität und ebenso über ein erstaunliches Maß an Stärke und Ausdauer. Ich spreche aus eigener Erfahrung, denn ...'

'Ungeachtet aller entgegengesetzten Behauptungen gibt es schlüssige Beweise Tausender von Menschen, die ihre Ernährung umgestellt haben, also alle gekochten, stärkehaltigen Nahrungsmittel und Produkte drastisch reduziert oder ganz darauf verzichtet haben, und dadurch ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden wesentlich verbessert haben.'

Quelle: <http://members.yline.com/~naturpur/walker.html>