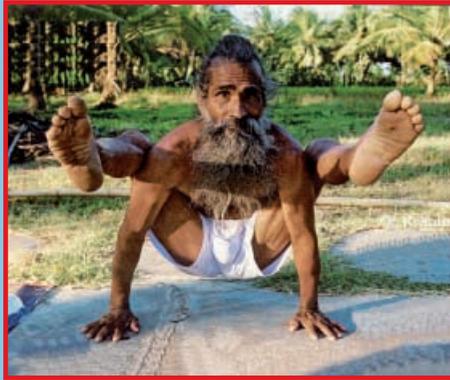


Vielleicht auch eine der Erklärungen dafür, dass "Krankheiten" wie Diabetes, Allergien und Krebs heute immer öfter bereits in frühester Jugend auftauchen.



Breiter Raum wird auch den "Tabuthemen" Verdauung, Stuhlgang und "Unterleibsorgane" gewidmet, die in dieser Deutlichkeit und Verständlichkeit meines Wissens nach nirgendwo beschrieben sind, vor allem aber wird die machbare und gesundheitlich unbedenkliche Lösung zu den Problemen meist offen gelassen.

Wer an den Themen "Sommerzeit", "Bienensterben", "Burnout", "Übersäuerung des Organismus", "Kauen lernen", "Abnehmen" und "Darmsanierung" interessiert ist, oder auch nur einen herrlich schmeckenden Apfelstrudel ohne Zucker backen möchte, sollte dieses Buch gelesen haben.

Gesundheit ist das "Leichteste im Leben" ist wohl der Grundtenor des Buches. Das Aufzeigen der "Sprache des Körpers" und das Verständnis um die "Warnsignale", die dieser täglich an uns aussendet, ist aber die Voraussetzung dazu. Nicht zuletzt ist das Buch mit Hunderten an Bildern auch fast als Bildband zu bezeichnen, was ebenfalls eher ungewöhnlich bei einem Buch über Gesundheit ist.

Für "Katzenliebhaber" gibte es im Buch - zum Buch passend - ein besonderes "Schmankerl" mit vielen wunderschönen Katzenbildern.

Veranstalter:

Agentur am Kunsthaus Graz, Die Agentur für Gesundheit & Ernährung,
G.C. Schmitzberger, Tel. 0699/113 03 320
Peter Steffen, Journalist und Buchautor, Graz

Agentur am Kunsthaus Graz, Frau Schmitzberger,
Tel. 0699/113 03 320
e-Mail: office@lebensart.or.at

Eintritt frei, mit steirischem Bio-Buffer!

Einladung zur Buchpräsentation

Peter Steffen

Gestern noch war es Krankheit



Aufklärung von Irrtümern,
Halbwahrheiten und Unwahrheiten
zum Thema "Gesundheit"

**Am 12. März 2011
Beginn: 17.00 Uhr
Ort: Schulzentrum
St. Stefan bei Stainz**

Eintritt: Frei!

Das Buch

"Gestern noch war es Krankheit"

macht verständlich, dass in Bezug auf die Themen **"Krankheit"** und **"Gesundheit"** eine völlig veränderte Sichtweise der Dinge und neue, zielführende Konzepte zur Lösung gesundheitlicher Probleme notwendig sind. Ich habe mich lange Zeit damit beschäftigt, wie man trotz der heute weit verbreiteten "Lesemüdigkeit" und der Tatsache, dass die meisten Menschen heute nur mehr "querlesen", ein Buch erschaffen könnte, das so spannend und interessant scheint, dass es von der ersten bis zur letzten Zeile gelesen wird.

Dies ist umso schwieriger bei einem Buch, das einen sehr umfangreichen Inhalt aufweist, der aber im Hinblick auf die Vielschichtigkeit der Themen unerlässlich notwendig schien. Die Kriterien, ein solches Buch zu gestalten, waren für mich einerseits, einen Stoff so aufzubereiten, dass er spannend wie ein Krimi wird und andererseits aber auch der Humor dabei nicht zu kurz käme. Zusätzlich sollte es so beschaffen sein, dass es sich auch hervorragend als beehrtes Geschenk anbietet. Weitere Anliegen in Bezug auf den Inhalt waren, die wichtigsten Aspekte von Natur- und Umweltschutz zu beleuchten und den Irrtum aufzuklären, Emanzipation hätte in Wahrheit bisher jemals stattgefunden. Auch der wichtige

Aspekt, dass die Probleme eines chaotischen Schulsystems gravierende Auswirkungen auf die Gesundheit eines ganzen Volkes haben, wird augenscheinlich vermittelt.

Das Buch ist gleichzeitig auch eine Absage an die "Grüne Gentechnik" und dafür, dass unsere Lebensmittel einer weiteren, widernatürlichen Behandlung (siehe Dioxin-Skandal und andere) unterzogen werden.

Der Schwerpunkt des Buches liegt naturgemäß im Aufzeigen des lebensfeindlichen Umgangs mit unserer "Ernährungs- und Esskultur", und auch darin, die "krankmachenden Mechanismen" eines, den Menschen "zu Tode hetzenden" Gesellschaftssystems aufzuzeigen. Dabei kommt deutlich zu Tage, wie sehr wir nicht nur unseren Körper vernachlässigen, sondern vor allem "unsere Seele" verkümmern lassen. Wenn sich dabei die Frage stellt, was das eine odere andere Thema mit "Gesundheit" ursächlich zu tun hat, wird auch diese im Buch beantwortet, indem aufgezeigt wird, dass nichts im Leben gesondert und isoliert zu betrachten ist, sondern "alles mit allem" zusammenhängt. Breiter Raum ist den Themen Milch und Brot gewidmet, da sich gerade darum eine Vielzahl von Missverständnissen, Halbwahrheiten und Irrtümern ranken.



Peter Steffen - Fotograf, Autor und Journalist



Um die Qualität des Buches vom Inhalt her weiter zu steigern, gelang es mir auch namhafte Experten in Sachen Ernährung und Lebensmittel als "Mitautoren" zu gewinnen. So zum Beispiel den Wiener "Wasserflüsterer" Günter Schön, der durch zauberhafte Fotografien diverser Wasserproben aus der ganzen Welt die Sensibilität des Elementes Wasser sichtbar werden lässt. Diese, nach der Methode des weltberühmten, japanischen Wasserfotografen Masaru Emoto fotografierten Bilder, werden erstmals in einem Buch gezeigt. Werner Lampert, Vordenker und Ideologe der Marke "Zurück zum Ursprung", beleuchtet die Problematik der "erlaubten Zusatzstoffe" in unseren Backwaren.



Die Aufsehen erregende und einzigartige Fotoserie "Hungry-Planet - Food per Week", zu der der berühmte US-Fotograf Peter Menzel die ganze Welt bereiste, betrifft ein ganzes Kapitel in meinem Buch. Erstmals wird auch ein Gutachten des Veterinärs Dr. Höfer aus Deutschland über die wahren Ursachen einer heute immer

mehr um sich greifenden "Milchunverträglichkeit", welche in erster Linie wahrscheinlich durch die Enthornung der Kühe hervorgerufen wird, präsentiert. Dr. Höfer, der eines der führenden, wissenschaftlichen Kristalllabors Deutschlands innehat und sich seit vielen Jahren mit dem Thema Milch und "Horntierforschung" befasst, gilt als einer der wenigen Experten zum Thema "Milch", die eines der wichtigsten Nahrungsmittel in der Menschheitsgeschichte darstellt.



Der Wiener Mediziner Dr. Josef Eichberger, einer der wenigen, der die wichtige Bedeutung der "Vorgeburtsphase" - der ersten 9 Monate im Mutterleib - bis an die Wurzel erforscht hat, liefert mit seinem Beitrag "Kinder vom ersten Augenblick" einen weiteren, spannenden und bedeutungsvollen Beitrag zum neuen Buch, den jede werdende Mutter, aber auch solche, die es noch werden möchten, nicht versäumen sollten.

Der Arzt Dr. Eichberger stellt darin unmissverständlich die Bedeutung aller Einflüsse klar, die in den ersten 9 Monaten auf das ungeborene Lebewesen einwirken und zeigt auf, dass der Fötus im Mutterleib keinen "abgekapselten Organismus" darstellt, sondern ein Wesen, das alle Einflüsse rund um die Mutter wahrnimmt und diese unmittelbaren Einfluss auf sein späteres Leben - nach der Geburt - haben werden.

