



Mineralien sind Bestandteile unserer Knochen, Zähne, Muskeln, Nerven und unseres Blutes. Sie sind wichtig für unser geistiges und körperliches Wohlbefinden und unterstützen unsere Verdauung, den Stoff- und Energiewechsel, Muskelreaktionen und die Hormonproduktion. Doch Fast-Food-Ernährung mit viel Weißmehl, bei dem die mineralstoffreichen Randschichten entfernt wurden, Konserven und stark verarbeitete Fertiggerichte sind mineralstoffarm und können so zur Ursache von Mangelerkrankungen und körperlichen Störungen werden. Gilt das alte Sprichwort „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“ deshalb nur noch, wenn man die natürliche und gesunde Ernährungsweise aus der Zeit vor der Technisierung der Landwirtschaft meint?

Eine ausreichende Versorgung mit Mineralien ist für die Gesundheit ganz entscheidend. Deshalb ist eine konsequent gute Ernährung mit hohem Anteil an Gemüse und Vollwertprodukten so außerordentlich wichtig. Auch kalzium- und magnesiumhaltiges Trinkwasser liefert wertvolle Mineralien.

Gemäß dem Maharishi Ayurveda sollte eine gesunde, ausgewogene Ernährung völlig ausreichen, um den Körper mit allen benötigten Mineralien und Spurenelementen zu versorgen. Wenn jedoch die Verdauung (Agni) schwach ist und die Aufnahme der Wirkstoffe nicht ausreichend ist, können viele Mineralien nicht dorthin gelangen, wo sie gebraucht werden.

Maharishi Ayurveda Produkte umfassen eine Reihe von original ayurvedischen Nahrungsergänzungen, die Ihnen helfen können, den optimalen Nährwert aus der Nahrung aufzuschließen: Ayur-Multi-Mineral, Calcio Care und Eisen-Rasayana beispielsweise sind wichtige Helfer für eine umfassende Versorgung mit Mineralien und Spurenelementen. Die Wichtigkeit der Mineralienversorgung des Körpers ist auch wissenschaftlich gut dokumentiert. So sind für Kalzium Wirkungen in den folgenden Bereichen nachgewiesen: Erhaltung der Knochen und Zähne, normale Muskelfunktion und Signalübertragung der Nervenzellen, normale Blutgerinnung, normaler Energie liefernder Stoffwechsel und normale Funktion der Verdauungsenzyme. Eindrucksvoll ist auch die Liste von Einflüssen, die von dem Eisenmineral ausgehen. Dies sind: normale Funktion der roten Blutkörperchen und Hämoglobin, normaler Sauerstofftransport, normaler Energie liefernder Stoffwechsel, normale Funktion des Immunsystems, eine normale kognitive Leistung, normale Zellteilung und die normale kognitive Entwicklung von Kindern.

Wir laden Sie ein, den ausführlichen Artikel über die Bedeutung von Mineralien aus der Sicht des Maharishi Ayurveda zu lesen. Erfahren Sie mehr darüber, warum Mineralien für unser gesundes und frisches Lebensgefühl so wichtig sind. ... [weiterlesen](#)

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Ihr Maharishi Ayurveda Produkte Team

Haben Sie noch Fragen? Unser Kundenservice ist für Sie da.
Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 02432 2494 montags bis freitags von 9 bis 12 Uhr und von 13 bis 17 Uhr.
Wir beantworten auch gerne Ihre E-Mail an: map@ayurveda-produkte.de.

Haben Sie Interesse an weiteren Maharishi Ayurveda Informationen, Tipps, Geschenkideen?
Besuchen Sie uns online: www.ayurveda-produkte.de.
Bitte beachten Sie unsere AGB und Datenschutzhinweise.

Wenn Ihnen dieser Newsletter gefallen hat, dann leiten Sie ihn doch einfach weiter an Freunde, Bekannte und Kollegen!
Abonnieren kann man ihn ganz einfach. [Klicken Sie bitte hier.](#)

Wenn Sie den Maharishi Ayurveda Newsletter abbestellen möchten, [klicken Sie bitte hier.](#)

**Maharishi
Ayurveda**

MAP Europe B.V. – Maharishi Ayurveda Products Europe B.V.
Firmensitz: Veldweg 33 | NL-6075 NL Herkenbosch | Niederlande
Telefon +31 475 529-111, Fax +31 475 404-055
Geschäftsführer: Shantanu Banerji, Dr. Oliver Werner
Handelsregister: K.v.K. Roermond, Nr. 13033652